



1. Kontinuierliche Techniken

Aktionen können bewertet werden, wenn die Techniken ohne Unterbrechung ausgeführt sind. Für die Bewertung ist die „erste“ Trefferfläche wieder entscheidender.

NEU: Bei Unterbrechung in der Aktion wird nicht bewertet.

Keine Wertung, wenn:

- Unterbrechung
- 2. Aktion, erneutes Bewegen von Uke
- Nachschieben nach Landung („1. Trefferfläche“) führt zu Ne-waza

2. Waza-ari – Trefferfläche 1

Die Kriterien für Waza-ari umfassen die Landung (Trefferfläche) auf der gesamten Körperseite in einem Winkel von 90 Grad oder mehr nach hinten. Es wird die Landung auf einer ganzen Körperseite bewertet, auch wenn der Ellbogen ausgestellt ist. Die Hüft- und Schulterposition müssen betrachtet werden.

Klare Landung auf der Körperseite. Schulter und Hüfte in einer Linie.

Die gesamte Körperseite umfasst Oberkörper und Unterkörper.

Ein abstützender Ellenbogen muss einbrechen, damit die Körperseite auf der Matte landet und die Aktion bewertet werden kann.

Keine Wertung für Landung in einem Winkel von unter 90 Grad Richtung Bauch.

Die Position von Ukes Arm ist nicht mehr entscheidend (kann bei der Landung auf der Körperseite vorn oder hinten sein).

Die Position der Beine ist ein Hilfsmittel: Wenn die Beine nach vorn überschlagen, geht die Trefferfläche eher zum Bauch (Indiz).

3. Waza-ari – Trefferfläche 2

Die Kriterien für Waza-ari umfassen die Landung (Trefferfläche) auf einer Schulter und dem oberen Rücken.

Wertung nur für hintere Schulter/ Schulterblatt. Der Kontakt der Rückennummer mit der Matte ist ein Indiz.

Keine Wertung für vordere Schulter(-spitze).



Die Regel gilt nur für Techniken, die nach vorn geworfen werden (z.B. Seoi-nage).

Diese Regel gilt nicht für keine rotierenden Techniken (z.B. Soto-maki-komi). Sofern es eine rotierende Technik ist und Uke auf der hinteren Schulterspitze landet, ist diese nicht bewertbar.

4. Abstützen auf Ellenbogen oder Händen

Stützt sich Uke beim Fallen **gleichzeitig** mit zwei Ellbogen oder Händen nach hinten ab, ist es Waza-ari für Tori und Shido für Uke.

NEU: Shido für Uke.

Die Aktion kann nach dem Fallen in Ne-waza weiterlaufen, solange Tori in Vorteilsposition ist. Es wird Mate gegeben, wenn Uke in Ne-waza in Vorteilsposition kommt, z.B. nach O-uchi-gari in Schere Unterlage mit Juji-gatame oder Osae-komi-waza.

5. Gegendreher

Definition Gegendreher:

Kontertechniken (Gegendreher), bei denen der anfängliche Angriff über den Rücken gerollt wird, in Richtung des konternden oder verteidigenden Judoka, werden nicht bewertet.

Dazu muss unterschieden werden zwischen einer regelkonformen Technik und dem auf die Matte Fallen mit Gegendrehen, Überrollen des Gegners. Im Falle einer regelkonformen Technik wie Uchi-mata-gaeshi, Harai-goshi-gaeshi oder Hane-goshi-gaeshi aber auch Uchi-mata-sukashi, Ura-nage, Yoko-guruma, Tani-otoshi, Ko-soto-gari und Ko-soto-gake, wenn diese als solche erkannt und die Landung dem 90-Grad-Kriterium entspricht, ist dies zu bewerten. Im Fall einer Landung auf der Körpervorderseite oder einer unter 90-Grad wird das Rollen zum Rücken als Übergang zu Ne-waza betrachtet.

Ergänzung:

Kodokan-klassifizierte Techniken wie Harai-goshi-gaeshi, Uchi-mata-gaeshi, Uchi-mata-tsukashi, Sumi-otoshi etc. oder artverwandte Techniken mit Judo-Prinzipien sind bewertbar. Eine klare Konteraktion mit deutlicher Kontrolle ist bewertbar. Die Gegendrehbewegung **muss bereits deutlich im Stand** erfolgen. Erfolgt die Gegendrehung erst, wenn Uke bereits klar auf dem Boden ist, erfolgt keine Bewertung.

Ein auf oder in die Matte Drücken, Entgegenspringen und Rollen wird nicht bewertet. „Jumping-Over“, das Springen in Gegenrichtung zum Wurf, ist keine Judo-Technik. Oft geht es über die vordere Körperseite oder mit Unterbrechung in der Rollaktion bzw. Nachschieben. Oder keine klare Landung auf der Tatami. Der Kampf geht in Ne-waza weiter.



Tipp: YouTube Channel des Kodokan anschauen

https://www.youtube.com/playlist?list=PLtz539PTepc16H2iu5F3Q3D7_He1EYIIQ

In Ne-waza können beide Kämpfer eine Vorteilsposition nutzen.

Anmerkung: Gefahr für Kopf und Nacken besteht, wenn der konternde Judoka den Kopf und Oberkörper des Angreifers zwingend in Richtung Tatami drückt.

6. Reverse (Umgekehrter)-Seoi-Nage

Reverse-Seoi-nage wird nicht bewertet und mit Shido bestraft.

Kriterien für Reverse-Seoi-nage:

1. Tori greift beim Start der Technik Ukes Revers **auf einer Seite** mit **beiden** Händen
2. Tori schraubt sich von außen rein
3. die Fallrichtung von Uke spielt keine Rolle

Tori erhält Shido, wenn die Eindrehbewegung zum Boden führt.

Begründung: Tori hat mit dem einseitigen Reversgriff keine ausreichende Kontrolle, wohin Uke im Niederwurf fällt. Uke hat keine faire Chance zur Verteidigung und für sichere Ukemi. Bei solchen Aktionen ist ein harter Fall auf den Nackenbereich und Hinterkopf möglich. Die Gefahr ist insbesondere für Kinder und Jugendliche sehr groß, wenn die Techniken der Top-Judoka (Vorbilder) nachgemacht werden. Daher gilt diese Regel für alle (pädagogischer Ansatz).

7. Griff unterhalb des Gürtels in der Wurfendphase

Das Greifen unterhalb des Gürtels in der **Wurfendphase** ist erlaubt, wenn sich Uke bereits im Ne-waza befindet.

Wenn die Wurftechnik unterbrochen wird, ist das Greifen unterhalb des Gürtels eine Ne-waza-Aktion.

Das Greifen unterhalb des Gürtels zum Wurfbeginn oder zur Wurfunterstützung ist nicht erlaubt (Shido).

Natürliche Kombination nach z.B. Soto-maki-komi zu Ushiro-kesa-gatame oder Ura-gatame in Ne-waza.

Vgl. mit Punkt 1, nach Landung auf dem Bauch oder vordere Körperseite z.B. durch Ko-uchi-maki-komi ist das Nachfassen zum Bein bereits Fortführen in Ne-waza.

8. Revers- und Kragengriff

Kragen- und Reversgriff sind erlaubt, solange sie nicht negativ sind.

Wird der Kragen- oder Reversgriff nur benutzt, um beispielsweise Uke schlecht „aussehen“ zu lassen, dann Shido.

Tori **muss** mit diesen Griffen Chancen zum Angriff suchen (kein Zeitlimit).

9. „Unnormale“ Griffe

Normale Kumi-kata ist:

1. Tori hat mit der rechten Hand einen Griff auf Ukes linker Jackenseite (z.B. Revers oder Ärmel) und zusätzlich
2. Tori hat mit der linken Hand einen Griff auf Ukes rechter Jackenseite (z.B. Revers oder Ärmel)

Keine normale Kumi-kata sind:

- Griff in den Gürtel
- einseitiges Fassen
- Cross-Grip
- Pistol-Grip
- Pocket-Grip

Nach Fassen mit einem dieser Griffe wird Zeit für die Vorbereitung eines Angriffs eingeräumt. Diese Kumi-kata darf nur bei positivem Kampfverhalten anhaltend eingenommen werden, also zur Wurfvorbereitung und Angriffsaktionen bei erkennbarem Fortschritt.

Wird mit einem unnormalen Griff negatives Judo gemacht (z.B. Verhindern und Zerstören von Angriffen des Gegners), wird der Kämpfer mit Shido.

In die Jacke oder Hose des Gegners Hineinfassen bleibt weiterhin verboten.

10. Bestrafung für Grifflösen

Grifflösen ist unter bestimmten Bedingungen erlaubt, um sich einen besseren Griff oder Griffvorteil zu erarbeiten:

Das Lösen des (gegnerischen) Griffs mit einer oder beiden Händen bei sofortigem (eigenem) Griff ist erlaubt.

Grifflösen mit beiden Händen ist erlaubt, wenn eine Hand am Judogi des Gegners bleibt.



Wer den Griff löst, geht ein Risiko ein, wenn er dabei den Griff/Kontakt zu Uke verliert, weil dieser z.B. nach hinten ausweicht.

Wenn der Griff ohne eigenes Greifen gelöst wurde, z.B. durch Wegreißen, dann muss sofort gegriffen werden.

Griff lösen ohne sofort zuzugreifen, ist Shido.

Griff lösen, um nur zu zerstören, bleibt Shido.

Griff lösen mit Hilfe des Beins oder durch Wegschlagen bleibt Shido.

11. Ordnen des Judogi oder der Haare

Das Ordnen von Judogi und der Haare ist jeweils einmal pro Judoka pro Kampf erlaubt. Weitere Male werden mit Shido bestraft.

Das Öffnen und Binden des Gürtels ist einmal pro Kampf eigenständig oder nach Aufforderung des Kampfrichters erlaubt. Analog die Haare Hochbinden.

Judo sollten bei Mate bemerken, dass z.B. der Gürtel oder die Jacke rechtzeitig in Ordnung gebracht werden müssen, bevor sie zu weit öffnen und offiziell geordnet werden müssen.

12. Diving

Techniken mit „Diving“ sind gefährlich und werden mit Hansoku-make bestraft.

Setzt nur der Kopf bei der Wurfausführung auf der Matte auf, ist es Hansoku-make.

Setzen der Kopf und eine Hand bei der Wurfausführung auf der Matte auf, ist es **kein** Hansoku-make.

Schräg oder direkt „gerade“ Aufsetzen des Kopfes auf die Matte spielt keine Rolle. Das Kriterium für HSM ist „nur der Kopf allein auf der Matte“.

Diving kann es nur bei „hohen“ Würfen geben. Bei „tiefen“ Würfen ist es kein Diving.

Hansoku-make gibt es auch für Reverse-Diving: wenn nur der Kopf wie bei einer Ringertechnik nach hinten auf die Matte aufsetzt.

13. Sonstiges

Aufgeben durch Abschlagen: Uke muss **mindestens 2 Mal** abschlagen, um Ippon geben zu können. Einmal abschlagen reicht nicht für Ippon.

Wenn Sportler bei der Siegereverkündung die Entscheidung nicht respektieren und mit Gesten oder nicht aufrechter Haltung „protestieren“ oder vorzeitig die Matte verlassen, handeln sie gegen den Geist des Judo und werden mit Hansoku-make bestraft (auch nachträglich). Die Disqualifikation durch HSM zieht das Streichen aus der Liste und ggf. eine Sperre nach sich.

Wenn Tori Uke aus Ne-waza ohne Technik nach oben reißt und auf die Matte zurückstößt, handelt Tori gegen den Geist des Judo und wird mit Hansoku-make bestraft.