



JIU-JITSU (NE-WAZA) REGELHEFTE

Generelle retningslinjer for konkurranser &
Håndbok for konkurranseformat

NORSK OVERSETTELSE (BOKMÅL)

Kun for læringsøyemed



Version 2.8
2026 Oppdatering
www.jjau.org



Denne håndboken ble produsert med støtte fra Ju-Jitsu Asian Union (JJAU).

Den inneholder de offisielle reglene for Jiu-Jitsu (Ne-Waza)-disiplinen og den ble i engelsk originalspråk godkjent av Ju-Jitsu International Federation (JJIF) i august 2015 og fullstendig gjennomgått i 2025.

Opphavsretten til all tekst og bilder i dette dokumentet tilhører JJAU.

www.jjif.sport

www.jjau.org



Kapittel 1	Konkurransområdet (field of play)	5	Kapittel 9	Poenggivende handlinger og posisjoner	35
Kapittel 2	Coacher	7		Takedown	36
Kapittel 3	Konkurransantrekk og krav	9		Sweep	38
	Guide til gi-antrekk	12		Guard Passering	40
	Guide for plassering av merke	13		Kne på magen	42
	Guide til no-gi antrekk	14		Full mount og Back mount	43
Kapittel 4	Aldersgrupper, kamptider og vektklasser	15		Ryggkontroll	45
	Kamptider per aldersgruppe	16	Kapittel 10	Submissions	46
	Vektklasser: U16 og eldre	17	Kapittel 11	Feil og forbudte handlinger	49
	Vektklasser: U14 og yngre	18		Rekkefølge av straffe	50
Kapittel 5	Dommere	19		Mindre feil	51
	Dommerens myndighet	20		Alvorlige disiplinære feil	54
	Mattedommer og videodommere	21		Alvorlige tekniske feil	55
	Protest med videoavspilling	22		Kne reap guide: DQ	56
Kapittel 6	Sekretariatet	23		Kne reap guide: mindre feil	57
Kapittel 7	Signaler og gjennomføring av kampen	25		Kne reap guide: ingen feil	58
	Gjennomføring av kampen	26		Forbudte teknikker: Åpen graddivisjon	59
	“FIGHT!” og “STOP!”	28		Forbudte teknikker: Belte divisjoner	60
	Straffer og diskvalifikasjoner	29		Visuell guide til forbudte teknikker	61
	Flere signaler	30	Kapittel 12	Avgjørelse av kampen	66
Kapittel 8	Retningslinjer for poeng og advantage	31	Kapittel 13	Walk-over og motstander som trekker seg	68
	Retningslinjer for poenggivning	32	Kapittel 14	Skade, sykdom og ulykke	70
	Poeng	33	Kapittel 15	Divisjoner etter beltegrad eller erfaringsnivå	72
	Advantage	34	Kapittel 16	Hvordan bestemme medaljevinner	74
			Appendiks A	Nøkkelbegrep	77
			Appendiks B	Endringer fra forrige versjon	80



JIU-JITSU KONKURRANSEREGLER

Med fokus på bakkebryting (ne-waza), er det endelige målet i jiu-jitsu-konkurranser å vinne via submission; definert som å fremtvinge en overgivelse fra motstanderen ved hjelp av en lovlig kvelning eller lås.

To utøvere har som mål å overvinne hverandre på en sportslig måte i en konkurranse som består av takedowns, fordelaktige posisjoner, kontrollteknikker og submissions.

Bekledning i konkurransen kan være enten tradisjonelle kimono/gi eller et offisielt godkjent sett med rashguard og shorts (no-gi).

For å avgjøre en vinner for kamper som ikke ender ved submission, brukes et poengsystem som belønner en teknisk bruk av jiu-jitsu for å kontrollere og dominere en motstander i forskjellige kontrollposisjoner.

Denne regelboken setter reglene og standardene som skal følges for offisielle JJIF-tilknyttede Jiu-Jitsu-konkurranser.

For henvendelser eller tilbakemeldinger angående konkurranseregler og prosedyrer, kan du sende en e-post til jiu-ref@jjif.org.

For spørsmål rundt den norske oversettelsen kan du sende en e-post til jj@kampsportforbundet.no.



KAPITTEL 1

KONKURRANSEOMRÅDET (FIELD OF PLAY)

KAPITTEL 1

KONKURRANSEOMRÅDET (FIELD OF PLAY)

1.1 Hele **konkurransområdet** eller spillebanen (FOP) må være sammensatt av beskyttelsesmatter som er trygge for utøverne å konkurrere på, med to forskjellige farger for å skille **kampområdet** og **sikkerhetsområdet** umiddelbart rundt.

1.2 **Kampområdet** skal bestå av en enkelt farge og ha en størrelse på minst 8 meter x 8 meter.

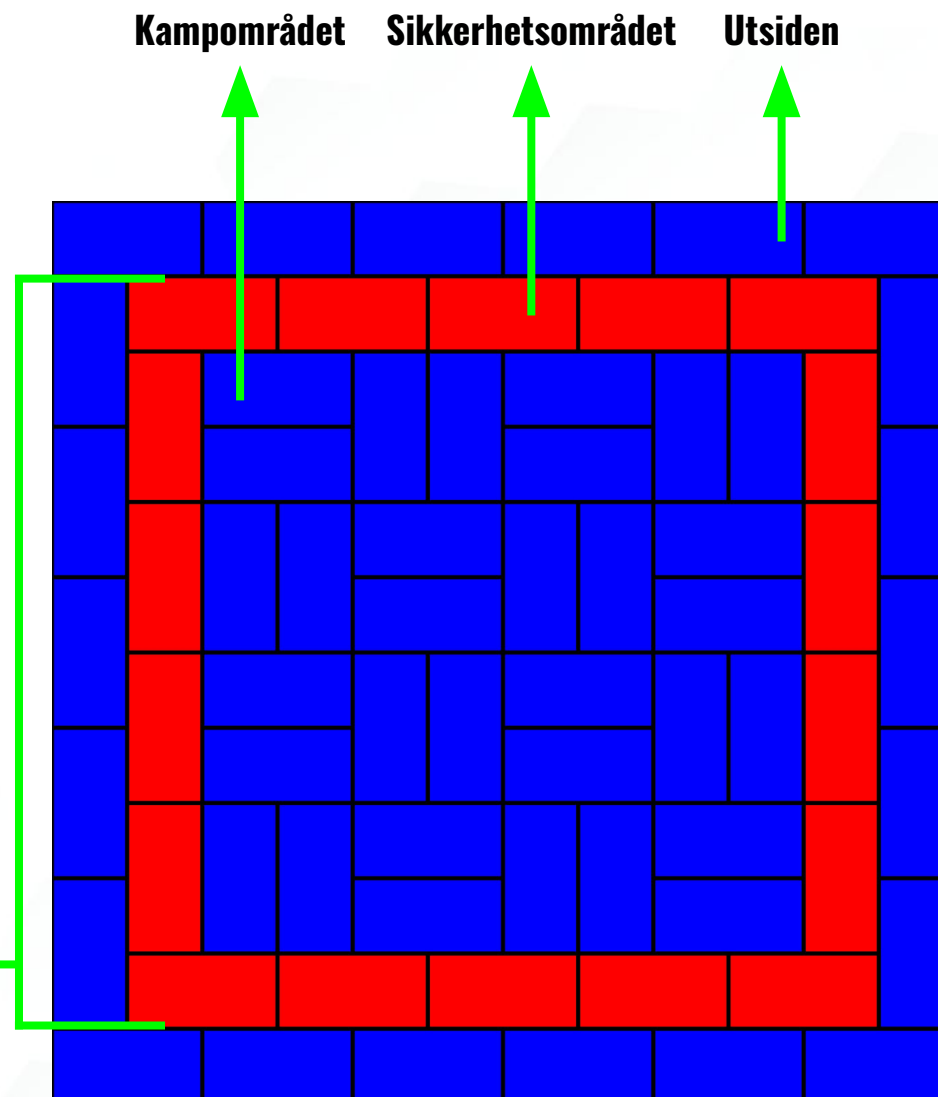
1.3 **Sikkerhetsområdet** skal bestå av et ytre lag med matter i en annen farge rundt kampområdet og må være en kvadratmeter fra kampområdet i alle retninger.

1.4 Det totale **konkurransområdet** består av kampområdet og sikkerhetsområdet kombinert. Det totale kampområdet bør være minst 10 meter x 10 meter.

1.5 Eventuelle ekstra matter plassert **utenfor** sikkerhetsområdet anses ikke å være en del av konkurransområdet. Derav teller ikke bevegelser som går utenfor sikkerhetsområdet som en del av kampen.

- Arrangørene oppfordres til å inkludere disse ekstra utvendige mattene for klarhet i kamptolkningen og for å beskytte utøverne.

Konkurransområdet = Kampområdet + Sikkerhetsområdet
(utenfor liggende matter er ikke inkludert)





KAPITTEL 2

COACHER

KAPITTEL 2

COACHER

2.1 Kun én coach har lov til å følge og muntlig instruere hver utøver fra grensen til kampområdet.

- Coachen skal **forbli sittende** i en utpekt stol eller bås med mindre man utsteder en video challenge.
- Coachen **kan ikke bruke mobiltelefoner, eller ta bilder/videoer**, eller bruke **elektroniske enheter** mens de er på konkurranseområdet.
- Utøveren **kan ikke snakke med treneren sin** under kampen og vil få **straff** for å gjøre det.

2.2 Coacher er **rollemodeller**, og som sådan må deres oppførsel gjenspeile kampsportkodeksen og god personlig integritet.

- For mer informasjon, se **JJIF Code of Ethics** og **Sporting Code** dokumentene.

2.3 Coachen må være **skikkelig kledd**, enten i offisiell treningsuniform eller dress.

- Under den innledende **elimineringsfasen** er treningsdressen til laget akseptabel.
- For **finalekamper** må coachen ha på seg **dress**.
- **Ingen hatter** kan brukes av coachen.
- I visse tilfeller kan en spesiell kleskode fastsettes av arrangørene.
- Coacher som ikke følger riktig kleskode kan bli **forhindret fra å følge** utøverne sine eller bedt om å forlate konkurranseområdet.



Coach iført laguniform



Coach iført dress (finale)

2.4 Hvis en coach viser **støtende eller forstyrrende oppførsel** mot utøverne, dommeren, arrangementspersonalet, publikum eller noen andre, kan dommeren bestemme seg for å **utvise** coachen fra konkurranseområdet for resten av kampen.

- Hvis den uakseptable oppførselen fortsetter, kan arrangøren **utvise** coachen fra det offisielle turneringsområdet og arenaen.

2.5 Dommeren og arrangørene forbeholder seg retten til å **utvise** enhver som anses som plagsom fra arenaen.



KAPITTEL 3

KONKURRANSEANTREKK OG KRAV

KAPITTEL 3

KONKURRANSEANTREKK OG KRAV

3.1 Offisielt antrekk for arrangementer i **Gi-format**:

- Ren **hvit** bomullsvevd jiu-jitsu Gi av god kvalitet.
- **Rip-stop-materiale** er tillatt for buksene, men ikke for jakken.
- Gi-en må **pass**e godt til utøveren og materialet må gi et **skikkelig grep**.
- To belter; et **rødt belte** og et **blått belte** som er av passende lengde og stoffmateriale.
- Utøvere i **kvinnelige** divisjoner er **pålagt** å bruke en **for det meste hvit** eller **for det meste svart rashguard** under Gi-jakken, mens dette er valgfritt i mannlige divisjoner.
- Gi-diagram og detaljer på **side 12**.

3.2 Offisielt antrekk for arrangementer av **no-gi-format**:

- En passende **rashguard** som er kroppsnær som for **det meste er rød** og en annen som for det meste er **blå**.
 - rashguard kan ha **korte eller lange ermer**, men kan **ikke** være ermeløs.
 - Rashgarden kan **ikke** ha en blanding av **rødt og blått**.
- Shorts av atletisk kvalitet (**svart** eller **samme farge som rashguard**) som når minst midt på låret, men ikke forbi kneet.
 - Det må ikke være glidelåser, knapper eller andre harde materialer, og eventuelle lommer må sys igjen.
- -no-gi-diagram og detaljer på **side 14**.

3.3 Langt hår må bindes opp med et mykt hårbånd.

3.4 Deltakere må bruke elastisk **undertøy**. **Kompresjonsleggings** (tights/spats) er tillatt med følgende hensyn:

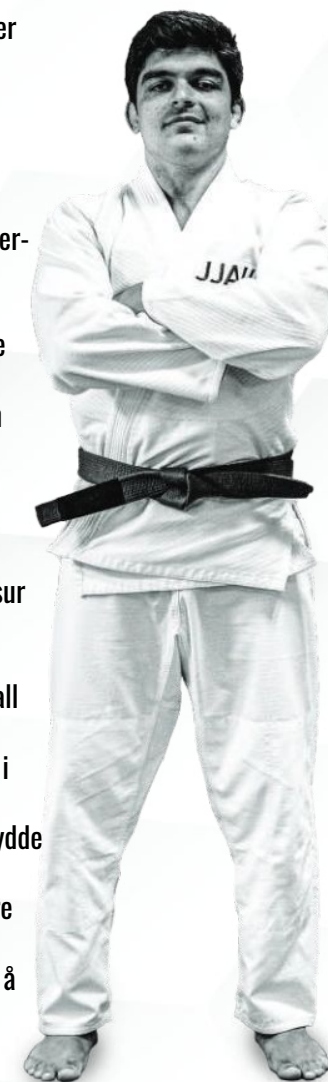
- **gi-konkurranser** : må være helt sorte eller hvite og ikke synlig lengre enn buksene fra stående stilling.
- **no-gi-konkurranser** : må være helt sorte eller hvite, eller samme farge som rashguard/topp og ikke gå lavere enn ankelen eller dekke noen del av foten

3.5 Følgende er **tillatt**:

- Myke og elastiske støtteverktøy (f.eks. kne-, ankel-, skulder- eller albuestøtte) som ikke gjør idrettsutøveren (eller gi) urettferdig vanskelig å gripe eller kontrollere.
- Svart eller hvit elastisk hijab av sportskvalitet i kvinnelige divisjoner.
- Atletisk tape påført direkte på idrettsutøverens hud på en måte som ikke gir noen urettferdige fordeler.

3.6 Følgende er **ikke tillatt** og må fjernes:

- Enhver form for smykker, halskjeder, piercinger, armbåndsurr eller annet tilbehør.
- Enhver form for hodeplagg, maske eller briller.
- Ethvert atletisk støtteverktøy som har deler laget av metall eller annet som kan skade konkurrentene.
- Eventuelle gjenstander som bæres på personen eller inne i klærne (f.eks. mobiltelefoner, lommebøker osv.).
- Eventuelle skarpe gjenstander, inkludert harde skreddersydde avstivelses i uniformen.
- Alt annet som dommeren eller arrangøren anser for å være farlig for utøverne.
- Dommeren har det siste ordet om noe på en utøver anses å være upassende.



3.7 En utøver som i løpet av kampen ikke har på seg passende undertøy eller har på seg noe som setter motstanderen i fare, vil bli **diskvalifisert**.

3.8 Konkurransen må inkludere en **antreksinspeksjon** for hver utøver før konkurranse

- Utøverens antrekk må oppfylle offisielle standarder og bestå antrekkskontrollen før de får lov til å konkurrere.
- Dommeren er den siste kontrollen på antreksinspeksjonen.
- Når en utøver har fått beskjed om at antrekket deres ikke er i samsvar med de spesifiserte kravene, vil det være en mulighet til å gå og endre det innen en forhåndsdefinert tid.
- Unnlattelse av å bytte til akseptabelt konkurranseantrekk vil resultere i en seier for motstanderen.
- Hvis den nye inspeksjonen resulterer i at utøveren må endre en del av antrekket, vil utøveren få en straff for å forsinke kampen.
- Hvis en utøver blir bedt av dommeren om å fjerne en gjenstand som ikke er tillatt eller forsinke kampen på annen måte, vil utøveren få **straff**.

3.9 Hver utøver skal ha mulighet til å gå på vekten frem til slutten av den angitte **innveingstiden** ved hvert arrangement.

3.10 Utøvere har lov til å veie inn uten lovlige **støtteverktøy** for kne, albue eller andre ledd, men de må eventuelt brukes under antreksinspeksjon.

3.11 Utøvere som **ikke oppfyller offisielle krav** og spesifikasjoner vil ikke få lov til å fortsette med sine kamper. Straffer kan gis etter dommerens skjønn for å forsinke kampen eller arrangementet.

3.12 Merker kan kun festes i autoriserte områder av Gi, som vist i illustrasjonene på **side 13**.

- Merker må være av bomullsstoff og riktig sømmet/festet.
- Alle som er usømmede/løse eller i uautoriserte områder av Gi-en vil bli fjernet av uniformsinspektørene.
- En sponsor/merkelapp kan plasseres på den nedre forsiden av Gi-buksene (i henhold til illustrasjonen). Merkelappen må være laget av et tynt stoff og ikke brodert, med en maksimal størrelse på 10 x 5 centimeter.

3.13 Deltakere må praktisere og ha god **hygiene**:

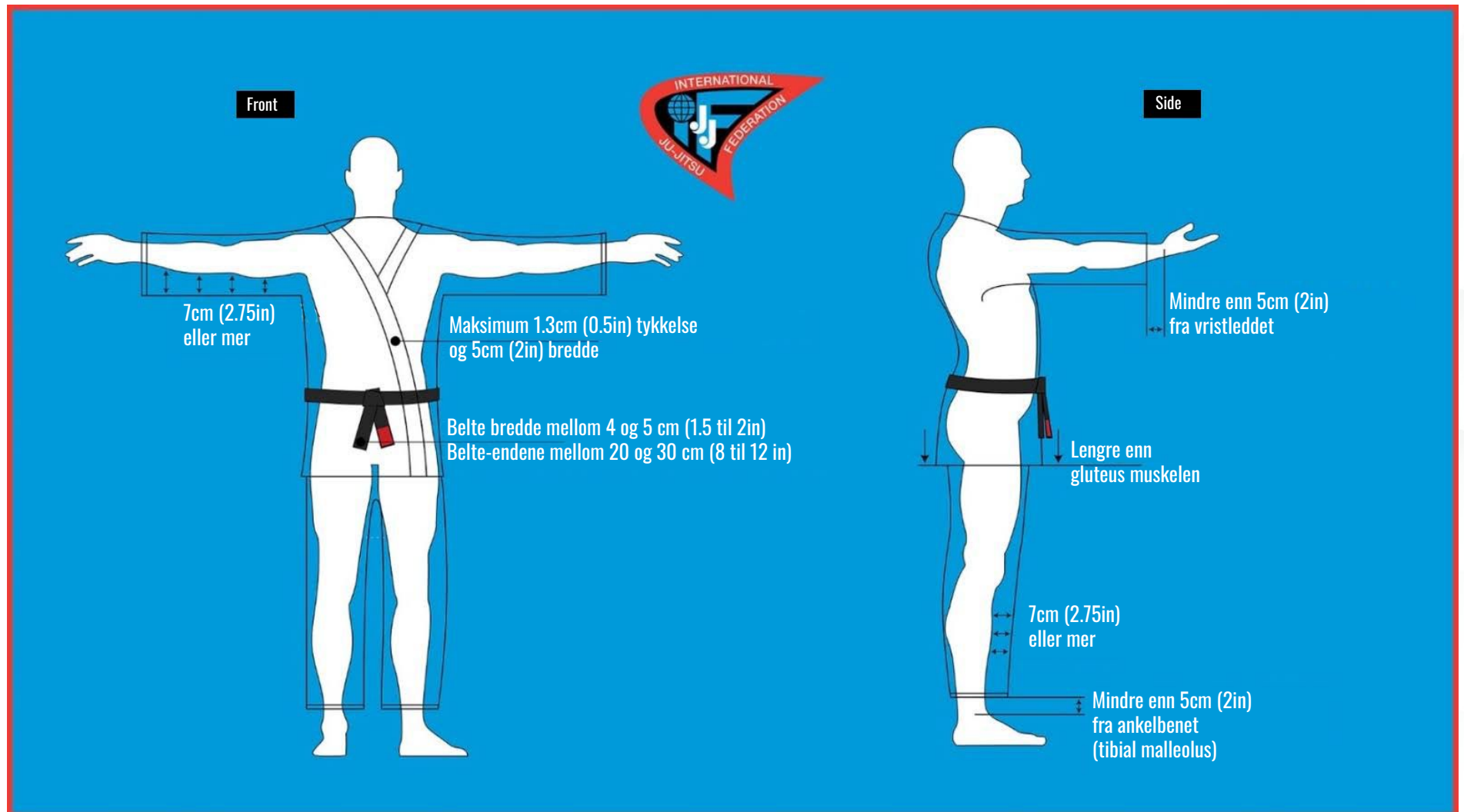
- Neglene må klippes kort.
- Utøverne må være rene og nydusjet før konkurransen.
- Ved synlig hudskade, utslett, infeksjon eller annen sykdom, må legen informeres og vil ha det siste ordet om utøveren kan delta i konkurransen eller ikke.
- Når du går rundt utenfor konkurranseområdet, må utøverne bruke fottøy.
- Konkurranseantrekk skal være rent og tørt ved starten av arrangementet og ikke ha vond lukt.

3.14 Det er enhver utøvers **ansvar** å:

- Ha korrekt vekt for deres divisjon på det bestemte innveingstidspunktet.
- Praktisere god hygiene og stell.
- Bruk rent og presentabelt konkurranseantrekk som oppfyller offisielle standarder med riktig farge på belte eller rashguard for en gitt kamp.
- Forstå reglene som skal gjelde for deres alder eller beltekategori.
- Være tilstede og klar til å konkurrere når du blir kalt til kamp.
- Lytte til og følg instruksjonene fra dommeren.

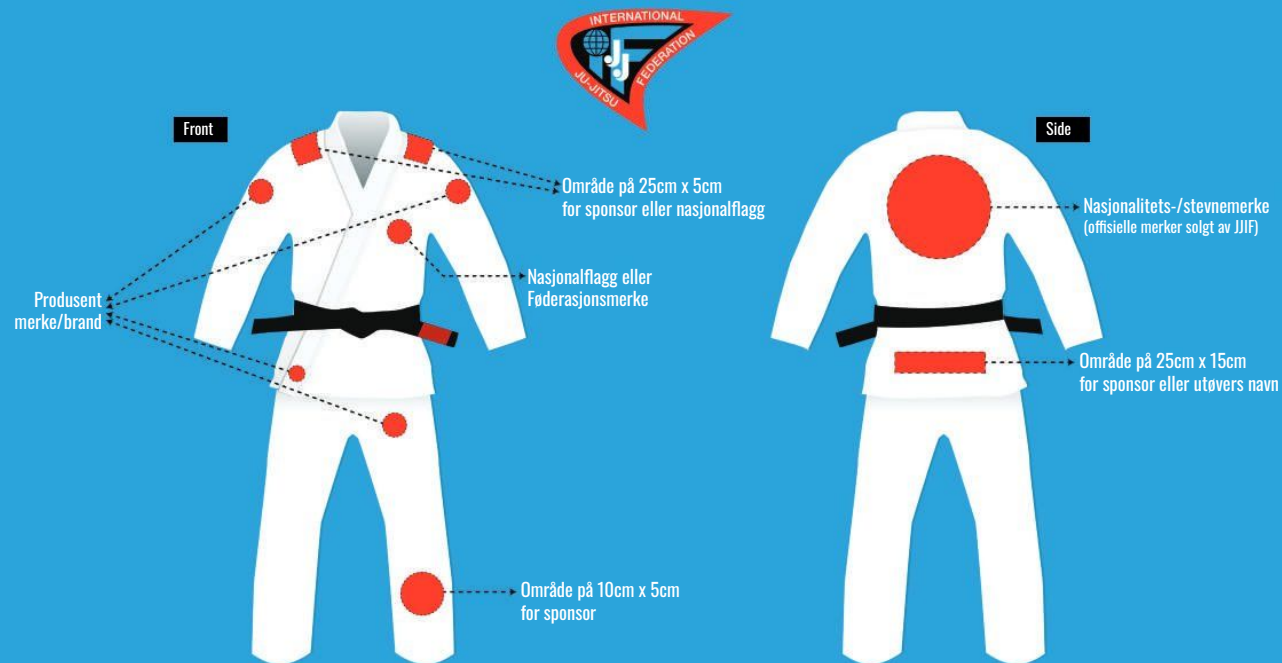
KAPITTEL 3

GUIDE TIL GI ANTREKK



KAPITTEL 3

GUIDE FOR PLASSERING AV MERKER



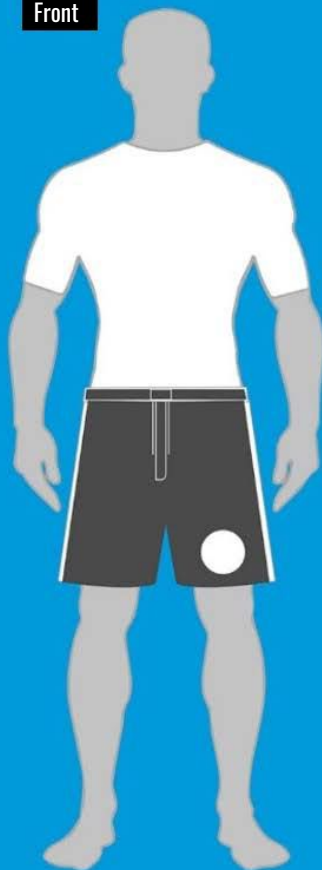
Generelle retningslinjer:

- "Sponsorområdene" må ikke brukes til religiøse eller politiske ytringer.
- "Sponsoren" må ha etiske verdier forenelig med Budo og sport (ingen diskriminering, alkohol, tobakk, osv.)
- Kun offentlige utsyrsleverandører fra JJIF er tillatt på sponsorområdene (foruten merkeområdene.)
- Kun utøverens navn kan være på baksiden av beltet.
- Under *IWGA World Games* og *Sport Accord World Combat Games* er ingen reklame tillatt!
- Kun merket til utstyret kan plasseres i "merkeområdene", ingen annen reklame/sponsorer.

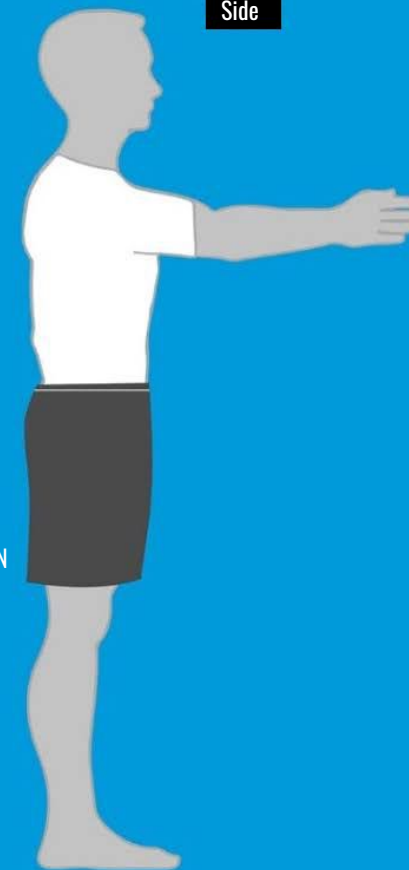
KAPITTEL 3

GUIDE TIL NO-GI ANTREKK

Front



Side



NO-GI antreksguide

- RASHGUARD MÅ VÆRE MEST RØD ELLER MEST BLÅ, OG ALDRI BLANDE BEGGE FARGENE.
- BAKSIDEN ER FORBEHOLDT NASJONALITETS ID.
- SHORTS SKAL VÆRE SORT, ELLER SAMME FARGE SOM RASHGUARD. INGEN LOMMER, KNAPPER ELLER GLIDELÅS. IKKE LENGRE ENN KNEET OG DEKKER MER ENN HALVE LÅRET.
- KOMPRESJON-/SYKKELSHORTS ER IKKE TILLATT.
- LEGGINGS/TIGHTS/SPATS SOM TILLAT UNDER SHORTS FOR DAME OG HERRE DIVISJONENE MÅ VÆRE ENTEN HELSORT ELLER AV SAMME HELDEKKENDE FARGE SOM RASHGUARD/TOPP.



KAPITTEL 4

ALDERSGRUPPER, KAMPTIDER OG VEKTKLASSER

KAPITTEL 4

ALDERSGRUPPER, KAMPTIDER OG VEKTKLASSER

4.1 Alders- og vektklassene er satt i henhold til **JJIF Sporting Code**.

4.2 Kampens **varighet** bestemmes av **aldersgruppen**.

4.3 Mellom to kamper for samme utøver, bør det være minst en pause på minimum **5 minutter**. I tilfeller hvor neste kamp er en medaljekamp, skal pausen være **10 minutter**.

4.4 Utøvere som vil nå den oppgitte aldersgruppen **innen samme kalenderår som en gitt konkurranse** (fra 1. januar til 31. desember) vil bli ansett for å være en del av den aldersgruppen, selv om arrangementet finner sted før deres fødselsdag for det året.

- Unntak for U21 og Voksne aldersgrupper, hvor utøveren må være minst 18 år gammel på konkurransedatoen.

4.5 En utøver kan kun delta i **én aldersgruppe** i en gitt konkurranse. Selv om kategoriene er på forskjellige dager, men innenfor samme arrangement, kan ikke utøveren konkurrere i en annen aldersgruppe.

4.6 En utøver kan kun delta i **én vektklasse** i en gitt konkurranse.

KAMPTIDER PER ALDERSGRUPPE

Gruppe	Alder	Kamptid
Masters	35 år eller eldre	5 minutter
Voksne	18 år eller eldre	5 minutter
U21	18 - 20 år	5 minutter
U18	16 - 17 år	4 minutter
U16	14 - 15 år	3 minutter
U14	12 - 13 år	3 minutter
U12	10 - 11 år	3 minutter
U10	8 - 9 år	1.5 minutter
U8	7 år eller yngre	1.5 minutter

VEKTKLASSER: U16 OG ELDRE

MENN			KVINNER		
Voksne/Masters/U21	U18	U16	Voksne/Masters/U21	U18	U16
		-40 kg			-32 kg
		-44 kg			-36 kg
	-48 kg	-48 kg		-40 kg	-40 kg
	-52 kg	-52 kg	-45 kg	-44 kg	-44 kg
-56 kg	-56 kg	-56 kg	-48 kg	-48 kg	-48 kg
-62 kg	-62 kg	-62 kg	-52 kg	-52 kg	-52 kg
-69 kg	-69 kg	-69 kg	-57 kg	-57 kg	-57 kg
-77 kg	-77 kg	-77 kg	-63 kg	-63 kg	-63 kg
-85 kg	-85 kg	+77 kg	-70 kg	-70 kg	+63 kg
-94 kg	+85 kg		+70 kg	+70 kg	
+94 kg					

VEKTKLASSER: U14 OG YNGRE

MENN			KVINNER		
U14	U12	U10	U14	U12	U10
-32 kg	-25 kg	-22 kg	-25 kg	-22 kg	-20 kg
-36 kg	-28 kg	-25 kg	-28 kg	-25 kg	-22 kg
-40 kg	-32 kg	-28 kg	-32 kg	-28 kg	-25 kg
-44 kg	-36 kg	-32 kg	-36 kg	-32 kg	-28 kg
-48 kg	-40 kg	-36 kg	-40 kg	-36 kg	-32 kg
-52 kg	-44 kg	-40 kg	-44 kg	-40 kg	-36 kg
-56 kg	-48 kg	-44 kg	-48 kg	-44 kg	-40 kg
-62 kg	-52 kg	+44 kg	-52 kg	-48 kg	+40 kg
-69 kg	+52 kg		-57 kg	+48 kg	
+69 kg			+57 kg		



KAPITTEL 5

DOMMERE

KAPITTEL 5

DOMMERENS MYNDIGHET

5.1 Dommeren er den **høyeste autoriteten** i hver kamp.

- Resultatet av hver kamp som dømt av dommeren er offisielt.
- Subjektive tolkninger av dommeren om tildeling av poeng, fordeler eller straffer er endelige og kan ikke endres.

5.2 Det erklærte utfallet av en kamp kan bare **omgjøres** i følgende tilfeller:

- Hvis det er en **feiltolkning** av poengsummen eller resultattavlen.
- Hvis den erklærte vinneren utførte en **forbudt** submission, grep eller taktikk som ikke ble observert av dommeren.
- Hvis utøveren ble **urettmessig diskvalifisert** for å bruke en tillatt submission eller grep.
 - Hvis avbruddet av kampen og diskvalifikasjonen skjedde **før en tap out**, vil kampen gå tilbake til midten av kampområdet og utøveren som brukte submission-grepet vil motta to (2) poeng.
 - Dersom **submission resulterte i en tap-out**, vil utøveren som utførte submission-grepet bli erklært som vinner.

5.3 I tilfelle **feilaktige avgjørelser** fra en dommer på grunn av feil anvendelse eller tolkning av reglene fastsatt i denne regelboken, må følgende betingelser være oppfylt for å korrigere resultatet:

- Dommeren kan konferere med hoveddommer for arrangementet.
- Dommeren som dømte kampen skal ta den endelige avgjørelsen om å endre resultatet eller ikke.
- Hoveddommer skal konferere med arrangementets sekretariat om fremdriften til divisjonen/braketten og kan bare godkjenne endring av resultater hvis braketten ikke har gått videre til en senere fase.

5.4 Det er dommerens plikt å **gripe inn** i en kamp og **stoppe tiden** når det anses nødvendig.

5.5 Det er dommerens plikt å holde utøverne **innenfor konkurranseområdet**.

5.6 I tilfeller hvor en utøver i en triangle kvelning eller lukket guard **løftes av matten** i aldersgruppen **U12 og yngre**, er det mattedommerens plikt å beskytte utøveren som har blitt løftet opp fra matten og være klar til å fange opp enhver potensiell fallbevegelse.

KAPITTEL 5

MATTEDOMMER OG VIDEODOMMERE



Mattedommer (MR)



Videodommere (VR)

5.7 Mattedommeren (MR) skal holde seg innenfor banen og legge til rette for kampen, med ansvar for å gjøre innledende synlige tolkninger og styre utøverne.

5.8 To (2) videodommere (VR) skal se kampen live mens den skjer (med mulighet for å gjøre en ytterligere gjennomgang via videoavspillingsprogramvare) og kommunisere med MR via radio hvis de ønsker å gjøre en korrigering.

- Hvis **minst en** av de to VR-ene er enig i MRs tolkning, vil det ikke bli gjort noen korreksjon.
- Hvis **begge** VR-ene er uenige med MR, vil de kontakte MR med sin avgjørelse via radio, etterfulgt av MRs signaler for å justere resultatavlen. (Se: **side 30**)

5.9 Alle tre dommere har lik myndighet til å bedømme enhver del av kampen.

5.10 I tilfeller der alle tre dommerne ikke klarer å komme til en flertallsavgjørelse om å score for samme handling, må MR gi **mellomavgjørelsen** mellom de to andre.

- Eksempel: En dommer krever poeng, den andre krever en advantage, og den tredje krever ingen poengsum. I dette tilfellet vil advantage bli scoret.

5.11 I tilfeller der en utøver begår en **forbudt handling** eller mottar sin **siste straff**, vil MR først gi tegn for å be om diskvalifikasjon før kampen avsluttes.

- Hvis **minst en** av de to VR-ene er enige, bekreftes avgjørelsen for MR om å avslutte kampen og kunngjøre vinneren.
- Hvis **begge VR-ene** er uenige i diskvalifikasjonen, får kampen fortsette.

5.12 Det er ingen dommeravgjørelser for å avgjøre en kamp som er uavgjort ved tidsutløp. Alle kamper som går tom for tid med like poeng, advantages og straffer vil bli avgjort av **Golden Score** (se: **12.4** på **side 67**).

KAPITTEL 5

PROTEST MED VIDEOAVSPILLING

5.13 Et **protest/challenge system** benyttes for å gi en utøvers coach mulighet til å be om en video gjennomgang av en gitt tolkning fra MR.

- For å utfordre en avgjørelse/poenggivning og be om en videogjennomgang, vil treneren **reise seg** og **heve arrangements-ID-en** og bli stående til den er bekreftet av MR.
 - En coach som setter seg ned igjen før man blir anerkjent, antas å ha trukket sin protest.
- MR vil først **vente på en stabil posisjon** mellom konkurrentene før MR stopper kampen for å snakke med coachen.
- MR-en vil informere VR-ene om utfordringen, slik at de kan **gjennomgå kampoptykene** og komme til enighet om hvorvidt de skal omgjøre en avgjørelse eller korrigere en manglende avgjørelse.
- Hvis protesten **aksepteres**, kan coachen utfordre igjen for den utøveren.
- Hvis protesten **avvises**, kan det ikke gis flere protester på utøverens vegne under kampen eller for resten av stevnet, med følgende unntak:
 - En utøver som kommer seg til **gull-** eller **bronsemedaljekampen** i sin divisjon, får tilbake coachens rett til å protestere.

5.14 Begrensninger for protest:

- Coach kan bare utfordre den **siste** handlingen eller sekvensen av bevegelser.
- Coach kan **ikke** utfordre:
 - Advantage for submission forsøk
 - Straff for passivitet
 - Enhver sekvens som allerede er gjennomgått av VR-ene
- Coachen kan bare fortelle MR hvilken poengsum eller handling de ønsker at VR-ene skal gjennomgå og **kan ikke diskutere** eller **be om forklaring**.

5.15 MR skal **ikke ta imot muntlige appeller eller protester** fra coachen hvis det ikke er bedt om en korrekt protest/challenge eller hvis retten til protest allerede er tapt.

- MR kan **utvise** treneren fra konkurranseområdet hvis treneren fortsetter å protestere eller krangle om samtaler uten å formelt be om en protest/challenge.

5.16 Alle andre regningslinjer for protest/challenge systemet finnes i **JJIF Sporting Code**.

- Som beskrevet i Sporting Code, enhver appel til stevne arrangør grunnet opplevd prosedyre feil eller tolknings feil av offisielle tjenestemenn eller stevnestab kan kun gjelde feil som ikke allerede er dekket av protest/challenge systemet.



KAPITTEL 6

SEKRETARIATET

KAPITTEL 6

SEKRETARIATET

6.1 Sekretariatet bør plasseres ved kampområdet, utøverne og MR **innenfor synsfeltet**. Så mye som mulig må sekretariatet plasseres på motsatt side av konkurranseområdet; vekk fra trenerne, utøverne og publikum.

6.2 Sekretariatet skal være sammensatt av en **målscorer** som arbeider på vegne av arrangøren og som er ansvarlig for driften av en elektronisk resultattavle. Ekstra personell kan tildeles etter arrangørens skjønn.

6.3 Resultattavlen skal vises tydelig innenfor synsfeltet til dommere, utøvere, trenere og publikum.

6.4 Sekretariatet skal til enhver tid vise **profesjonalitet og følge instruksjoner** gitt av dommeren.



KAPITTEL 7

SIGNALER OG GJENNOMFØRING AV KAMPEN

KAPITTEL 7

SIGNALER OG GJENNOMFØRING AV KAMPEN

7.1 Utøverne **begynner** å møte hverandre midt i konkurranseområdet, omtrent to (2) meter fra hverandre. Utøveren med rødt belte eller rød rashguard holder seg på dommerens høyre side. Utøverne vil bli bedt om å bukke først for dommeren og deretter for hverandre.



Mattedommer kaller konkurrentene til kampområdet



Utøverne blir bedt om å bukke mot dommeren



Utøverne blir bedt om å bukke for hverandre

7.2 Kampen starter i stående stilling, etter at MR sier "**FIGHT!**".

7.3 Så snart det er kontakt mellom utøverne via et **grep** eller **hold**, har de umiddelbart lov til å gå i bakken (enten til en guard eller knelende stilling.)

7.4 Utøverne kan kontrollere og bytte mellom de ulike stillingene, men de må aktivt forsøke å **angripe** eller **forbedre posisjon**.

7.5 All kamp skal foregå **innenfor konkurranseområdet**.

- Enhver bevegelse som går **utenfor** konkurranseområdet (dvs. utenfor sikkerhetsområdet) bør stoppes og startes på nytt i stående stilling.

7.6 Hvis to tredjedeler av utøvernes kropp er i **sikkerhetsområdet** i en **stabilisert posisjon** som kan gjenskapes, vil MR stoppe kampen og tilbake stille utøverne i samme posisjon i midten.

7.7 Når en utøver jobber med å fullføre en **scoringshandling** mens utøveren er i **sikkerhetsområdet**, vil MR vente for å la utøveren sikre posisjonen før matchen stoppes.

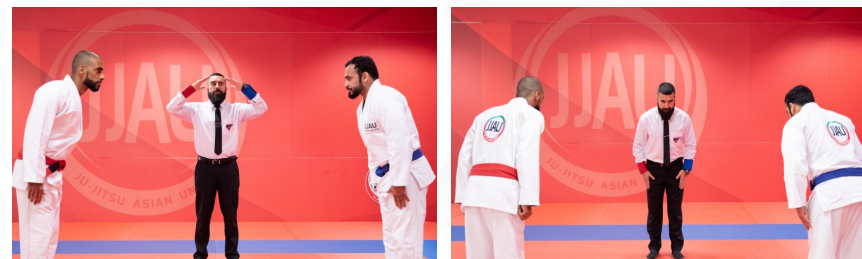
- Hvis utøveren fullfører de nødvendige tre (3) sekundene med kontroll, vil MR stoppe kampen, tildele poengene og tilbake stille konkurrentene i samme posisjon i midten.
- Hvis bevegelsen går utenfor konkurranseområdet før tre (3) sekunders kontroll, vil MR tildele en fordel (om fortjent) og starte konkurrentene på nytt i stående stilling.

7.8 Hvis utøverne er i **sikkerhetsområdet** i **stående stilling**, vil MR stoppe kampen og starte utøverne på nytt i stående stilling i midten.

7.9 En kamp må **aldri** startes på nytt i en **submission**.



Mattedommer erklærer vinneren på slutten av kampen



Etter kampen vil utøverne bukke for hverandre og deretter mattedommeren før man forlater kampområdet

KAPITTEL 7

“FIGHT” OG “STOP”

7.10 MR skal si «**fight!**» for å starte kampen og gjenoppta kampen etter å ha instruert utøverne om å stoppe.

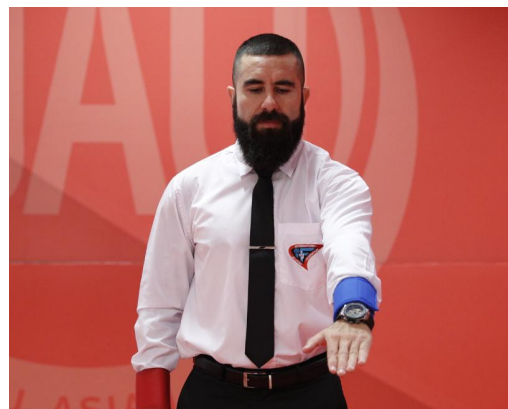


For å starte eller gjenoppta kampen: **“FIGHT!”**

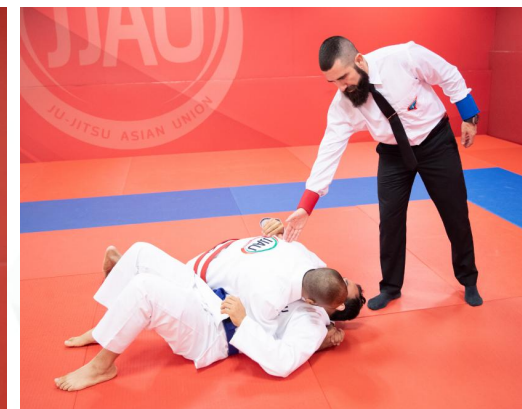
7.11 MR skal si «**FIGHT!**» for å advare utøveren om **passivitet (uthaling av tid)** på bakken.

- MR vil **peke** med den tilsvarende armen til utøveren som blir advart (eller **berøre** ryggen hvis de ikke er vendt mot dommeren).
- Utøveren vil da ha **ti (10) sekunder** på seg til å prøve å være mer aktiv og forsøke å avansere posisjon.
- Hvis en eller begge utøverne **forblir passive** etter ti sekunders telling, vil de få en straff og en ny passivitetsadvarsel vil bli gitt umiddelbart.

For å advare en konkurrent om passivitet på bakken: **“FIGHT!”**



Signal for å starte 10-sekunders passivitetstimer for en utøver



Dommeren vil berøre utøveren hvis advarselssignalet ikke er synlig

7.12 MR skal si **“STOP!”** for enten å pause eller avslutte kampen i følgende tilfeller:

- Hvis begge utøverne forlater kampområdet og går inn i sikkerhetsområdet i en **stabil og lett gjenkjennelig posisjon**, vil begge bli stoppet og deretter brakt tilbake til midten av kampområdet med en omstart som starter i **samme posisjon**.
- Når MR finner det nødvendig (f.eks. for å justere Gi, avsi avgjørelser eller på grunn av mistanke om fare eller skader osv.).
- Hvis begge utøverne forlot konkurranseområdet (utenfor sikkerhetsområdet) i en **ustabil posisjon som ikke kan gjenskapes**, vil dommeren starte kampen på nytt midt i kampområdet med begge utøverne i **stående stilling**.
- Hvis en eller begge idrettsutøvere er skadet, bevisstløs eller syk.
- Ved **submission** (en utøver tapper ut, viser andre tegn på overgivelse, skriker eller er ute av stand til å tappe mens man blir angrepet av en kvelning eller en lås).
- Kamptiden er over.

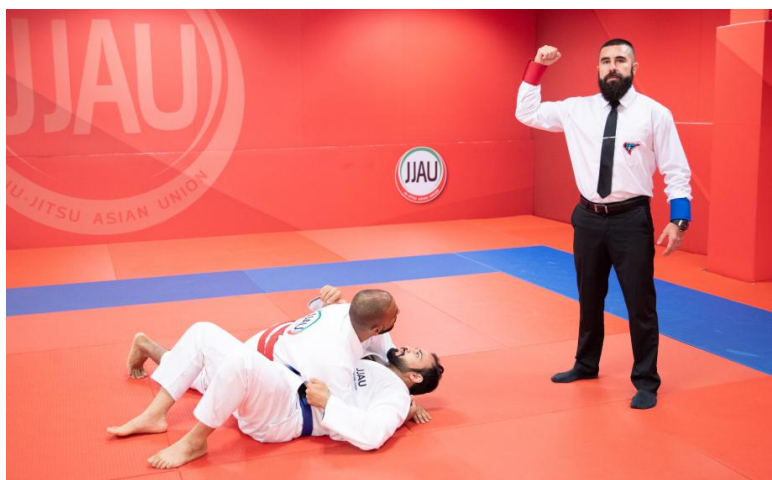
KAPITTEL 7

STRAFFER OG DISKVALIFIKASJONER

For å gi en straff (mindre feil): "Foul!"



Dommeren peker på den fornærmende utøveren



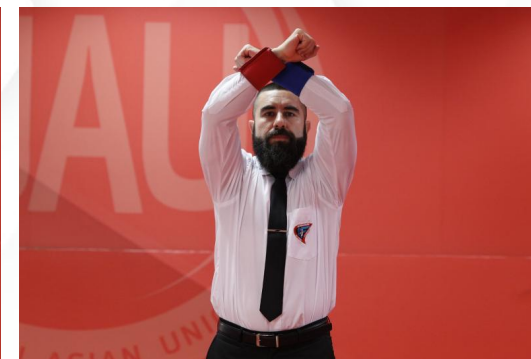
Dommeren signaliserer at det skal gis straff



Signaliserer straff for å flykte eller bevisst forlate konkurranseområdet



Signaliserer straff for et ulovlig erme- eller buksegrep



Signal for diskvalifikasjon (og peker deretter på utøver)

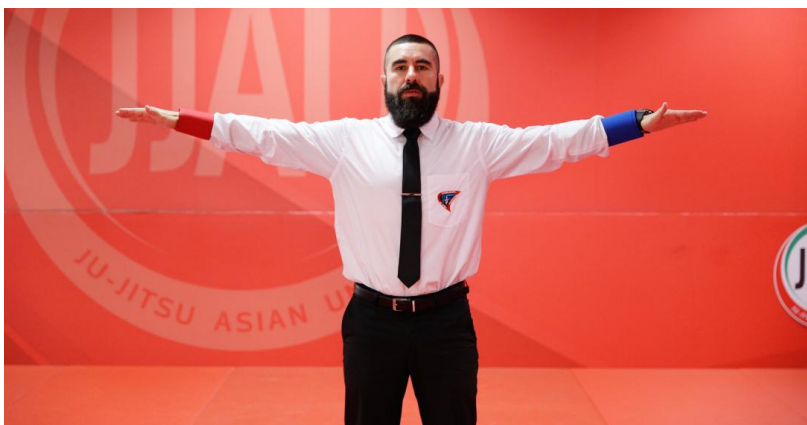


Å instruere en utøver til å fikse Gi

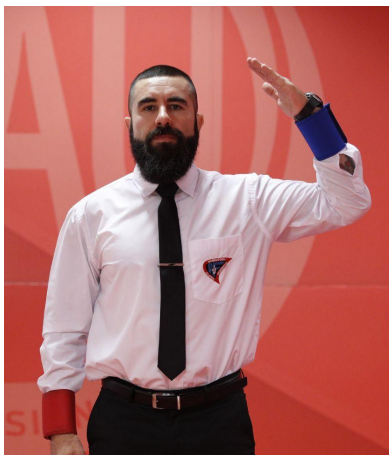
(Utøveren har 20 sekunder hver på seg til å knytte buksene og beltet eller bli straffet)

KAPITTEL 7

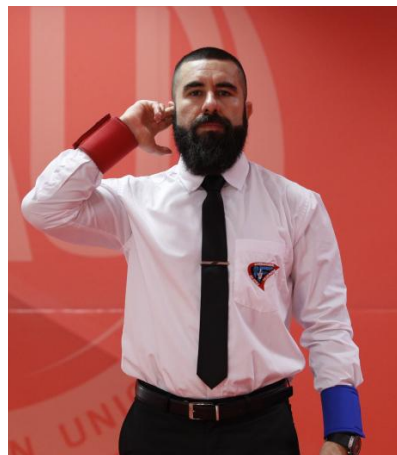
FLERE SIGNALER



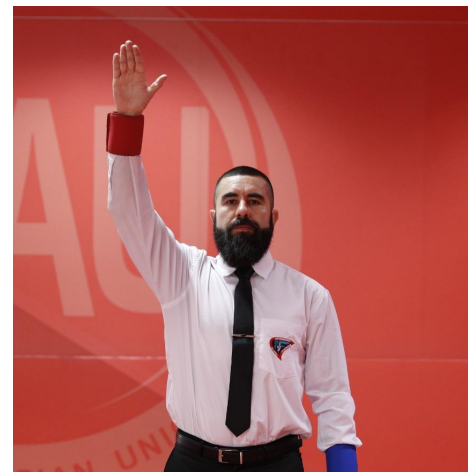
For å stoppe kampen: «STOP!»



Vinkende signal for å fjerne forrige poeng eller straff



Signalisere korleksjon fra side-/videodommere



Signalisere at en utøver har vunnet kampen via submission



Å instruere en utøver til å reise seg fra bakken



Å instruere en utøver til å returnere til bakken



KAPITTEL 8

RETNINGSLINJER FOR POENG OG ADVANTAGES

KAPITTEL 8

RETNINGSLINJER FOR POENGGIVNING

Jiu-Jitsu belønner en **progresjon** av poenggivende bevegelser og stadig mer dominerende kontrollposisjoner oppnådd av en utøver i løpet av kampen mot målet om å oppnå en **submission**. Poenggivende bevegelser og posisjoner må stabiliseres i tre (3) sekunder for å bli tildelt **poeng**. Hvis en poenggivende bevegelse eller posisjon oppnås et øyeblikk, men ikke stabiliseres i tre sekunder, vil den forsøkende utøveren få en **advantage**.

Forsvarshandlinger (som å reversere fra bunnposisjon uten guard) scores ikke.

Poeng eller fordeler kan gis for handlinger oppnådd for å **fremme** progresjon, men aldri for å **trekke seg tilbake** fra en mer dominerende posisjon.

Det er viktig å alltid observere hvor bevegelsene begynner og hvor de slutter.

Prinsippet om **kontinuitet** er en retningslinje for om en handling i en kamp kan oppnå et gyldig poeng. Det må være en kontinuerlig sekvens av bevegelser mot et poenggivende mål eller submission fra start til slutt av en sekvens. Et brudd i kontinuiteten er når det er en klar pause i bevegelsen, og ethvert poenggivende forsøk allerede er fullstendig forhindret.



KAPITTEL 8

POENG

8.1 Poeng skal tildeles når en utøver stabiliserer en poenggivende bevegelse eller posisjon i tre (3) sekunder.

MR vil anerkjenne og vise antall poeng som skal tildeles ved å vise antall poeng som skal gis med å bruke armen som har samme farge som utøveren (rød eller blå).



2 poeng
Takedown (kast og fellinger)
Sweep
Kne på magen



3 poeng
Guard passering



4 poeng
Full mount
Back mount
Ryggkontroll

8.1.1 Når en utøver **bevisst forlater** konkurranseområdet for å hindre motstanderen i å fullføre en poenggivende handling eller opprettholde en dominerende posisjon, vil det bli gitt en straff til utøveren for å flykte fra matteområdet og **to (2) poeng** vil bli tildelt motstanderen.

- Strafferekkefølgen som gis vil fortsatt følges, og enhver tilsvarende advantage eller poeng vil også bli gitt til motstanderen hvis det er aktuelt.
- Hvis det var en stabil posisjon som kan gjenskapes før utøveren flyktet, kan MR tilbakestille utøverne i den posisjonen. Ellers vil utøverne starte stående på nytt.

8.1.2 Poeng er **kumulative** for flere poenggivende handlinger oppnådd samtidig av en utøver, der dommeren bare trenger å **fullføre en tretelling én gang** for samtlige poenggivende handlinger. (eks. guardpass til knee-on-belly, Sweep til mount, takedown til ryggkontroll, og andre kombinasjoner.)

- Poeng vil bli tildelt for hver poenghandling som fullføres i en gitt sekvens med tre (3) sekunders stabilisering.
- En advantage vil bli gitt for hver poenghandling som oppnås, men ikke stabiliseres i tre (3) sekunder.

8.1.3 Når en utøver forsøker en poenggivende handling **mens man blir angrepet** av et submission-hold, vil MR først begynne på tre sekunders stabiliseringstilling etter at utøveren har sluppet helt ut av grepet og oppnådd poengposisjonen som definert.

- Hvis en utøver som allerede er fanget i et submission-hold prøver en poenghandling og deretter unnslipper submission-holdet uten å oppnå den nødvendige posisjonen et øyeblikk, vil det ikke bli gitt noen poengsum (poeng eller advantage) for forsøket på å score.

8.1.4 Når en utøver allerede forsøker å stabilisere en poenggivende handling **og deretter blir angrepet** av et submission-hold, vil MR stoppe tre-sekunders tellingen.

- Hvis utøveren unnslipper submission forsøket eller kamptiden utløper, vil MR tildele utøveren en advantage for hver poengposisjon som er oppnådd et øyeblikk. Disse advantages vil bli tildelt selv om utøverne ikke lenger er i samme posisjon som de var da tre-sekunderstillingen ble avbrutt.
- Hvis utøveren unnslipper submissionforsøket og beholder scoringsposisjonen, vil det kreves ytterligere tre sekunders telling for å motta poeng for det. En advantage vil bli gitt hvis de tre (3) sekundene med stabilisering ikke oppnås.

KAPITTEL 8

ADVANTAGE

8.2 En advantage tildeles når en utøver oppnår en poenggivende handling, men ikke er i stand til å opprettholde tre (3) sekunders stabilisering etterpå.

En advantage gis også for lovlige submission-forsøk som skaper en reell fare for motstanderen, definert som en realistisk mulighet for å oppnå submission, bevisstløshet eller skade.

Advantage skal bare gis når det ikke lenger er en sjanse for utøveren til å fullføre poenghandlingen eller når submission-forsøket er fullstendig unnslettet.

8.2.1 En advantage kan tildeles **selv etter at** en kamp har gått sin gang, men før resultatet er kunngjort, forutsatt at vilkårene for advantage var oppfylt.

8.2.2 En utøver som gjør en eller flere poenggivende handlinger mens man **allerede er under angrep fra et submission-forsøk** fra motstanderen, skal bare tildeles en enkelt advantage hvis submission-forsøket ikke ble unnslettet ved slutten av matchtiden.



Signal for å gi en advantage



Submission forsøk må skape en reell fare for å få en advantage.



Advantage tildeles bare når det ikke lenger er sjanse til å fullføre en poenggivende handling eller submission.



KAPITTEL 9

POENGGIVENDE HANDLINGER OG POSISJONER

KAPITTEL 9

POENGGIVENDE HANDLING: TAKEDOWN

9.1 En takedown er når en utøver, med kontinuitet fra stående kamp, tvinger motstanderen til bakken i bunnposisjon (rygg-ned, sidelengs, sittende) eller knelende/ mage-ned med hoftekontroll fra bak skulderlinjen.

Den angripende utøveren må stabilisere topposisjonen i tre (3) sekunder etter et takedown-forsøk for å motta to (2) poeng.



Lander på minst ett kne med hoftekontroll bak skulderen



Lander flatt på ryggen



Lander sidelengs



Lander sittende

9.1.1 Når en utøver, med kontinuitet fra stående, tvinger motstanderen i bakken på **minst ett kne** eller **liggende på magen**, vil poeng bare oppnås når utøveren som utfører takedownen har etablert kontroll over hoftene nedenfor motstanderens skulderlinje, med respekt for tre-sekunders stabiliseringsregelen.

- Å oppnå ryggkontroll med begge benkrokene på plass i den samme handlingen for tre (3) sekunder med kontroll vil i tillegg til poeng for takedown gi fire (4) poeng for ryggkontroll.

9.1.2 Utøvere som begynner en takedown-bevegelse **før** motstanderen trekker guard skal tildeles takedown-poeng for trekket, med respekt for tre-sekunders stabiliseringsregelen.

9.1.3 Når en utøver har **et grep** om motstanderens **ben** eller **Gi bukseben** og motstanderen **trekker til guardposisjon** på bakken, skal utøveren som grep beinet tildeles takedown-poeng for bevegelsen, med respekt for tre-sekunders stabiliseringsregelen.

9.1.4 Hvis en utøver har et grep om motstanderens ben eller Gi-bukseben og motstanderen **hopper til lukket guard og forblir hengende i luften**, må utøveren som grep beinet legge motstanderens rygg på bakken **innen tre (3) sekunder** for at det skal være et kontinuerlig takedown-forsøk.

- Hvis motstanderen plasseres på bakken etter at de tre (3) sekundene har gått, kan ingen takedown-poeng (poeng eller advantage) oppnås.
- I divisjoner der det er forbudt å hoppe for til guard, vil MR avbryte og tildele en straff til den fornærmende utøveren, restarte kampen stående, og to-poeng for takedown vil bli gitt.

9.1.5 Hvis en utøver utfører en takedown der motstanderen lander på **sikkerhetsområdet**, bør utøveren som utfører takedownen ha begge føttene innenfor kampområdet når bevegelsen begynner for at en takedown-score skal tildeles.

- Hvis utøverne forblir i sikkerhetsområdet etter nedtakelsen, vil MR først stoppe kampen etter de tre (3) sekundene med stabilisering.
- MR vil da tildele poengene og starte kampen på nytt i midten av kampområdet i samme posisjon som da kampen ble stoppet.
- Hvis posisjonen ikke er stabilisert, vil det gies en advantage for takedown-forsøket, så lenge vilkårene for dette er oppfylt.

9.1.6 Når motstanderen, fra en stående stilling med et grep, går ned til minst ett kne, kan bare den stående utøveren oppnå en poengsum for en takedown-bevegelse. **En knelende utøver kan ikke få poeng for takedown** uten kontinuitet fra en stående posisjon.

9.1.7 Når en utøver forsøker enkelt- eller dobbeltben takedown og motstanderen lykkes med en **kontringshandling** og oppnår stabiliserende kontroll for tre (3) sekunder, vil den opprinnelige takedown **ikke** kunne få advantage.

- Kontringen må begynne før utøveren blir tatt i bakken av motstanderen.
- Dersom kontringen ikke oppnår stabilisering i tre (3) sekunder kan kun den opprinnelige takedown tildeles advantage.
- Om den opprinnelige takedown tvinger utøveren i matten først, og bunnspilleren benytter en guard for å oppnå topposisjon vil det telle som en sweep (ikke kontring) og det kan gis poeng for både den opprinnelige takedown og sweep til de respektive utøverne.

9.1.8 Ingen poeng (eller advantage) for takedown:

- Utøvere som forsøker en takedown etter at motstanderen allerede har **etablert guard**, skal ikke tildeles poeng for handlingen.
- En utøver som med kontinuitet fra å forsvare et sweep, **returnerer motstanderen** tilbake til rygg eller sidelengs på bakken, **før tre (3) sekunder** etter at begge utøverne har reist seg, vil ikke bli tildelt takedown poeng.
- Utøver som forsvarer en **stående ryggkontroll**, der motstanderen har en eller to kroker på plass og **ikke har en fot på matten**, vil ikke bli tildelt poeng for en takedown.
- Om en utøver utfører en takedown som **lander forbi guard**, men umiddelbart blir **snudd over** til bunnposisjon av motstanderen, vil utøveren som forsøkte takedown oppnå en advantage, mens motstanderen som snudde posisjon **etter landing** ikke vil få noen poengsum.

9.1.9 Takedowns kan scores **igjen** hvis begge utøverne returnerer til stående posisjon uten **kontinuitet** fra kamp på bakken.

KAPITTEL 9

POENGGIVENDE HANDLING: SWEEP

Nøkkeldefinisjon: **Guard** er definert som bruken av ett eller begge ben som en kontroll eller blokkering for å stoppe en motstander som er i topposisjon fra å oppnå en dominerende holdende posisjon på ens overkropp.

- Bena trenger ikke være i direkte kontakt med motstanderen (f.eks. sittende guard mot stående motstander) så lenge beina på en eller annen måte er mellom den nederste spilleren og motstanderen.
- En utøver som kommer fra guard til en knelende eller stående stilling uten kontinuitet til en poenggivende handling vil ikke bli ansett for å spille guard lenger.
- Uten kontinuitet fra en guard-posisjon er det ingen sweep eller guard passering som kan oppnås.

9.2 En sweep er når en utøver, som kommer fra guard, endrer nivå med kontinuitet til topposisjon mens man tvinger motstanderen til bunnposisjon (på ryggen, sidelengs, sittende eller knelende/magen-ned med hoftekontroll fra bak skulderlinjen).

To (2) poeng tildeles for vellykkede sweep etter tre (3) sekunders stabilitet i topposisjonen.



9.2.1 Når utøveren som forsøker en sweep er i stand til å tvinge motstanderen til bunnposisjon og når topposisjon, men ikke er i stand til å stabilisere seg i tre (3) sekunder, vil utøveren som forsøker få en **advantage**.

Utøveren kan **ikke** få en advantage for følgende:

- Hvis utøveren starter en sweep som bryter motstanders balanse til bakken, men ikke forsøker å oppnå topposisjon.
- Hvis utøveren utfører en sweep og et øyeblikk oppnår topposisjon, men frivillig trekker seg tilbake til guard.

9.2.2 Når utøveren som forsøker en sweep oppnår **ryggkontrollposisjon** med en eller to kroker mens motstanderen forblir **på minst ett kne**, anses dette for å være en vellykket nivåendring til topposisjon og kan derfor gis poeng for sweep, med respekt for tre sekunders telling.

- Å oppnå ryggkontroll med begge benkrokene på plass i den samme handlingen for tre (3) sekunder med kontroll vil i tillegg til poeng for takedown gi fire (4) poeng for ryggkontroll.

9.2.3 Ingen advantage vil bli gitt for sweep forsøk som **starter og slutter** i en **50/50 guardsituasjon**. Det vil imidlertid bli gitt to (2) poeng hvis nivåendringen til topposisjon fullføres med stabilisering i tre (3) sekunder.



Utøver (blå) som spiller 50/50 guard



Forsøk på sweep

Sweep forsvar og fortsatt 50/50:
INGEN POENG

9.2.4 Ytterligere poeng tildeles samtidig for vellykkede sweep som ender direkte i **kne på mage, full mount** eller **back mount** så lenge de tekniske definisjonene for hver poenghandling og tre sekunders stabilisering er oppfylt.

9.2.5 Et **sweep forsøk** fra en hvilken som helst guard posisjon som går over til stående stilling endres til stående kamp når begge utøverne er på beina i tre (3) sekunder.

- Tellingen på tre (3) sekunder startes når en utøver har **to føtter** på matten og den andre har **minst en fot** på matten.
- Ingen av utøverne kan være på kne..
- Etter tre (3) sekunder i denne posisjonen er det ikke lenger kontinuitet fra guard og mulighet for sweep, og begge utøvere kan oppnå en **takedown-score** på den andre.



9.2.6 Reversering av nivåendringer fra bunn til topposisjon **uten kontinuitet fra guard** (eks. fra sidekontroll) teller ikke som sweeps og vil derfor ikke bli scoret som sådan.

KAPITTEL 9

POENGGIVENDE HANDLING: GUARD PASSERING

9.3 En guardpassering er når en utøver, med kontinuitet fra topposisjon mot en guardspiller, avanserer helt forbi motstanderens ben til en dominerende toppkontrollposisjon mens man holder motstanderen på ryggen eller siden med en hofte på matten.

Tre (3) poeng tildeles for vellykkede guardpasseringer som stabiliseres i tre (3) sekunder.



9.3.1 Ekstra poeng tildeles **samtidig** for vellykkede guardpasseringer som ender direkte i **kne på mage** eller **full mount**, så lenge de tekniske definisjonene for hver scoringsposisjon og tre-sekunders telling er oppfylt.

Guard Pass

Half Guard

Nøkkeldefinisjon: Toppkontroll i halvguard er når toppspilleren, med ett ben fanget i motstanderens halvguard, oppnår kontroll over overkroppen til motstanderen.

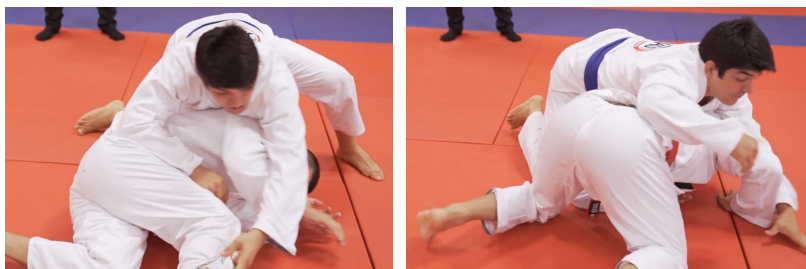


"Negativ halvguard"-posisjon (venstre) anses ikke å være toppkontroll i halvguard.

9.3.2 Når en utøver, som kommer fra et **forsøk på å passere** en åpen eller lukket guard, eller mot en motstander som **trekker** direkte til halvguard fra stående, etablerer **toppkontroll i halvguard**, men ikke er i stand til å fullføre guardpasseringen, vil utøveren få en **advantage** ved å miste toppkontrollposisjonen i halvguard.

- Hvis topputøveren plasseres i halv guard direkte fra et sweep, gjenvinning fra forbi guarden, eller en annen situasjon som ikke passer til definisjonen ovenfor, kan ingen advantage oppnås for toppkontroll i halvguard.
- Hvis utøveren fullfører guard-passeringen, vil det bli gitt tre poeng for den vellykkede passeringen, og ingen advantage.

9.3.3 Hvis en guardspiller blir tvunget til turtle posisjon, legge seg **med magen ned** eller **snu seg bort for å knele** for å **forhindre en guardpassering**, vil utøveren som prøvde passeringen få en **advantage**. Advantage må bare gis når passeringen ikke kan fullføres. (eks. ved å tvinge motstander på rygg og oppnå sidekontroll)



Forsøk på guard passering

Motstander går til turtle for å hindre pass:
ADVANTAGE (hoftekontroll nødvendig)

9.3.4 Hvis guardspilleren blir tvunget til å **rulle bakover** til knelende stilling, kan den passeringsforsøkende spilleren **bare** få en **advantage** ved å oppnå **hoftekontroll** fra topposisjon bak motstanderens skulder.



Guardspiller tvunget til å rulle bakover



Passeringsforsøkende utøver oppnår hoftekontroll bak skulderlinjen:
ADVANTAGE

9.3.5 Hvis en utøver som allerede er **forbi guarden** plasserer et ben mellom eller foran den nederste spillerens ben, kan utøveren på toppen bare motta poeng for en guardpassering derfra hvis den nederste spilleren **aksepterer guard-posisjonen** ved først å kontrollere eller blokkere toppspilleren ved hjelp av beina. Ellers kan ingen poeng for guardpassering oppnås.

9.3.6 For **spiderguard fot-på-bicep-scenario** : Hvis den passeringsforsøkende utøveren er i stand til å plassere et kne eller leggben på motstanderens overkropp forbi hoftelinjen, vil den passeringsforsøkende spilleren fortsatt bli ansett for å være inne i guarden så lenge den nederste spillerens fot-på-biceps-ben fortsatt er rett.



- -Det kan ikke gis noen poeng ennå i dette scenariet.
- -Hvis fot-på-biceps-benet er bøyd, kan MR begynne tre sekunders stabiliseringstilling for å passere guard og kne på magen hvis det er aktuelt.

9.3.7 Hvis utøveren på topp et øyeblikk **oppnår en passeringsposisjon** for å få minst en advantage for passeringen, er det ikke lenger **kontinuitet** fra guardposisjon. Derfor kan eventuelle reverseringer av bunnspilleren forbi guarden ikke scores som sweep-forsøk.

9.3.8 Hvis en passeringsforsøkende utøver havner bryst mot rygg **bak en sittende guard-spiller** og ikke klarer å fullføre passeringen, vil en **advantage** gis.

KAPITTEL 9

POENGGIVENDE HANDLING: KNE PÅ MAGEN

9.4 Kne på mage-posisjon er når utøveren i topposisjon plasserer et kne eller leggen på eller over magen, brystet eller ribbeina til en motstander som ligger flatt på ryggen eller sidelengs.

Utøveren må være vendt mot hodet til motstanderen i stedet for bena med det andre kneet ikke hvilende på matten for å få poeng.

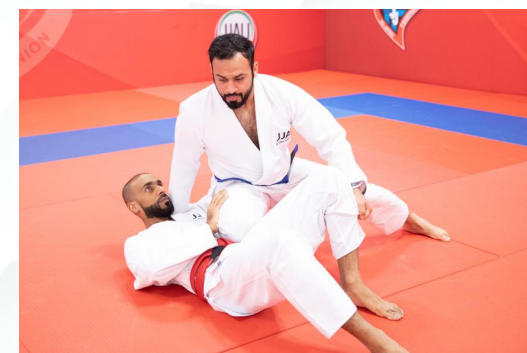
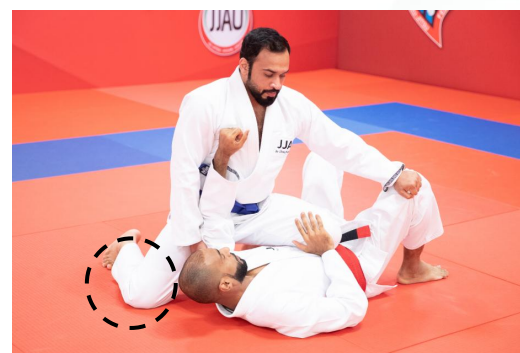
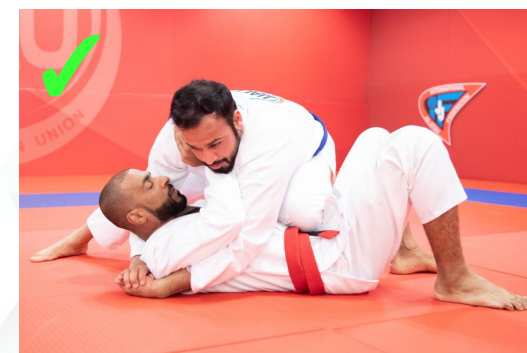
To (2) poeng gis for vellykket stabilisering av kne på mageposisjon i tre (3) sekunder.

9.4.1 Når en utøver i topposisjon plasserer et kne eller leggskinn på magen, brystet eller ribbeina til motstanderen, men har det **andre kneet på matten**, vil MR fortsette å observere om utøveren er i stand til å fullføre posisjonen som teknisk definert i tre (3) sekunder for å score poeng.

- Hvis den forsøkende utøveren blir tvunget til en annen posisjon før poengene kan tjenes eller kamptiden renner ut, vil utøveren få en fordel.

9.4.2 Når en utøver som allerede har oppnådd kne på mage **bytter** til kne på mage på den andre siden eller **villig trekker seg tilbake** i progresjon/posisjon og deretter går tilbake til kne på mage, vil det ikke bli gitt noen ekstra poengsum.

- Hvis utøveren blir tvunget av motstanderen til å miste posisjonen, kan kneet på magen tildeles igjen, med respekt for tre-sekunderstilling og teknisk definisjon.



Knelende på matte: **ADVANTAGE**
hvis stillingen ikke er fullført
som teknisk definert

Vendt mot bena: **INGEN POENGSUM**
for kne på magen

9.4.3 Når en utøver som allerede har oppnådd **full mount** enten frivillig trekker seg tilbake eller blir tvunget til å gå tilbake til kne på mage, vil det ikke bli gitt noen poengsum for kne på magen posisjonen.

- Hvis utøveren blir tvunget av motstanderen til en posisjon som er lenger bak i progresjonen (for eksempel sidekontroll, nord-sør eller guard), scorer kneet på magen kan tildeles på nytt, med respekt for tre sekunders telling og teknisk definisjon.

KAPITTEL 9

POENGGIVENDE HANDLING: FULL MOUNT AND BACK MOUNT

9.5 Full mount-posisjon er når utøveren i topposisjon sitter skrevs over overkroppen til en motstander som ligger på ryggen eller sidelengs med ingen av knærne over motstanderens skulderlinje og maksimalt en av motstanderens armer fanget under bena. Topp spilleren kan enten ha begge knærne på matten (klassisk mount) eller ett kne og en fot på matten (teknisk mount).

Back mount-posisjon er når utøveren i topposisjon sitter skrevs over overkroppen til en motstander som ligger med magen ned med ingen av knærne over motstanderens skulderlinje og maksimalt en av motstanderens armer fanget under bena.

Fire (4) poeng tildeles for vellykket stabilisering av full mount eller back mount i tre sekunder.

9.5.1 Full mount og back mount er anerkjent som to forskjellige posisjoner, og de anses som like i progresjon til ryggkontroll som de høyest mulige poengposisjonene.

- Derfor tildeles de fire poengene hver gang noen av disse posisjonene oppnås, så lenge den tekniske definisjonen er oppfylt.
- Dette inkluderer hver gang utøveren bytter mellom full mount og back mount eller omvendt.



Klassisk full mount



Teknisk full mount



Grapevine full mount



Full mount med bare én arm fanget



Back mount

9.5.2 Hvis utøveren forsøker enten full mount eller back mount-posisjon med **begge motstanderens armer** fanget under bena, vil MR fortsette å observere om utøveren er i stand til å fullføre posisjonen som teknisk definert i tre (3) sekunder for å score poeng.

- Hvis den forsøkende utøveren blir tvunget til en annen posisjon før poengene kan tjenes eller tiden renner ut, vil utøveren få en fordel.

9.5.3 Hvis utøveren **villig trekker seg tilbake** fra full mount eller back mount og deretter returnerer til samme posisjon, vil det ikke bli gitt noen ekstra poeng.

- Hvis utøveren blir tvunget av motstanderen til å miste posisjonen, kan poengene tildeles på nytt, med respekt for tre-sekunderstillingen og tekniske definisjoner.



Begge armene fanget: **ADVANTAGE**
hvis full mount ikke fullføres som teknisk definert



Trekant fra toppkontroll: **INGEN POENG**



Omvendt full mount: **INGEN POENG**

KAPITTEL 9

POENGGIVENDE HANDLING: RYGGKONTROLL

9.6 Back Control/Ryggkontroll-posisjon er når en utøver, bak motstanderen, plasserer begge bena som kontrollkroker med hæler enten foran hoftebeina eller mellom bena til motstanderen, med maksimalt en arm fanget og med krokene/hælene under skulderlinjen.

Bena må ikke krysses på noen måte for å få poeng.

Fire (4) poeng tildeles for vellykket stabilisering av ryggkontroll i tre (3) sekunder.

9.6.1 Hvis utøveren, mens man forsøker ryggkontroll, bare oppnår en **krok**, eller **krysser/trekanter** bena, eller har **begge motstanderens armer** fanget inne i krokene, vil MR fortsette å observere om utøveren er i stand til å fullføre posisjonen som teknisk definert i tre (3) sekunder for å score poeng.

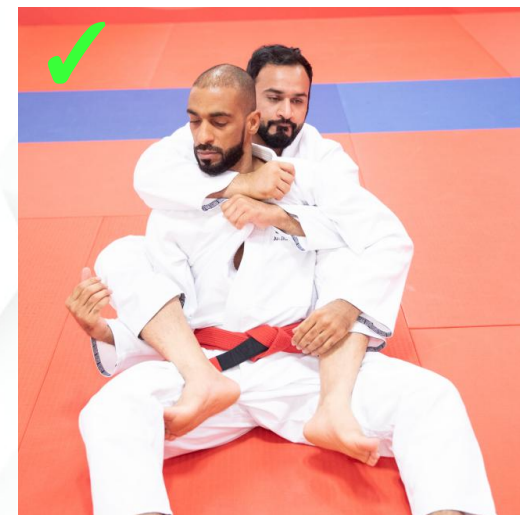
- Hvis den forsøkende utøveren blir tvunget til en annen posisjon før poengene kan tjenes eller kamptiden renner ut, vil utøveren få en **advantage**.

9.6.2 En utøver må fullstendig miste tilgangen til motstanderens rygg før hen på nytt kan få poeng for ryggkontroll.

- Bare å fjerne kroker og returnere dem gir ingen ekstra poeng (eller **advantage**) for ryggkontroll.



Ryggkontroll med to kroker



Ryggkontroll med bare én arm fanget

ADVANTAGE for disse situasjonene hvis ryggkontroll ikke er fullført som teknisk definert:



Føtter/ankler krysset



Kroppstrekant



Begge armer fanget



KAPITTEL 10

SUBMISSIONS

10.1 Følgende liste dekker utvalget av lovlige submissions for **åpen beltegrads** konkurranser blant aldersgruppene **U18 og eldre**, med forbudte handlinger oppsummert for alle aldersgrupper på **side 59**. Se tabellen på **side 60** for konkurranser med divisjoner sortert etter belterangering eller tilsvarende erfaringsnivå.

- Alle **kvelninger** er tillatt, bortsett fra med bare hender eller fingre rundt motstanderens hals.
 - Hvis et kvelningsforsøk setter den forsvarende utøveren i en ansiktsknusende handling, vil angrepet bli ansett som et lovlig forsøk.
- Alle **rotasjons** - eller **hyperekstensjonslåser** som påfører kraft på skulderen eller **albuen** er tillatt.
- Alle låser som bruker kraft på **håndleddet** er tillatt i U18 og eldre.
- **Rette ankellåser** er tillatt i U18 og eldre.
- Interne kompresjonsforsøk på albuen eller kneet (også kjent som **biceps- eller calf-slicer**) er tillatt i U18 og eldre.
- Rett knehyperekstensjon (**kneebar**) låser er tillatt hos U18 og eldre, så lenge kraften i angrepet er langs den naturlige forlengelsen av kneet i stedet for en lateral (sidelengs) kraft til kneet.
- **Innvendig roterte ankellåser** (f.eks. toe-hold eller Estima-lås) er tillatt i U18 og eldre.
- **Benlåser** som påfører en **sideveis-** eller **rotasjonskraft** på kneet er kun tillatt i **No Gi**-divisjoner for **U21 og voksne** aldersgrupper. I alle andre divisjoner og aldersgrupper er de forbudt.
 - Denne definisjonen inkluderer, men er ikke begrenset til: innvendig/utvendig hæl krok, Z-lås, sideveis kneebar og leg reap med en fanget eller angrepet fot.
 - Eksternt roterte ankellåser (f.eks. omvendt toe-hold, Aoki-lås) anses å være rotasjonsangrep på kneet, og er derfor forbudt i alle divisjoner unntatt U21 og Adult No Gi.
- Enhver **nakke-** eller **ryggradslås** som bevisst roterer, hyperflekser eller hyperstrekker motstanderens ryggstøyle for å oppnå overgivelse eller skade er forbudt.
 - Hvis et kvelningsforsøk setter den forsvarende utøveren i en slags ryggradslås, vil angrepet bli ansett som en lovlig submission i aldersgrupper U18 og eldre så lenge en gjenkjennelig lovlig kvelning blir forsøkt.

10.2 Kamper vil bli stoppet umiddelbart når en utøver viser et **fysisk eller verbalt signal** om at motstanderens angripende submission-grep ikke lenger kan forsvares trygt. Stansen vil skje i følgende tilfeller:

- Når en utøver bruker en **hånd** til å **tappe** på motstanderen, bakken eller seg selv på en klar og tydelig måte.
- Når utøveren bruker en **fot** til å **tappe** på bakken på en klar og tydelig måte når man ikke kan bruke armene.
- Når en utøver **muntlig** ber om at kampen skal stoppes eller sier **"tap"** eller et annet verbalt tegn på overgivelse.
- Når utøveren roper, grynter eller **avgir støy som uttrykker smerte** når man er fanget i et submission forsøk.
- Utøveren skal erklæres å ha tapt kampen ved å **ha mistet bevisstheten** på grunn av et lovlig grep brukt av motstanderen, eller på grunn av en ulykke som ikke stammet fra en ulovlig handling fra motstanderen.
 - Som en medisinsk forholdsregel vil utøveren som mistet bevisstheten **ikke få lov til å konkurrere** resten av konkurransen.
 - Når dette skjer, er det dommerteamets ansvar for den kampen å informere stevnets hoveddommer.
- I aldersgruppen **U16** og yngre har MR plikt til å **avbryte en submission** og erklære angriperen som vinner selv uten et verbalt eller fysisk tegn på overgivelse hvis det anses å være utrygt for utøveren som er under angrep fra en lovlig submission.

10.3 Utøveren skal tildeles en **advantage** ved forsøk på et submission-hold der motstanderen er satt i **reell fare** for å overgi seg, miste bevisstheten eller bli rimelig skadet på grunn av submission-forsøket. Advantage tildeles først når submission forsøket er fullstendig forsvart.

10.4 Når et forsøk på submission er på plass i **sikkerhetsområdet**, skal MR ikke avbryte kampen.

10.5 Etter en **vellykket lovlig submission**, vil kampen bli stoppet og utøveren som satte submission grepet vil bli erklært som vinner. MR vil heve den tilsvarende armen høyt over hodet med håndflaten vendt fremover for å signalisere at en submission har skjedd.

10.6 Hvis en forsvarende utøver gjør et **legitimt forsøk** på å forsvare en submission (dvs. ikke bare flykter fra matten for å unnsnippe) og dette forsøket fører til at en av utøverne havner utenfor sikkerhetsområdet, vil MR stoppe tiden og tildele to (2) poeng til utøveren som forsøkte submission.

- Kampen vil bli startet på nytt i stående stilling.
- En legitim flukt eller forsvar er en som med rimelighet kan brukes uavhengig av å være nær grensene til kampområdet.

10.7 Uten en klar legitim defensiv handling, vil utøveren som **bevisst forlater** konkurranseområdet **mens man er under angrep** bli diskvalifisert for å flykte fra forsøket på submission.

10.8 Når utøverne forlater kampområdet på grunn **av bevegelsen til utøveren som forsøker submission-grepet** (uten bevisst å forlate matten), vil dommeren ikke markere to (2) poeng etter å ha stoppet kampen.

- Dommeren kan gi en advantage avhengig av hvor nær en submission var på å lykkes, med respekt for advantage reglene.
- Kampen vil bli startet på nytt i stående stilling.

10.9 Hvis en utøver, **mens man angriper** med et submission-hold, **bevisst forlater** konkurranseområdet, vil ingen poeng eller advantage bli tildelt. I stedet vil det bli gitt en straff til utøveren. Kampen vil bli startet på nytt i stående stilling.



Submission forsøk uten **fare**: ingen advantage oppnådd



Submission forsøk med **reell fare**: advantage hvis du slipper unna



KAPITTEL 11

FEIL OG FORBUDTE HANDLINGER

KAPITTEL 11

REKKEFØLGE AV STRAFFER

Når en utøver begår en **mindre feil**, vil dommeren gestikulere med en lukket knyttneve hevet over skulderhøyde ved å bruke armen som tilsvarer den utøveren for å signalisere at det skal gis straff.

Straffer i aldersgruppen **U18 og eldre** vil bli gitt i følgende rekkefølge:

- **1. mindre feil: straffe**
- **2. mindre feil: straffe; advantage** for motstanderen
- **3. mindre feil: straffe; to (2) poeng** til motstanderen
- **4. mindre feil: diskvalifikasjon;** med motstanderen erklært som vinner

Når straff gies til begge utøverne **samtidig** skal dommeren **stoppe kampen** før utdeling av straff.

- Fra **stående**, en **ustabil posisjon**, eller **tredje** samtidige straff for passivitet skal kampen **restartes stående**.
- Om utøverne er på matten i en stabil posisjon skal kampen restartes i samme posisjon.

I aldersgruppen **U16 og yngre** vil straff 4 og 5 hver tilsvare to (2) ekstra poeng for motstanderen, hvor straff 6 resulterer i diskvalifikasjon.



KAPITTEL 11

MINDRE FEIL

11.1 Følgende teller som mindre forseelser som den fornærmende utøveren skal gis en straff for, med hensyn til rekkefølgen av straffer.



Signal for å gi en straffe fra stående stilling før kampen gjenoppas.



Passivitetsadvarsel ("FIGHT!") brukes kun til passivitet på bakken.

Det gis en straff hvis utøveren forblir passiv i ti sekunder etter advarselen.

11.1.1 Passivitet eller stalling er definert som en utøver som åpenbart ikke forsøker å forbedre sin posisjon.

- Når dommeren merker at en eller begge utøverne ikke prøver å komme seg videre i kampen fra **stående stilling** iløpet av ti (10) sekunder, vil dommeren stoppe kampen og signalisere en straffe for en eller begge utøverne, etterfulgt av den verbale kommandoen "FIGHT!".
- I tilfelle passivitet **på bakken** vil MR peke på en eller begge utøverne, si "FIGHT!" og starte en ti-sekunders telling.
 - Hvis en eller begge utøverne på slutten av de ti sekundene ikke har gjort et klart forsøk på å avansere i posisjon eller angripe, vil MR gi en straff til den eller de passive utøverne.
 - Hvis utøveren(e) ikke lenger er passive, vil MR signalisere en pause i passivitetstidtakeren med vinkebevegelsen som brukes til poengkorreksjon.
- MR vil berøre utøveren hvis passivitetssignalet ikke er synlig fra utøverens synspunkt.
- Passivitet vil **ikke** bli kalt for den angripende utøveren som oppnår og forblir i **full mount**, **back mount** eller **ryggkontroll**, så lenge de tekniske definisjonene er oppfylt.
- **Forsvarende** utøvere vil ikke bli tatt for passivitet. Dette inkluderer, men er ikke begrenset til:
 - å bli kontrollert fra dominerende posisjoner
 - forsvare submissions
 - forhindre en forestående poenggivende handling fra motstanderen.

11.1.2 Når en **situasjon med dobbelt guard pull** oppstår (definert som at begge utøverne samtidig søker å spille guard fra stående eller knelende uten at noen av dem tar topposisjon) vil dommeren begynne å telle til tyve (20) sekunder.

- Hvis begge utøverne forblir i dobbel guard pull ved slutten av tellingen, vil kampen bli stoppet, og begge utøverne vil få **straff**. Kampen vil bli startet på nytt i stående stilling.
- Den første utøveren som oppnår en klar topposisjon vil få en **advantage**. Tidstillingen stopper når det ikke lenger er en dobbel guard pull-situasjon.
- Hvis en utøver oppnår og stabiliserer en poenggivende posisjon for å motta **poeng**, vil tidstillingen stoppe..
- Hvis en utøver gjør et reelt forsøk på å score **poeng** eller oppnå en **submission**, vil ikke MR stoppe kampen selv etter at tyve sekunder har gått, og vil fortsette å se på for å se om angrepsforsøket er vellykket.
 - Hvis forsøket mislykkes og **begge utøverne går tilbake til en dobbel guard pull-situasjon**, vil de begge bli straffet og kampen vil starte på nytt i stående stilling.

11.1.3 I en **50-50 jakkeslag/lapel guard situasjon** (eller med belte), vil dommeren starte en 20-sekunders nedtelling. Hvis det ikke oppnås noe sweep eller guard endring, vil dommeren utstede en straff til utøveren som holder denne posisjonen, selv om utøverne var i aktiv bevegelse.

- Hvis et sweep oppnås, vil dommeren først stoppe nedtellingen når utøveren slipper motstanderens belte eller jakkeslag.
- Hvis utøveren slipper jakkeslaget eller beltet etter at dommeren begynte nedtellingen, men forblir i 50-50 guard, vil dommeren fortsette å telle.

11.1.4 **Forlater** man konkurranseområdet eller bare **dytter** motstanderen ut uten et teknisk angrep, eller på annen måte **løper** rundt i konkurranseområdet eller **nekter å engasjere seg** med motstanderen.

11.1.5 Bevisst å plassere en **hånd** eller **fot** på motstanderens **ansikt**.

11.1.6 Å **gå til bakken uten grep**, enten det er til knelende eller guard.

- Hvis dette skjer, vil dommeren stoppe handlingen, gi straffen til den fornærmende utøveren og starte kampen på nytt i stående stilling.

11.1.7 **Bryte kontakten** og deretter **nekte å delta** i kamp på bakken.

11.1.8 **Gripe på innsiden** av motstanderens **Gi-ermer** eller **bukseben**.

- Tommelspissen er tillatt så lenge de andre fingrene tar tak i stoffet fra utsiden. (f.eks. edderkoppgrep)
- Det er lovlig å gripe linningen på Gi-buksene.

11.1.9 Føre en hånd **inn i Gi** for å gripe en indre eller ytre del av den.

11.1.10 **Bruk beltet** til enhver teknikk når det **ikke lenger er bundet**.

11.1.11 Å plassere en **fot** bevisst inne i motstanderens **belte** eller **krage** nær halsen.

11.1.12 Plassere en **fot** bevisst inne i **jakkelaget** på Gi-jakken **uten håndgrep** på samme side, eller **trække på jakkelaget** for å fange det på matten.

11.1.13 For **No Gi-konkurranser** : ta tak i motstanderens eller ens egen rashguard, shorts, leggings eller andre klær.

11.1.14 Å **forsinke** kampen ved ikke å være klar til å konkurrere når man blir kalt til matten, eller bruke for mye tid på å fikse antrekket sitt.

- Dette inkluderer, men er ikke begrenset til, å bruke feil antrekk, bruke eller ha forbudte gjenstander etter at kampen har startet, fjerne beltet, åpne ens egen gi, fjerne en hijab, eller når en utøver bruker mer enn 20 sekunder på å knytte beltet og/eller buksene under et stopp i kampen.
- Dette inkluderer også å mislykkes i en antrekkskontroll som ble forespurt av MR, med resultat i behov for å bytte antrekk.

11.1.15 **Snakke** med dommeren, motstanderen, treneren, publikum eller noen andre under kampen med ord eller gestikulering, eller motsi dommeren på noe vis, med følgende unntak:

- Informere dommeren om et medisinsk eller sikkerhetsproblem
- Informere dommeren om et utstyr/antrekkproblem
- Svare på et spørsmål fra dommeren

11.1.17 Å ikke adlyde dommerens ordre eller mindre handlinger av **usportslig oppførsel** eller **forakt** som ikke er alvorlige nok til å bli diskvalifisert.

11.1.18 Forlate konkurranseområdet bevisst for å **hindre** motstanderen i å oppnå en **poenggivende posisjon** eller opprettholde en dominerende posisjon.

- **To (2) poeng** vil også bli tildelt motstanderen, og den vanlige strafferekkefølgen må fortsatt følges.
- Hvis det var en stabil posisjon før utøveren flyktet fra matten som kan gjenskapes, vil kampen bli tilbakestillt i **samme posisjon** i midten.
- Hvis det ikke var noen stabil posisjon, vil kampen bli **tilbakestillt stående**.
- En **advantage** kan tildeles dersom vilkårene for det er oppfylt.

11.1.19 Forlate **konkurranseområdet** etter at kampen er avsluttet, men **før** vinneren er annonsert.

11.1.20 For **U16** aldersgruppe og yngre: **hoppe til guard** eller **flygende submission-forsøk**. Kampen vil bli restartet stående og en straffe gitt.

- To (2) poeng vil også bli tildelt motstanderen hvis betingelsene er oppfylt i henhold til regel **9.1.4** (hoppe til guard med et grep om beinet).

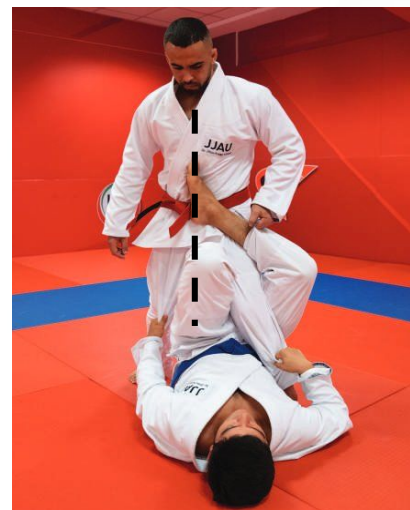
11.1.21 Upassende oppførsel, tegn eller gestikulering for å vise overlegenhet, dansing eller annen usportslig oppførsel som ikke er alvorlige nok til å rettferdiggjøre en diskvalifikasjon kan gis en straff.

11.1.22 Angående mindre feil som begås **under et forsøk på submission**, uavhengig av reell fare:

- Hvis utøveren som **utfører submission** begår en mindre feil som tvinger dommeren til å avbryte, vil kampen bli gjenopptatt stående og en **straff** gitt til den fornærmende utøveren.
- Hvis utøveren som **forsvarer** et submission begår en mindre feil som tvinger dommeren til å avbryte, blir straffen oppgradert til en **diskvalifikasjon**.

11.1.23 Påføring av en **delvis kne reap**-handling på en benfletting (*ashi garami*) der angriperens ben går rundt primærbeinet bak motstanderens lår og over hoften med foten **foran** motstanderens overkroppsmidtlinje, med foten på det angrepne-/primær beinet enten **stående** eller **fanget**.

- Så lenge foten på primærbeinet **ikke blir angrepet** med en submission samtidig, vil denne situasjonen bare få en **straff** og ikke en diskvalifikasjon.
- MR vil stoppe handlingen, flytte benet som er i reaping-posisjon til en lovlig posisjon, gi straffen og gjenoppta kampen.
- **Unntak** : denne typen stilling er lovlig i No Gi-arrangementer i U21- og voksenaldersgruppene.



Delvis reap med foten **foran midtlinjen** med motstanderens fot **stående** eller **fanget** (venstre): **STRAFFE**

MR vil fjerne reap-benet, gi straff og gjenoppta kampen.

Benfletting med fot **utenfor midtlinjen** (høyre): **LOVLIG**

11.1.24 Utsiktet handling eller reaksjon på en måte som setter **motstanderen** i en ulovlig posisjon.



KAPITTEL 11

ALVORLIGE DISIPLINÆRE FEIL

11.2 Følgende handlinger anses som alvorlige disiplinære feil. Utøvere som blir observert av dommeren for å ha begått en disiplinær feil, vil automatisk bli diskvalifisert uten diskusjon.

Fornærmende utøver vil bli fjernet fra stevnet/konkurransen og kan ikke motta medalje!

11.2.1 Når en utøver bruker **banning** eller **uanstendige gester** i forhold til en motstander, sekretariat, funksjonærene, dommeren eller tilskuere, før, under eller etter kampen.

11.2.2 Når en utøver viser **fiendtlighet** mot en motstander, sekretariat, funksjonærene, dommeren eller tilskuerne, før, under eller etter kampen.

11.2.3 Når en utøver **biter, drar i håret, slår** eller legger **press på kjønnsorganer eller øyne**, eller med vilje bruker et **traumatisk slag** av noe slag (som slag, albuer, knær, hodeskalling, spark osv.)

11.2.4 Når en utøver viser **respektløshet** overfor en motstander, sekretariat, funksjonærene, dommeren eller tilskuere, enten verbalt eller i gester under eller etter en kamp.

11.2.5 Når en eller begge utøverne ikke tar kampen seriøst og deltar i lek eller **falsk slåssing**.

11.2.6 Når en utøver viser en holdning som er **grovt upassende** eller **usportslig** for en konkurranse, eller engasjerer seg i noen annen form for dårlig oppførsel før, under eller etter kampen.

For å signalisere en disiplinær eller teknisk diskvalifikasjon vil MR krysse armene med knyttede never over hodet og deretter peke på den diskvalifiserte utøveren før man kunngjør vinneren



KAPITTEL 11

ALVORLIGE TEKNISKE FEIL

11.3 Følgende handlinger teller som større tekniske feil, og den fornærmende utøveren skal diskvalifiseres uten diskusjon.

11.3.1 Å utøve enhver handling med åpenbar **hensikt å skade** motstanderen eller en **uakseptabel tilsidesettelse av sikkerheten** med en klar risiko for å skade motstanderen alvorlig.

11.3.2 Å villig forlate konkurranseområdet mens du **er under angrep** av et forsøk på submission.

11.3.3 Å bruke enhver submission-/grepsmekanikk som påfører farlig kraft på motstanderens **nakke eller ryggrad** uten at det er kvelningsforsøk på plass.

- Merk: Å trekke i den øverste spillerens nakke eller hode for å bryte holdningen mens du kommer fra bunnposisjonen anses ikke som et angrep på nakken.

11.3.4 Å **dunke/slamme** motstanderen som var i guard, ryggkontroll, forsøkte en submission, eller hvilken som helst annen sammenflettet posisjon i matten.

- Hvis en utøver plukker opp en motstander fra bakken, er det utøverens ansvar å unngå å smelle motstanderen, selv om det er utilsiktet eller fra tap av balanse.

11.3.5 Når en dommer blir oppmerksom på at en utøver ikke har på seg **passende undertøy** under uniformen/antrekket.

11.3.6 Å bruke låser som angriper motstanderens **finger** eller **tær**.

11.3.7 Suplex-bevegelse eller annen takedown eller kontrung som **fører eller tvinger motstanderens hode eller nakke i bakken**, enten bevisst eller ved grov ignorering av motstanderens sikkerhet.

11.3.8 Når en utøver **kveler** motstanderen med **bare hender** (med en eller begge hender rundt motstanderens hals eller legger press på motstanderens luftrør ved hjelp av fingrene eller tommelen), eller bruker en hånd for å **blokkere luftpassasjen** til motstanderens nese eller munn.

11.3.9 Å bruke **benlåser** som bruker en **roterende** eller **lateral/sideveis** kraft for å angripe kneet, bortsett fra No Gi-konkurranser i U21 og voksne aldersgrupper.

11.3.10 Bruke en **knee-reap** handling som setter motstanderens kne i rimelig fare for en **rotasjons-** eller **lateral/sideveis** kraft fra utsiden, bortsett fra No Gi-konkurranser i U21 og voksne aldersgrupper. En av følgende betingelser vil telle mot en diskvalifikasjon:

- Hvis angriperens reap-ben **krysser forbi** forsvarerens overkropp midtlinje (full reap) med en fanget **fot**.
- Hvis foten til angriperen er foran forsvarerens overkroppsmidtlinje (delvis reap) mens man **forsøker en submission** på det fangede beinet,
- (Eksempler på **side 56**)

11.3.11 Når en utøver med vilje **forsøker å få motstanderen diskvalifisert** ved bevisst å plassere motstanderen i en ulovlig stilling.

11.3.12 Å påføre seg selv kremer, salver, kosmetiske produkter eller glatte **stoffer** som kan påvirke motstanderens evne til å konkurrere rettferdig, eller hvis sminke, hårfarge eller andre kosmetiske produkter **flekker/farger** motstanderens uniform/antrekk.

11.3.13 Når en utøver etter å ha blitt bedt om å **bytte konkurranseantrekk** av dommeren, ikke er i stand til å bytte til et nytt innen en tidsramme fastsatt av dommeren.

KNE REAP GUIDE: **DISKVALIFIKASJON** (ALVORLIG FEIL)

(UNNTATT U21 OG VOKSEN INGEN GI)



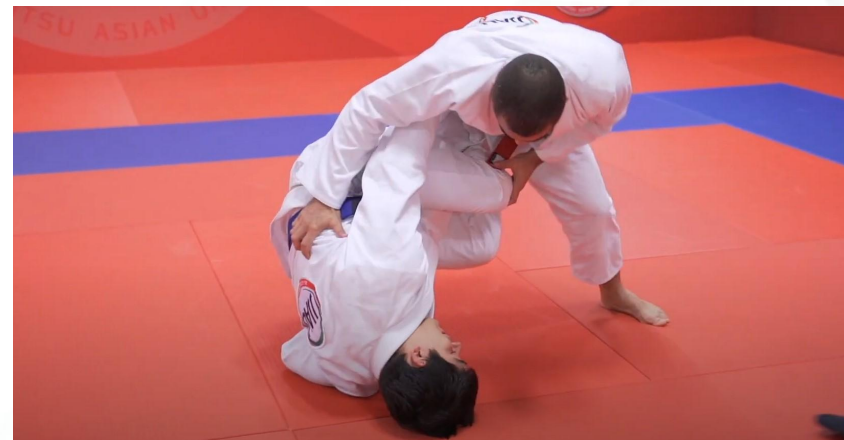
Full reap (over midtlinjen) med en fanget fot på det angrepne benet



Full reap (over midtlinjen) på et stående eller fanget ben



Delvis eller full reap (foran eller over midtlinjen) med en submission på det låste benet



I tilfeller der en utøver reiser seg fra bakken hvor motstanderen ved et uthell krysser midtlinjen i en benfletting er det utøveren som holder benflettingen som må være den som fjerner den ulovlige posisjonen eller blir diskvalifisert. (U18, U21, Voksen og Masters)

Posisjonen vil bli tilbakestillt til åpen guard for U16 og yngre uten feil. Hvis det kommer fra en sweep, vil dommeren vente for 3 sekunders stabilisering før man avbryter.

KNE REAP GUIDE: STRAFFE (MINDRE FEIL) (UNNTATT U21 OG VOKSEN NO-GI)

Delvis reap (foran, men ikke over midtlinjen) med en **stående** eller **fanget fot** på det angrepne benet



Dommeren stopper kampen og flytter foten til en lovlig posisjon utenfor motstanderens midtlinje.



Dommeren gir en straff til den fornærmende utøveren.



Dommeren gjenopptar kampen.

KNE REAP GUIDE: **LOVLIG** (INGEN FEIL)



Lovlig benlås med foten **utenfor** midtlinjen



Lovlig benlås med benet krysset **under** motstanderens **kne**



Krysser midtlinjen bak låret med en **fri fot** på det primære flettede/angrepne benet



Utøveren kan **fange** eller forsøke en lovlig **benlås** på **sekundærbenet** så lenge foten til det primære flettede benet (omkranset over) er fri

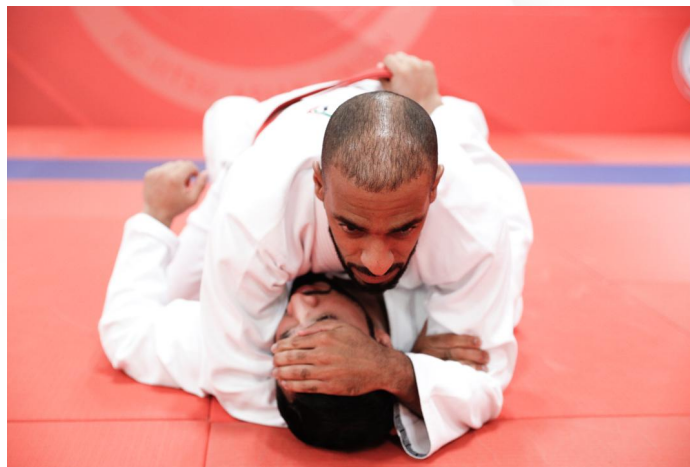
	Gi og No Gi		Gi	No Gi		Teknikkene som er listet opp nedenfor skal diskvalifiseres i <u>åpne belte aldersgrupper</u> merket med X med mindre annet er spesifisert.
	U12 og under	U14 / U16	U18 / U21 / Voksne / Masters	U18 / Masters	U21 / Voksne	
1	X	✓	✓	✓	✓	Submission som strekker bena fra hverandre (banansplitt)
2	X	X	✓	✓	✓	Kvelning med samtidig ryggslås eller nakkebend (inkludert, men ikke begrenset til: triangle uten arm, nord-sør choke, hodesaks choke, etc)
3	X	X	✓	✓	✓	Arm triangle kvelning og andre kata gatame-variasjoner (anaconda, D'arce, buggy, etc.)
4	X	X	✓	✓	✓	Front headlock kvelning uten krage (giljotin)
5	X	X	✓	✓	✓	Underarm kvelning ved hjelp av ermet (Esekiel choke)
6	X	X	✓	✓	✓	Roterende skulderlås ved hjelp av bena (omoplata, baratoplata, etc.)
7	X	X	✓	✓	✓	Trekker i hodet mens du prøver en triangle kvelning
8	X	X	✓	✓	✓	Rett ankellås (på linje med kneet eller vendt utover)
9	X	X	✓	✓	✓	Bruke guard til å påføre en kompresjonslås på motstanderens organer/ribbein
10	X	X	✓	✓	✓	Håndleddslås av noe slag
11	X	X	✓	✓	✓	Forsøk på å single-leg takedown med angriperens hodet på utsiden av motstanderens kropp (INGEN FEIL: TILBAKESTILL STÅENDE)
12	X	X	✓	✓	✓	Hoppe til lukket guard eller flygende submissions (MINDRE FEIL: TILBAKESTILL STÅENDE OG GI STRAFF)
13	X	X	✓	✓	✓	Kompresjonsforsøk på albuen eller kneet/legg (bicep slicer eller calf slicer)
14	X	X	✓	✓	✓	Rett kne lås/knee-bar (på linje med kneet)
15	X	X	✓	✓	✓	Innvendig roterende ankellås (toe-hold, Estima-lås, corkscrew, etc.)
16	X	X	✓	✓	✓	Rett ankellås som vender innover (vendt mot retningen til det frie benet)
17	X	X	X	X	✓	Innvendig eller utvendig hæl krok
18	X	X	X	X	✓	Benlåser som påfører en rotasjonskraft (vridning) eller sideveis (sidelengs) kraft på kneet
19	X	X	X	X	✓	Full knee reap (fot krysset forbi midtlinjen) med submission, eller fanget eller stående fot på det angrepne benet (DQ) Delvis knee reap (fot på/foran midtlinjen) med submission på det angrepne benet (DQ) Delvis knee reap med fanget eller stående fot på det angrepne benet (MINDRE FEIL: FJERN KNEE-REAP OG GI STRAFF) *Ingen fanget fot = ingen feil (så lenge det er forstått av dommeren at det ikke er noen fare for det fangede kneet)
20	X	X	X	X	✓	Eksternt roterende ankellås (omvendt toe-hold, Aoki-lås, etc.)
21	X	X	X	X	X	Dunk/slam fra guard, back control/ryggkontroll, submissions eller andre posisjoner på bakken
22	X	X	X	X	X	Ryggmargslås eller nakkebend (uten kvelningsforsøk)
23	X	X	X	X	X	Sakse/scissor takedown / kani basami / kane-sute
24	X	X	X	X	X	Bøye eller vri motstanderens fingre
25	X	X	X	X	X	Hodespiking/head-spike mens motstanderen har hodet utenfor under et forsøk på ett ben takedown
26	X	X	X	X	X	Suplex eller annen takedown som krasjer motstanderens hode i bakken (bevisst eller med grov ignorering av sikkerhet)

	Gi and No Gi				Gi	No Gi		Teknikkene som er listet opp nedenfor skal diskvalifiseres i tilsvarende <u>beltedivisjoner</u> merket med X med mindre annet er spesifisert.
	U12 og under (alle belter)	U14 / U16 (alle belter)	Hvit (U18 og over)	Blå	Brun	Brun (Masters)	Brun (Voksne)	
				Lilla	Svart	Svart (Masters)	Svart (Voksne)	
1	X	✓	✓	✓	✓	✓	✓	Submission som strekker bena fra hverandre (banansplitt)
2	X	X	✓	✓	✓	✓	✓	Kvelning med samtidig ryggslås eller nakkebend (inkludert, men ikke begrenset til: triangle uten arm, nord-sør choke, hodesaks choke, etc)
3	X	X	✓	✓	✓	✓	✓	Arm triangle kvelning og andre kata gatame-variasjoner (anaconda, D'arce, buggy, etc.)
4	X	X	✓	✓	✓	✓	✓	Front headlock kvelning uten krage (giljotin)
5	X	X	✓	✓	✓	✓	✓	Underarm kvelning ved hjelp av ermet (Esekiel choke)
6	X	X	✓	✓	✓	✓	✓	Roterende skulderlås ved hjelp av bena (omoplata, baratoplata, etc.)
7	X	X	✓	✓	✓	✓	✓	Trekker i hodet mens du prøver en triangle kvelning
8	X	X	✓	✓	✓	✓	✓	Rett ankeallås (på linje med kneet eller vendt utover)
9	X	X	✓	✓	✓	✓	✓	Bruke guard til å påføre en kompresjonslås på motstanderens organer/ribbein
10	X	X	X	✓	✓	✓	✓	Håndleddslås av noe slag
11	X	X	X	✓	✓	✓	✓	Forsøk på å single-leg takedown med angriperens hodet på utsiden (INGEN FEIL: TILBAKESTILL STÅENDE)
12	X	X	X	✓	✓	✓	✓	Hoppe til lukket guard eller flygende submissions (MINDRE FEIL: TILBAKESTILL STÅENDE OG GI STRAFF)
13	X	X	X	X	✓	✓	✓	Kompresjonsforsøk på albuen eller kneet/legg (bicep slicer eller calf slicer)
14	X	X	X	X	✓	✓	✓	Rett kne lås/knee-bar (på linje med kneet)
15	X	X	X	X	✓	✓	✓	Innvendig roterende ankeallås (toe-hold, Estima-lås, corkscrew, etc.)
16	X	X	X	X	✓	✓	✓	Rett ankeallås som vender innover (vendt mot retningen til det frie benet)
17	X	X	X	X	X	X	✓	Innvendig eller utvendig hæl krok
18	X	X	X	X	X	X	✓	Benlåser som påfører en rotasjonskraft (vridning) eller sideveis (sidelengs) kraft på kneet
19	X	X	X	X	X	X	✓	Full knee reap (fot krysset forbi midtlinjen) med submission, eller fanget eller stående fot på det angrepne benet (DQ) Delvis knee reap (fot på/foran midtlinjen) med submission på det angrepne benet (DQ) Delvis knee reap med fanget eller stående fot på det angrepne benet (MINDRE FEIL: FJERN KNEE REAP OG GI STRAFF) *Ingen fanget fot = ingen feil (så lenge det er forstått av dommeren at det ikke er noen fare for det fangede kneet)
20	X	X	X	X	X	X	✓	Eksternt roterende ankeallås (omvendt toe-hold, Aoki-lås, etc.)
21	X	X	X	X	X	X	X	Dunk/slam fra guard, back control/ryggkontroll, submissions eller andre posisjoner på bakken
22	X	X	X	X	X	X	X	Ryggmargslås eller nakkebend (uten kvelningsforsøk)
23	X	X	X	X	X	X	X	Sakse/scissor takedown / kani basami / kane-sute
24	X	X	X	X	X	X	X	Bøye eller vri motstanderens fingre
25	X	X	X	X	X	X	X	Hodespiking/head-spike mens motstanderen har hodet utenfor under et forsøk på ett ben takdown
26	X	X	X	X	X	X	X	Suplex eller annen takedown som krasjer motstanderens hode i bakken (bevisst eller med grov ignorering av sikkerhet)

Handlingene som vises tilsvarer tabellene over ulovlige handlinger per divisjon på side 59 og 60



1.) Submission som strekker bena fra hverandre (U12 og under)



2.) Kvelning med samtidig ryggglås eller nakkebend (U16 og lavere)



3.) Arm triangle kvelning, kata gatame-variasjoner (U16 og lavere)



4.) Kvelning / giljotin foran (U16 og under)



5.) Underarmskvelning ved hjelp av ermet / Esekiel (U16 og under)



6.) Skulderlås ved hjelp av bena / omoplata, etc (U16 og under)

Handlingene som vises tilsvarer tabellene over ulovlige handlinger per divisjon på side 59 og 60



7.) Triangle kvelning med trekk i hodet (U16 og under)



8.) Rett ankellås på linje eller vendt utover (U16 og under)



9.) Torsokompresjons ved hjelp av ben/guard (U16 og under)



10.) Håndleddslås av noe slag (U16 og lavere)



11.) Single-leg med hodet utenfor (U16 og under) (INGEN FEIL)

Handlingene som vises tilsvarer tabellene over ulovlige handlinger per divisjon på side 59 og 60



12.) Hoppe til lukket guard eller flyvende submission-forsøk (U16 og lavere) (kun MINDRE FEIL)



13.) Biceps- eller calfslicer (U16 og under)



14.) Rett knee-bar (U16 og under)

Handlingene som vises tilsvarer tabellene over ulovlige handlinger per divisjon på side 59 og 60



15.) Innvendig roterende ankellås / toe-hold (U16 og under)



16.) Rett ankellås som vender innover (U16 og under)



17.) Hælkrok (alle kategorier unntatt Voksen No Gi)



18.) Benlåser som påfører en rotasjonskraft (vridning) eller sideveis (sidelengs) kraft på kneet (alle kategorier unntatt Voksen No Gi)

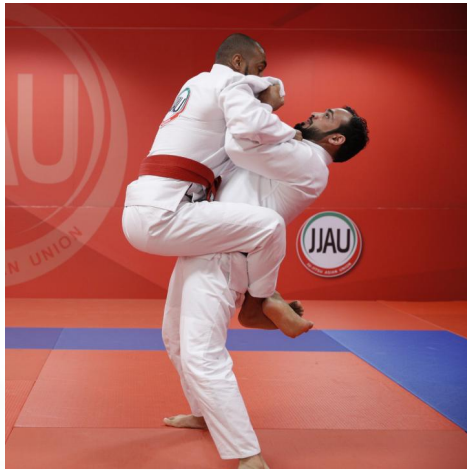


19.) Knee-reaps (retningslinjer på sidene 56, 57 og 58) (alle kategorier unntatt Voksen No Gi)



20.) Eksternt roterende ankellås (alle kategorier unntatt Voksen No Gi)

Handlingene som vises tilsvarer tabellene over ulovlige handlinger per divisjon på side 59 og 60



21.) Dunk/slam fra posisjoner på bakken (alle kategorier)



22.) Ryggglås eller nakkebend uten kvelningsforsøk (alle kategorier)



23.) Sakseffelling / kani basami (alle kategorier)




24.) Bøye eller vri fingre (alle kategorier)



25.) Head-spiking av motstanderen under single-leg kontrung (alle kategorier)





KAPITTEL 12

AVGJØRELSE AV KAMPEN

KAPITTEL 12

AVGJØRELSE AV KAMPEN

Det vinnende utfallet av en kamp kan avgjøres på en av følgende måter som er beskrevet i denne delen.

12.1 Submission: En utøver bruker en lovlig teknikk som fremtvinger et fysisk eller verbalt tegn på overgivelse eller bevisstløshet.

12.2 Poeng: Utøveren med høyere poengsum enn motstanderen ved slutten av den offisielle kamptiden tildeles seieren.

- Den som har **flest poeng** vil bli erklært som vinner.
- Hvis poengene er uavgjort, vil den som har **flest advantages** bli erklært som vinner.
- Hvis poeng og advantage begge er uavgjort, vil den som har **færrest straffer** bli erklært som vinner.

12.3 Diskvalifisering: En utøver blir dømt av dommerne til å ha utført en disiplinær- eller tekniskfeil, eller mottar sin siste straff og motstanderen erklæres som vinner.

- Begge utøverne kan bli diskvalifisert samtidig, uten at noen vinner blir erklært.

12.4 Golden Score: Hvis kampen ender med uavgjort poeng, advantage og straffer, vil kampen gå inn i en uavgjort overtidsperiode med følgende hensyn:

12.4.1 Det er **ingen tidsbegrensning**, og kampen vil fortsette til ett av følgende skjer:

- En utøver oppnår en submission-seier.
- En utøver utfører en handling som vil gi enten **poeng** eller en **advantage** og blir erklært som vinner.
- En utøver får en **straff** og motstanderen blir erklært som vinner.
- En utøver kan ikke fortsette kampen.

12.4.2 Når en utøver har utført en handling som oppfyller kriteriene for **minst en advantage**, kan MR avslutte kampen uten å vente på at poeng skal oppnås.

- I situasjoner der det er en sekvens av bevegelser som vil gi en poengsum til begge utøverne, er den **første** utøveren som oppnår **minst en advantage** vinneren.

12.4.3 Dommeren skal være streng med å advare utøverne for **passivitet** under golden score-perioden.

- Straffer som tildeles **samtidig** for passivitet avslutter ikke kampen.



KAPITTEL 13

WALK-OVER OG MOTSTANDER SOM TREKKER SEG

KAPITTEL 13

WALK-OVER OG MOTSTANDER SOM TREKKER SEG

13.1 Walk-over: En utøver tildeles seieren hvis motstanderen ikke møter til en kamp på en av følgende måter:

- Dersom arrangøren blir gjort oppmerksom på at motparten ikke vil konkurrere.
- Hvis motstanderen blir tilkalt tre (3) ganger i løpet av minst tre (3) minutter og ikke kommer til konkurranseområdet.
- Hvis motstanderen har blitt utestengt fra å delta resten av stevnet/konkurransen på grunn av medisinske eller disiplinære årsaker.

13.2 Motstander trekker seg: En utøver tildeles seieren hvis motstanderen ikke kan fortsette.

- Hvis motstanderen ber MR om å trekke seg fra konkurransen under matchen.
- Hvis motstanderens kollektive to (2) minutter med medisinsk tid går ut eller hvis de blir funnet for å være medisinsk uegnet til å fortsette.
 - Skader eller medisinske problemer skal behandles av en offisiell lege eller lege for arrangementet som vurderer om utøveren kan fortsette.
 - En utøver som ber om å stoppe kampen på grunn av muskelkramper vil ikke få noen medisinsk tid, og motstanderen vil bli erklært som vinner.



KAPITTEL 14

SKADE, SYKDOM OG ULYKKE

KAPITTEL 14

SKADE, SYKDOM OG ULYKKE

14.1 Når en kamp stoppes på grunn av en skade på en eller begge utøverne, kan MR tillate en sammenlagt maksimal tid på **to (2) minutter** til den skadede utøveren for hvile og for å bli vurdert av en offisiell lege eller helseassistent.

- Når en utøver har **brukt opp** all medisinsk tid, skal motstanderen vinne ved at utøveren må trekke seg.

14.2 Den medisinske tiden starter og slutter på kommando fra dommeren.

14.3 Hvis en av utøverne ikke er **i stand til å fortsette**, vil dommeren gjøre en avgjørelse etter å ha vurdert følgende:

- Når årsaken til skaden tilskrives den skadede utøveren, skal den skadede utøveren tape kampen.
- Når det er umulig å tilskrive årsaken til skaden til noen av utøverne, skal den skadede utøveren tape kampen.
- Når skaden er forårsaket på grunn av en forbudt handling, skal den fornærmende utøveren diskvalifiseres og tape kampen.

14.4 En utøver som blir **syk** under kampen og ikke kan fortsette, vil tape kampen ved å trekke seg.


14.5 Det er opp til den **offisielle legens vurdering** om en utøver er medisinsk skikket til å fortsette eller ikke.

14.6 Hvis en utøver **mister bevisstheten** på noe tidspunkt, må kampen stoppes. Utøveren vil ikke få konkurrere resten av konkurransen/stevnet.

14.7 Når en av utøverne ber om at kampen skal stoppes på grunn av **muskelkramper**, skal motstanderen umiddelbart erklæres som vinner av matchen.

14.8 Når en utøver **kaster opp** eller **mister kontrollen over grunnleggende kroppsfunksjoner** med ufrivillig vannlating eller tarminkontinens under kampen, skal utøveren erklæres som taper.

- Når det gjelder en utøver som opplever menstruasjonsblødning under en kamp, vil hun umiddelbart få lov til å skifte undertøy og til nytt antrekk som passer konkurransesstandarder innen rimelig tid, og deretter gjenoppta kampen.
- Å informere dommeren om en slik hendelse vil ikke bli straffet.



KAPITTEL 15

DIVISJONER ETTER BELTEGRAD ELLER ERFARINGSNIVÅ

KAPITTEL 15

DIVISJONER ETTER BELTEGRAD ELLER ERFARINGSNIVÅ

World Ranking-arrangementer er delt inn etter aldersgruppe, men ikke etter belterangering eller erfaringsnivå, og følger et åpent beltegradskonkurransformat. Mer informasjon om tabellen på **side 59**.

I mindre konkurranser som tar i bruk belte- eller nivådivisjoner, må arrangøren, i henhold til JJIF-vedtektene og retningslinjene, respektere regelinnholdet i denne delen og tabellen over forbudte teknikker per beltgrad på **side 60**.

15.1 Divisjoner etter beltegrad (Gi)

15.1.1 Det er ulovlig for hvitbelter, nybegynnere og alle divisjoner U16 og yngre å **hoppe inn i en lukket guardposisjon** eller **forsøke flygende submissions fra stående stilling**. Hvis en utøver forsøker slike handlinger, vil MR stoppe kampen, gi en straff til den fornærmende utøveren og starte kampen på nytt.

15.1.2 I aldersgruppene **U16** og yngre samt **hvitt belte** har ikke utøvere lov med forsøk på å single-leg takedown med angriperens hode på utsiden av motstanderens kropp. Hvis dette skjer, vil MR stoppe kampen og starte kampen på nytt. **INGEN STRAFF** vil bli gitt.

15.1.3 En utøver som er bevist å ha **svart belte i judo**, eller har deltatt i **freestyle eller gresk-romersk brytekonkurransen**, eller har kjempet i **MMA** enten som profesjonell eller som amatør, skal ikke tillates å konkurrere i noen turnering i hvitt belte eller nybegynnerdivisjonen.

15.2 Divisjoner etter erfaringsnivå (no-gi)

15.2.1 U18, U21, voksne og mestere

- **Novice:** opptil 6 måneders total grapplingerfaring
- **Beginner:** 6 måneder til 2 års total grapplingerfaring eller jiu-jitsu hvitt belte.
- **Intermediate:** 2 til 5 års total grapplingerfaring eller jiu-jitsu blått/lilla belte.
- **Expert:** 5 år eller mer med total grapplingerfaring eller jiu-jitsu brunt/svart belte

15.2.2 U16 og yngre

- **Novice:** opptil 6 måneders total grapplingerfaring.
- **Beginner:** 6 måneder til 1 års total grapplingerfaring
- **Intermediate:** 1 til 2 års total grapplingerfaring
- **Advanced:** 2 til 3 års total grapplingerfaring
- **Expert:** 3 år eller mer med total grapplingerfaring

15.2.3 Total grapplingerfaring inkluderer, men er ikke begrenset til, erfaring i bryting, jiu-jitsu, judo, sambo, etc.

15.3 Neste nivå eller belte vil bli pålagt idrettsutøvere som oppnår et verdensmesterskap.

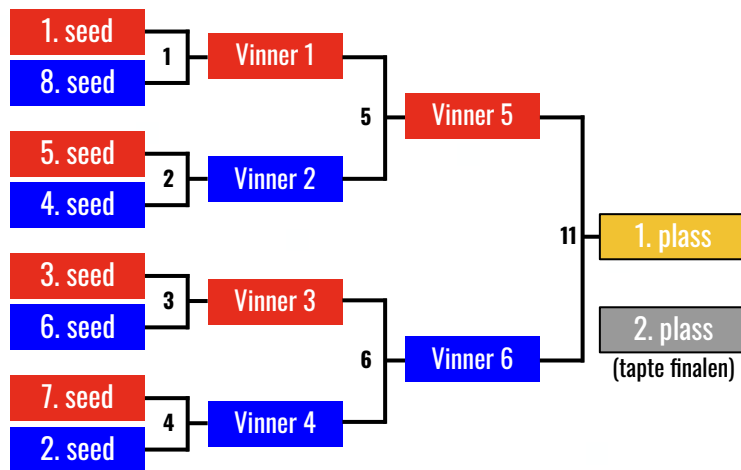


KAPITTEL 16

HVORDAN BESTEMME MEDALJEVINNERE

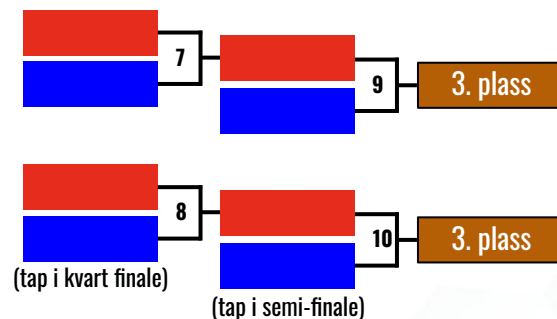
KAPITTEL 16

MEDALJEVINNERE VED TRE-BRAKETT



Eksempel viser brakett med 8 konkurrenter. Videre utvidet hvis mer enn 8.

Repechage (dobbel elminiering):



Retningslinjer for diskvalifikasjoner og skader i SEMIFINALEKAMPER :

- **Begge** utøverne får en **teknisk DQ**: den andre semifinalen blir den siste kampen. Begge utøverne er ute og vil ikke gå til repechage.
- **Begge** utøverne får en **disiplinær DQ**: den andre semifinalen blir den siste kampen. Kun en 3.-plass vil bli tildelt fra repechage.
- **Alle 4 semifinalistene** får en **teknisk DQ**: omkamp for begge semifinalene.
- **Alle de 4 semifinalistene** får en **disiplinær DQ**: alle utøvere som tapte mot dem i kvartfinalen vil komme til en ny semifinale. De som taper her, får ingenting. Alle diskvalifiserte utøvere vil ikke få noe. 3. plass utøvere vil bli bestemt av repechage.
- En utøver som får en **teknisk DQ** og **den andre** får en **disiplinær DQ**: utøveren som får den tekniske DQ går til repechage og den andre semifinalen blir den siste kampen.
- **Begge** utøverne er **skadet med uavgjort**: den andre semifinalen blir den siste kampen. Begge utøverne er ute og vil ikke gå til repechage.

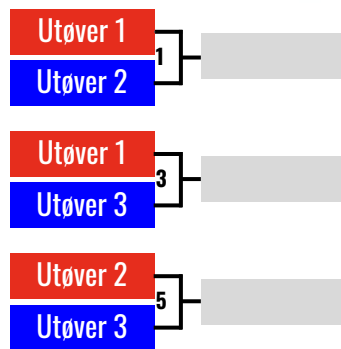
Retningslinjer for diskvalifikasjoner og skader i FINALEKAMPER:

- **Begge** utøverne får en **teknisk DQ**: en ny finalekamp vil bli laget med utøverne som tapte i semifinalen, og de vil være 1.- og 3.-plass. BEGGE diskvalifiserte utøvere vil komme på 2.-plass. Den andre 3.-plassen vil bli bestemt av repechage.
- En utøver får en **disiplinær DQ**: motstanderen som tapte mot den diskvalifiserte utøveren i semifinalen vil få 2.plass. Den diskvalifiserte utøveren får ingenting.
- En utøver som får en **teknisk DQ** og **den andre** får en **disiplinær DQ**: ingen vinner vil bli erklært, og utøveren med teknisk DQ vil få 2.-plass. Utøverne som tapte i semifinalerunden vil kjempe om 1.- og 3.-plassen. Den andre 3.-plassen vil bli bestemt av repechage.
- **Begge** utøverne får en **disiplinær DQ**: en annen finale vil bli laget med utøverne som tapte for dem i semifinalen. De diskvalifiserte utøverne får ingenting. 3.-plass vil bli bestemt av repechage.
- **Bare én** utøver kommer til finalen fordi alle de andre fra den andre siden av braketten enten ble diskvalifisert eller tapte uten kamper (f.eks. ikke møtt): Semifinalekampen der utøveren kjempet vil være finalen.
- **Begge** utøverne er **skadet med uavgjort poengsum**: I dette tilfellet vil vinneren bli bestemt av resultatene fra deres tidligere kamper, etter de samme kriteriene som brukes for round robin-uavgjort som finnes i sportskoden.

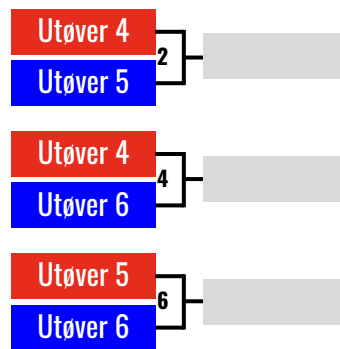
KAPITTEL 16

MEDALJEVINNERE VED KOMBINERT PULJE-BRAKETT

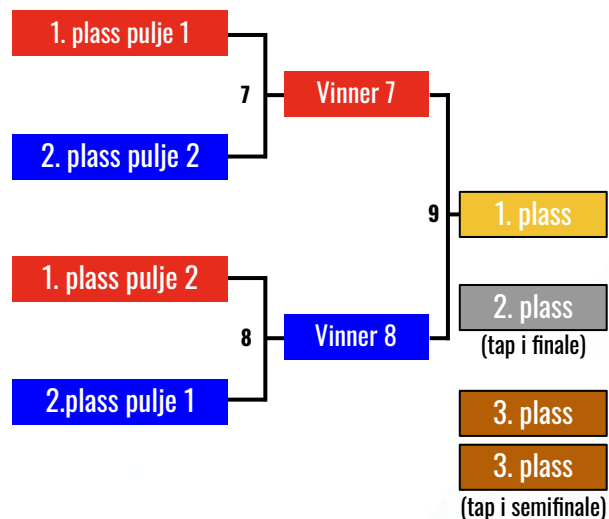
Round Robin pulje 1:



Round Robin pulje 2:



6 deltakere delt inn i 2 round robin-grupper på 3



Retningslinjer for diskvalifikasjoner og skader i **SEMIFINALEKAMPER** :

- **Begge** utøverne får en **teknisk DQ**: Den andre semifinalen blir den siste kampen. Begge diskvalifiserte utøvere vil være på 3.-plass.
- **Begge** utøverne får en **disiplinær DQ**: Den andre semifinalen blir den siste kampen. Det blir ingen utøvere på 3.-plass.
- **Alle 4 semifinalistene** får en **teknisk DQ**: En annen semifinale vil bli laget med utøverne som tapte for dem. De som taper her, får ingenting. Alle diskvalifiserte utøvere vil være på 3.-plass.
- **Alle 4 semifinalistene** får en **disiplinær DQ**: En annen semifinale vil bli laget med utøverne som tapte for dem. Utøverne som taper den nye semifinalen får 3.-plass. Alle diskvalifiserte utøvere får ingenting.
- **En** utøver som får en **teknisk DQ** og **den andre** får en **disiplinær DQ**: Utøveren med teknisk DQ vil være på 3.-plass, og den andre semifinalen blir finalekampen.
- **Begge** utøverne er **skadet med uavgjort**: Den andre semifinalen blir den siste kampen. Begge skadde utøvere vil være på 3.-plass.

Retningslinjer for diskvalifikasjoner og skader i **FINALEKAMPER**:

- **Begge** utøverne får en **teknisk DQ**: En ny finalekamp vil bli laget med utøverne som tapte i semifinalen, og de vil være på 1.- og 3.-plass. BEGGE diskvalifiserte utøvere vil komme på 2.-plass.
- **En** utøver får en **disiplinær DQ**: Motstanderen som tapte for den diskvalifiserte utøveren i semifinalen vil være på 2.-plass. Den diskvalifiserte utøveren får ingenting.
- **En** utøver som får en **teknisk DQ** og **den andre** får en **disiplinær DQ**: Ingen vinner vil bli erklært, og utøveren med teknisk DQ vil få 2.-plass. Utøverne som tapte i semifinalerunden vil kjempe om 1.- og 3.-plass.
- **Begge** utøverne får en **disiplinær DQ**: En annen finale vil bli laget med utøverne som tapte for dem i semifinalen. De diskvalifiserte utøverne får ingenting.
- **Bare én** utøver kommer til finalen fordi alle de andre fra den andre siden av braketten enten ble diskvalifisert eller tapte uten kamper (f.eks. ikke møtt): Semifinalekampen der utøveren kjempet, vil være finalen.
- **Begge** utøverne er **skadet med uavgjort poengsum**: I dette tilfellet vil vinneren bli bestemt av resultatene fra sine tidligere kamper, etter de samme kriteriene som brukes for round robin-uavgjort som finnes i sportskoden.



APPENDIKS A

NØKKELBEGREP

APPENDIKS

NØKKELBEGREP

Stående kamp eller **stående stilling** refererer til fasene av kampen der utøverne på en eller to ben og uten kontinuitet fra tidligere handlinger på bakken.

Dommeren vil **starte kampen på nytt** i stående stilling uten grep når utøverne går utenfor sikkerhetsområdet i en ustabil posisjon som ikke kan gjenskapes. (7.12)

Det er et krav for at **takedown-bevegelser** skal ha kontinuitet fra stående posisjon for å få en gyldig takedown-score. (9.1)

Når en utøver går ned til **knelende stilling** (mens man har grepskontakt med motstanderen) og forblir på minst ett kne, er det bare utøveren som ble stående som gis poeng for en takedown-bevegelse. (9.1.6)

Når et **sweep-forsøk** går fra en guardposisjon og **går over til begge utøverne stående**, etableres stående kamp når den ene utøveren står på den ene foten og den andre er på begge føttene i tre (3) sekunder. (9.2.5)

Utøvere kan ikke **gå i bakken uten grep** i/om motstanderens kropp eller gi (eller omvendt) og vil bli straffet for å gjøre det. (11.1.5)

I kamper med en **blind utøver** kan utøverne hver få et likt grep om en krage og et erme (Gi) eller hode-og-arm clinch (No Gi) før dommeren instruerer dem om å slåss.

Topposisjon refererer til enhver posisjon der utøveren er fysisk på toppen av og vendt mot motstanderen i følgende scenarier:

- Når motstanderen sitter, ligger på ryggen eller på siden med minst en hofte på matten
 - f.eks. en hvilken som helst guardposisjon
 - f.eks. under holdeposisjoner (forbi guard) som full mount, kne på magen, nord-sør, sidekontroll, etc
- Når motstanderen ligger med mage ned, i turtle-posisjon eller på minst ett kne mens utøveren er bak motstanderens skulderlinje med hoftekontroll
 - Dette inkluderer ryggkontroll med en eller to benkroker mens motstanderen kneler

Følgende regnes **ikke** som topposisjon:

- Ryggkontroll med motstanderens hofte i bakken
- Ryggkontroll med motstanderen stående
- Hode-til-hode turtle-posisjon / sprawl-posisjon
- En utøver som står med motstanderen knelende mot hverandre
-

Takedowns (9.1) og **sweeps (9.2)** må lande med angriperen i topposisjon i det minste et øyeblikk for at dommeren skal begynne å telle tre sekunders stabilisering.

Den første utøveren som oppnår topposisjon fra et **dobbelt guard pull-scenario (11.1.2)** vil få en fordel, uavhengig av om det er innenfor motstanderens guard eller forbi garden.

En **nivåendring** eller **reversering** er når utøveren i en hvilken som helst form for topposisjon havner på bunnen og utøveren på bunnen havner i topposisjon.

Bare nivåendringer som kommer fra **guard** kan score som **sweeps (9.2.6)**

APPENDIKS

NØKKELBEGREP

Guard er definert som bruken av ett eller begge beina som en kontroll eller blokkering for å stoppe en motstander som er i toppposisjon fra å oppnå en dominerende festeposisjon på overkroppen. (9.2)

- En utøver som kommer fra guard til en knelende eller stående stilling uten **kontinuitet** til en poenggivende handling vil ikke bli ansett for å spille guard lenger.
- For at en bevegelse skal betraktes som et **sweep**, må den ha kontinuitet fra utøverens guard.
- For at en bevegelse skal anses som en **passering**, må den ha kontinuitet fra motstanderens guard.

Toppkontroll i halvguard er når toppspilleren, med ett ben fanget i motstanderens halvguard, oppnår kontroll over overkroppen til motstanderen. (9.3.2)

Utøveren som oppnår toppkontroll i halvguard kan bare få en **advantage** ved å miste posisjonen hvis:

- Utøveren kom fra et **forsøk på å passere** en mer komplett (åpen eller lukket) guard
- Motstanderen **trakk direkte** til halvguard fra stående

Sweep direkte til halv guard eller motstander **som fanger et bein** for å komme tilbake til halvguard fra en dårligere posisjon gir ikke en **advantage** for toppkontroll i halvguard.



APPENDIKS B

ENDRINGER FRA FORRIGE VERSJON (v2.7)

APPENDIKS B

ENDRINGER FRA FORRIGE VERSJON (v2.7)

Mindre endringer er gjort relatert til grammatikk, typografi eller for å forbedre ordlyden. Noen sideoppsett ble også endret for å gjøre rom endringer i tekst.

De viktigste endringene som er gjort i forståelse og betydning er som følger:

Kapittel 3: Konkurransentrekk og krav

- **3.4** (Leggings): I gi konkurranser kan nå hvite kompresjonsleggings (tights/spats) benyttes under buksen i tillegg til sorte så lenge leggingsene ikke er synlige når utøveren står oppreist.
-
- I No-gi konkurranser kan det benyttes leggings av farge sort, hvit eller rød eller blå som matcher rashguard/toppen så lenge de er ensfarget og ikke når lengre enn ankelen eller dekker noen deler av foten.

Kapittel 5: Dommere

- **5.9** (Tolknings autoritet): Alle tre dommere har lik rett og autoritet for å gjøre beslutninger om en hvilken som helst del av kampen. Tidligere hadde mattedommer enerett til å gi advantages for submissions.
 - Dette påvirker ikke begrensningene i protest/challenge systemet brukt ved videodømming som beskrevet i regel **5.14** rundt advantage for submission.
- **5.16** (Sporting Code): Gjenopptatt fra JJIF Sporting Code forklaring på appeller til arrangør grunnet opplevd feil i prosedyre eller tolkning av offisielle tjenestemenn eller stevnestab kun kan hensynta ting som ikke allerede er dekket av protest/challenge systemet.

Kapittel 9: Takedowns

- **9.1.5** (Takedowns som lander i sikkerhetsområdet): Utøveren som utfører takedown skal ha begge beina inne i konkurranseområdet når bevegelsen/takedown starter.

Kapittel 11: Feil og forbudte handlinger

- **Introside for straffer**: Når straff skal gis til begge utøverne samtidig skal dommeren stoppe kampen før straff avgis og deretter restarte kampen.
- **11.1.16** (Straff for å snakke under kampen): Tydeliggjøring at å snakke/kommunisere med ord eller gester, eller å motsi dommeren på noe vis vil gis straff. De samme unntak gjelder fortsatt under medisinske eller sikkerhetsforhold, ved problemer med antrekk/uniform eller for å svare på dommerens spørsmål.

Appendiks A: Nøkkelbegrep

- Mindre endringer i tekst for å være samstemt med hovedteksten i resten av regelverket. Hvor det er motsigelser er det alltid hovedteksten som tar førsterett over appendiksene.

Om den norske oversettelsen

- Hvor det er motsigelser eller tvil om tolkning av reglene i den norske oversettelsen er det **alltid** den offisielle engelske teksten som gjelder.