

Ne waza – Overblik over det vigtigste – IKKE komplet reglesæt !!!

2 point = point, i dette tilfælde 2

5 sek. = Antal sek. teknik skal holdes for at få point

OK = OK handling, men ingen point

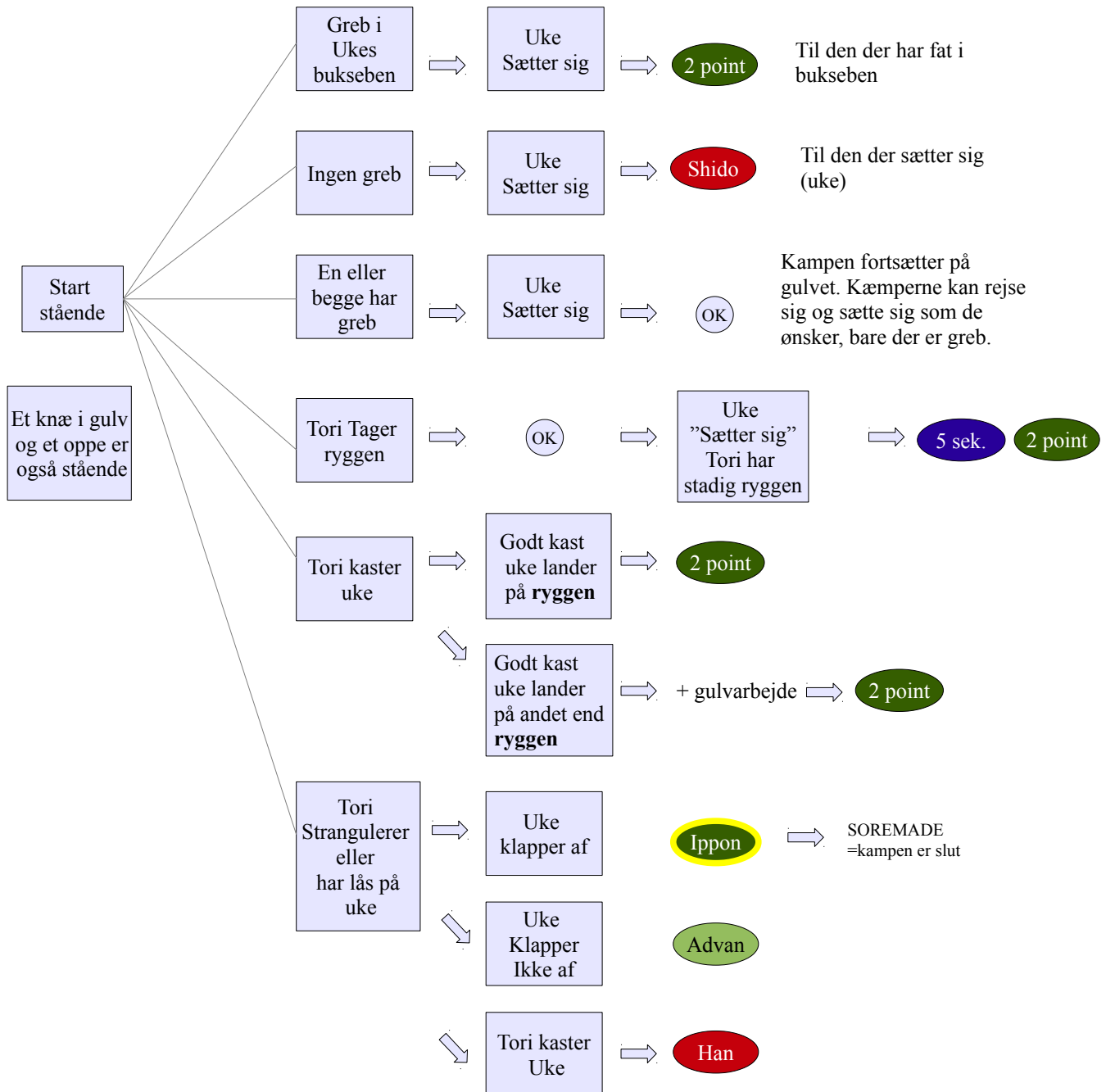
Ippon = Tori vinder (+100 point)

Han = Hansokumake / Diskvalifikation

Advan = Advantage / Fordel

Shido = Shido = 2 point til modstanderen, 4 shido= Hansokumake

Fra stående



Ne waza – Overblik over det vigtigste – IKKE komplet reglesæt !!!

Osae Waza = ”alm.” holdegreb som hon kese gatame

Uki Waza = holdegreb med knæ i bryst og arm kontrol

Front mount = Tori sidder over skrebs på ukes mave/bryst

Back mount = Tori sidder på ukes ryg, med benene ml. ukes ben bagfra. Uke er på maven eller på enden.

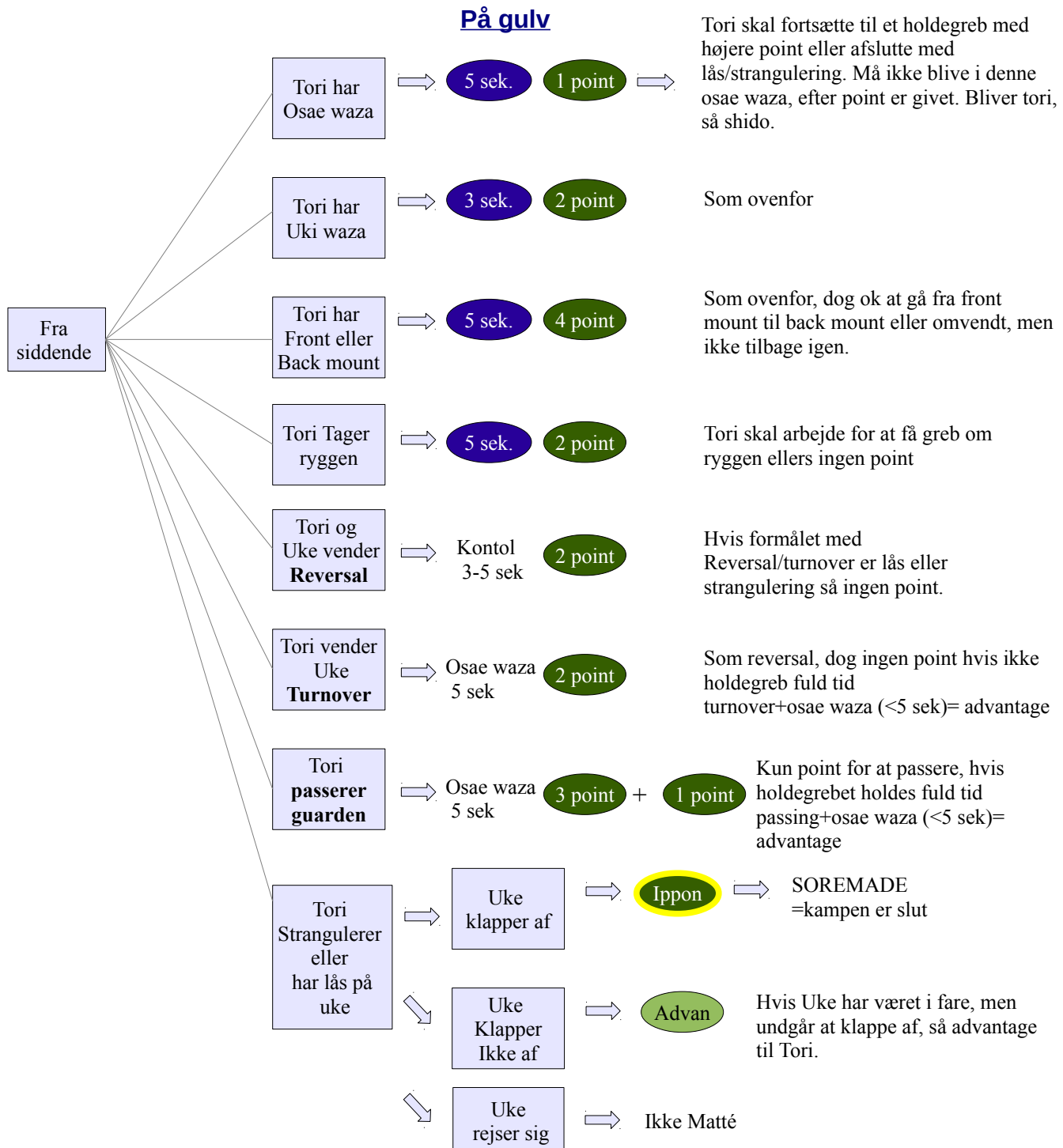
Front/Back mount = Tate shiho gatame, i front mount point, selvom hælene ikke er mellem Ukes ben. I backmount kun point, hvis hælene er mellem Ukes ben.

Reversal = Skift fra at uke er ”øverst” til tori er øverst. Dog ingen point, hvis tori havner i guard eller ½ guard. (står ikke klart i reglerne)

Passing the guard = kun point hvis efterfølgende holdegreb, men ok at arbejde for det i lang tid, bare ikke overtaget skifter.

Inversion

En slags reversal, hvor du blot skifter retning som en gyngestol, der vipper. Overtag holdes min 3 sek. du får 2 point, også selvom du havner i guarden.



Ne waza – Overblik over det vigtigste – IKKE komplet reglesæt !!!

Shido

- Fingrene inde i ærme eller bukseben
- Hånd i hovedet på uke
- 2. passivitet (første gang er en advarsel)
- bevare holdegreb mere end 3 hhv. 5 sek.
- sætte sig uden greb

Han

- fod, knæ lås i rotation
- fingre, tå lås
- kaste når uke er på ryggen fra stående
- kaste når uke er rundt om hoften fra stående
- Kani Basami (saksekast)
- Forlade måtten
- Slag, spark, bide, nive, træk i hår...
- nakkelås, eller drej i rygsøglen.
- lægge yderste knæ over ukes ben i benlås
- Strangulering med bæltet eller hænderne
- modsige dommeren samt usportslig opførsel
- En handling, der kan skade modstanderen.
- Rejse sig fra guarden og prøve at trække uke rundt ved at træde henover.

Advan

- Holdegrebet ikke holdes fuld tid
- Tori har lås/strangulering, men uke ikke klapper – Hvis Uke har været i ”fare”

Neutral position

Når tori går fra en 1 points holdegreb til et 2 pointsholdegreb etc. må han ikke gå videre til et 1 points holdegreb før han har været i neutral position i guard eller half guard.

Ne waza – Overblik over det vigtigste – IKKE komplet reglesæt !!!

Kampens forløb

6 min's kamptid, senior og U20

5 min's kamptid, veteraner (+40 år)

4 min's kamptid, U17

Start stående, dog starter nedenstående grupper med et knæ i gulvet:

+36 år (hvid til orange)

+46 år

Ved uafgjort, golden score til første point eller advantage. Uden pause.

Særlig forhold børn, unge og veteraner

Reglerne er endnu ikke tydelige for disse grupper, men som udgangspunkt gælder:

- U12 og under, ingen låse og ingen straguleringer, 4 min
- U15 og under, ingen straguleringer, ingen benlås, 4 min
- U17 som U20 dog kun 4 min
- U20 og under, ingen benlås, 6 min
- U20, +36 og opad, først benlås fra grønt. 6 min
- veteran +46, 5 min.

Bemærkninger

- Afklapning giver Ippon med det samme og Tori vinder!
- Hvis du ikke får point for et holdegreb, men f.eks. kun advantage, så er det ok at skifte til et "lavere rangerende" holdegreb. Men har du fået din point, skal du skifte til greb med højere point, eller søge tilbage i neutral position.
- **Inversion** er en slags reversal, hvor du blot skifter, den der er øverst, samme retning som en gyngestol, der gynger frem og tilbage. Men Inversion skal du bare holde 3 sekunder og du får 2 point, selvom du havner i guarden.
- **Reversal** er et skift fra tori nederst til tori øverst. Turnover er Tori øverst fra starten.
- Når du er i fare, kan du ikke få point, når du ikke er i fare, kan du få point, f.eks. ved at skifte position eller tage ryggen.
- Hvis du laver en reversal, men går direkte i en stragulering, så ingen point for reversal'en. MEN hvis du laver en reversal og går direkte i en stragulering men i samme bevægelse indser, den ikke går og går direkte videre i holdegreb, så får du point for reversal og for holdegreb, hvis du holder fuld tid.
- Hvis tori sidder på bagdelen og uke står op, er uke formentlig i guarden!

Jeg tager forbehold for fejl og mangler. Dette er udelukkende et hjælperedskab til at forstå ne waza reglerne, det er IKKE et komplet regelsæt. Det komplette regelsæt kan downloades på www.jjif-referees.com