

Ju-jutsu

Självförsvar
med tradition och kvalitet

Svenska Ju-jutsuförbundet



TÄVLINGSREGLER

Ju-jutsu Kai

TÄVLINGSREGLER för JU-JUTSU KAI

Tävlingsreglerna är utarbetad och sammanställd av Svenska Ju-jutsuförbundet.
Första upplagan januari 2012.

Text: Jonas Mokvist, Hans Greger och Tony Hansson
Foto: Torbjörn Windahl och Hans Greger
Layout: Hans Greger
Tryck: Svenska Ju-jutsuförbundet

© Svenska Ju-jutsuförbundet 2012

Mångfaldigande av innehållet i detta kompendium, helt eller delvis, är enligt lag om upphovsrätt av den 30 december 1960 förbjudet utan medgivande av Svenska Ju-jutsuförbundet. Förbudet avser såväl text som illustrationer och gäller varje form av mångfaldigande, genom tryckning, duplicering, stencilering, bandinspelning etc.

Innehåll

1. SVENSKA JU-JUTSUFÖRBUNDET	Sida
Organisation	5
Policy	6
Etiska normer	6
Stiltävling	7
2. TÄVLINGSBEDÖMNING	
Bedömning	8
Bedömningskriterier	9
3. TÄVLINGSREGLER	
Teknikval	10
Sammansättning	10
Tävlingsområde och utrustning	11
Matchens genomförande	12
Domare	12
Övriga regler	13
Tävlingsprotokoll	14

Svenska Ju-jutsuförbundet

Avsnittet handlar om Svenska Ju-jutsuförbundets organisation och policy.

SVENSKA JU-JUTSUFÖRBUNDETS ORGANISATION



Svenska Ju-jutsuförbundets logotyp.

Bakgrund

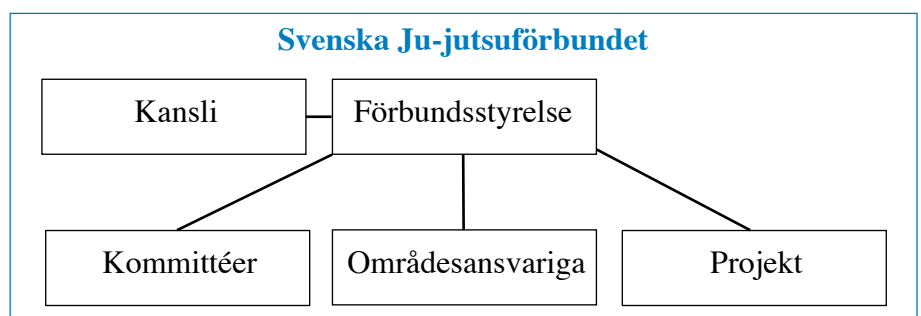
Svenska Ju-jutsuförbundet bildades av ett antal ju-jutsuklubbar 1991. De första åren var Svenska Ju-jutsuförbundet en vilande organisation utan verksamhet. Svenska Ju-jutsuförbundet aktiverades under hösten 1998 som stilorganisation för landets största ju-jutsustil, Ju-jutsu Kai. Ju-jutsu Kai etablerades redan 1970 och sedan 1998 organiserar Svenska Ju-jutsuförbundet all verksamhet som är knuten till stilen Ju-jutsu Kai.

Stilen Ju-jutsu Kai

Vid Svenska Ju-jutsuförbundets årsmöte i mars 1999 beslöts att anta det officiella stilnamnet ”Ju-jutsu Kai”, vilket ungefär betyder ”ju-jutsusällskapet” eller ”ju-jutsusammanslutningen”. Stilen hade tidigare inte kallats något annat än ”Ju-jutsu”. Med fler stilar och en tydligare uppdelning på olika stilorganisationer blev det viktigt med ett kort och enkelt namn för att kunna profilera stilen.

Svenska ju-jutsuförbundets organisation

Svenska Ju-jutsuförbundets verksamhet regleras av de stadgar årsmötet beslutat om och leds av en styrelse som årsmötet årligen utser. Till sin hjälp har styrelsen kommittéer, områdesansvariga och ett antal projektledare som verkställer styrelsens beslut och handhar den direkta verksamheten.



Svenska Ju-jutsuförbundets organisation.

SVENSKA JU-JUTSUFÖRBUNDETS POLICY

Ju-jutsu Kai är en japansk budoart som utövas i form av fysisk och teknisk träning inriktad på det gällande graderingssystemet. Ju-jutsu lämpar sig väl som självförsvar och inriktar sig därför på att ge medlemmarna en ökad kunskap om möjligheten att försvara sig mot fysiskt våld, samt att ge saklig information om de juridiska möjligheterna till nödvärn. Ju-jutsu kan även utföras som en tävlingsidrott enligt Svenska Ju-jutsuförbundets regler.

Svenska Ju-jutsuförbundet skall verka för att dess medlemsföreningar utvecklas enligt de normer som gäller för Svenska Ju-jutsuförbundet.

Målsättningen är att skapa förutsättningar för att så många som möjligt, oavsett ålder, kön, handikapp eller sociala villkor, skall kunna utöva ju-jutsu.

Allt utförande av ju-jutsu skall ske i en anda av respekt och samförstånd mellan deltagarna. Ju-jutsuträningen skall vara ett led i den sociala och moraliska fostran och avser att bidra till kampen mot våld inom och utom idrotten. Instruktören skall vara ett föredöme för eleverna såväl inom som utom träningslokalen.

Svenska Ju-jutsuförbundet skall i alla sammanhang verka för en doping- och drogfri verksamhet.

Svenska Ju-jutsuförbundet skall aktivt arbeta för att öka spridningen av Ju-jutsu Kai i Sverige.

Svenska Ju-jutsuförbundet skall aktivt arbeta för att jämställdhet mellan könen skall vara en självklarhet på alla nivåer i Svenska Ju-jutsuförbundets verksamhet. Jämställdhetsfrågorna skall i alla lämpliga sammanhang lyftas fram och berör alla utövare, instruktörer, beslutsfattare och övriga funktionärer.



O soto osae är en bra självförsvarsteknik.

SVENSKA JU-JUTSUFÖRBUNDETS ETISKA NORMER

Syfte

Svenska Ju-jutsuförbundets etiska normer avser att skapa förståelse och respekt för de riktlinjer som skall ligga till grund för all utövning av Ju-jutsu Kai inom Svenska Ju-jutsuförbundet. Allt utövande av ju-jutsu skall ske i en anda av gott samförstånd och respekt mellan deltagarna.

De etiska normerna utgör även ett led i den sociala och moraliska fostran och avser att bidra till kampen mot våld inom och utom idrotten.

Tillämpningsområden

Reglerna gäller för samtliga utövare, instruktörer och ledare i Svenska Ju-jutsuförbundet.

Vid anlitan av utländska instruktörer skall dessa upplysas om vad som gäller för svenska förhållanden och skall i undervisning och instruktion hålla sig inom ramen för de gällande normerna.

Ansvar

Varje förening skall ha minst en instruktör som är godkänd av Svenska Ju-jutsuförbundet.

Instruktörer och ledare bär ansvaret för att instruktion, träning och övrig utbildning sker i enlighet med Svenska Ju-jutsuförbundets regler och normer.

Det är varje instruktörs och ledares skyldighet att följa utvecklingen inom Ju-jutsu Kai samt att med uppmärksamhet och fasthet se till att utövarna följer idrottens regler och normer. Brott mot dessa skall omedelbart påtalas, så att den enskilde utövaren erhåller klara direktiv om gällande regler.

Det åligger de instruktörer och ledare som undervisar i självförsvar att informera om gällande rätt till nödvärn.

Tävling

Vid tävling skall gällande tävlingsregler noggrant följas.

SVENSKA JU-JUTSUFÖRBUNDETS STILTÄVLING

Utmärkande för stilen Ju-jutsu Kai är ett modernt självförsvar med tradition och kvalitet samt att ju-jutsu skall vara roligt. Ju-jutsu är omväxlande och innehållsrikt och Ju-jutsu Kai erbjuder genomgående en bra självförsvarsträning. Ju-jutsu är även en allsidig motionsform, en traditionsrik budoart och en tuff kampsport med möjlighet till tävling.

Svenska Ju-jutsuförbundet har utvecklat en speciell tävling för Ju-jutsu Kai. Syftet med tävlingen är att utveckla den personliga tekniska färdigheten och ytterligare bidrar till att höja nivån vid graderingarna.

Tävlingsteknikerna hämtas ut graderingssystemet och skall utföras enligt Ju-jutsu Kais grundprinciper. Alla medlemmar oavsett grad kan delta i stiltävlingen.

Tävlingsbedömning

Avsnittet handlar om hur bedömning av Svenska Ju-jutsuförbundets stiltävling.

BEDÖMNING

Bedömning vid gradering

Teknikerna i Svenska Ju-jutsuförbundets stiltävling skall bedömas som vid en gradering i Ju-jutsu Kai. Vid bedömning av en teknik på en gradering är det viktigt att Du som examinator är medveten om att varje teknik har ett absolut utförande, d.v.s. det finns vissa kriterier som alltid måste vara uppfyllda för att tekniken skall kunna vara godtagbar eller för att kunna anses som fulländat utförd. T.ex. måste Ju-jutsu Kais grundprinciper och övriga principer vara uppfyllda för att en teknik skall kunna betraktas som fulländat utförd.

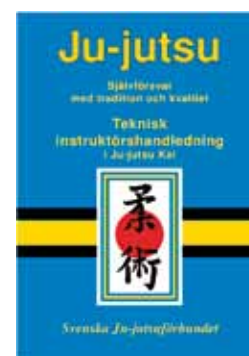
Du måste vid en gradering även vara medveten om att teknikerna skall bedömas relativt, d.v.s. teknikens utförande måste sättas i relation till hur länge eleven tränat och till vilken grad eleven skall gradera. Detta medför att Du som examinator måste anpassa Din bedömning utifrån elevernas förmåga.

För gradering till mongrad gäller samma bedömningssätt som till kyu-graden förutom det självförsvarsmässiga taktiska uppträdandet. Dessutom är kravet på teknikteoretisk förståelse lågt till alla mongrader.

I Svenska Ju-jutsuförbundets tekniska instruktörshandledning finns en beskrivning av graderingsbedömningen.

Bedömning vid tävling

I Svenska Ju-jutsuförbundets stiltävling är det eftersträvansvärt att alla bältesgrader har en egen klass. Om deltagarantalet inte medger en klass per bältesgrad kan två eller fler grader slås ihop till en klass. I en tävlingsklass där de ingående paren har olika bältesgrader bedöms teknikerna som om samtliga i klassen har samma grad, motsvarande klassens högsta grad. En klass som är sammansatt av par med t.ex. graderna 3:e kyu och 2:a kyu, bedöms alla mot graderingskraven till 1:a kyu.



I den tekniska instruktörshandledningen finns graderingsbedömning beskrivet.

BEDÖMNINGSKRITERIER

Vid bedömning av en tävling måste domaren bedöma tekniken i sin helhet utifrån Ju-jutsu Kais grundprinciper och övriga principer. Under en tävlingen måste domaren dessutom göra en bedömning av följande:

Rätt angrepp

Det är viktigt att uke, oavsett vilket angrepp och vilken teknik det gäller, gör ett korrekt och snabbt angrepp för att tori skall kunna försvara sig på bästa sätt.

Snabb start

Tori skall påbörja tekniken så snart angreppet är ett faktum. En snabb start är viktigt för att genomföra ett bra och säkert försvar.

Rätt teknik

Uke skall utan tvekan utföra rätt angrepp och tori skall omedelbart utföra rätt försvarsteknik.

Balansbrytning

De allra flesta tekniker börjar med en balansbrytning. Balansbrytningen behöver inte vara stor men den skall påverka uke på ett sådant sätt att uke måste agera för att återfå balansen. Det skall tydligt synas att uke är påverkad av balansbrytningen.

Bra balans och rak rygg

Tori skall under hela tekniken ha god balans och uke skall inte kunna påverka toris balans under tekniken. En god balans innebär oftast att tori har rak rygg och inte böjer sig framåt om det inte är nödvändigt för teknikens utförande.

Kontrollgrepp

Tori skall avsluta med rätt kontrollgrepp.

Säkerhetstänkande

Tori skall genom hela tekniken ha ett stabilt och korrekt grepp om uke. Säkerheten i tekniken ökar om tori inte har några stopp i tekniken, utan utför tekniken i en enda rörelse ända fram till kontrollgreppet.

Tävlingsregler

Avsnittet handlar om Svenska Ju-jutsuförbundets stiltävlingsregler.

TEKNIKVAL

Teknikval för vuxna

Tävlingen består av matcher mellan två par. Vid varje match skall paren visa upp sex tekniker. Samtliga tekniker skall vara jigo waza från graderingssystemet för Ju-jutsu Kai. Tävlingsarrangören väljer vilka sex jigo waza som skall visas upp i respektive klass och detta skall meddelas vid utlysningen av tävlingen.

Arrangören skall välja tekniker ur den nästkommande graden till respektive klass, t.ex i en klass bestående av deltagare med 3:e kyu skall tekniker från 2:a kyu väljas.

Vid en match skall varje par försvara sig mot:

1. Ett angrepp med grepptekniker, eller försök till grepp.
2. Ett angrepp med livtag eller stryptag.
3. Ett angrepp med slag, spark eller grepp i kläderna och slag.
4. Ett angrepp med påk, kniv eller pistol.
5. Ett fritt angrepp från jigo waza i graderingssystemet.
6. Ett fritt angrepp från jigo waza i graderingssystemet.

Teknikval för montävling

Vid varje match skall paren visa upp fyra tekniker valda ur jigo waza ur monsystemet för Ju-jutsu Kai. Tävlingsarrangören väljer vilka fyra jigo waza som skall visas upp i respektive klass och detta skall meddelas vid utlysningen av tävlingen.

Vid en match skall varje par försvara sig mot:

1. Ett angrepp med grepptekniker, eller försök till grepp.
2. Ett angrepp med livtag eller stryptag.
3. Ett fritt angrepp från jigo waza i monsystemet.
4. Ett fritt angrepp från jigo waza i monsystemet.

SAMMANSÄTTNING

Sammansättning av par

Deltagande par delas in efter grad. Par som har olika bältesgrader, anmäls

i den klass som motsvarar parets högsta grad. Paren i montävling kan även delas in efter ålder.

De tävlande paren delas in i rött par och blått par. Andra färgkombinationer kan förekomma. De tävlande bär sitt eget bälte och parfärgen markeras med ett band i respektive färg.



Bandet fästs i bältet på den tävlandes rygg.



Bandet bör vara ca. 90 cm långt och ca. 3 cm brett.

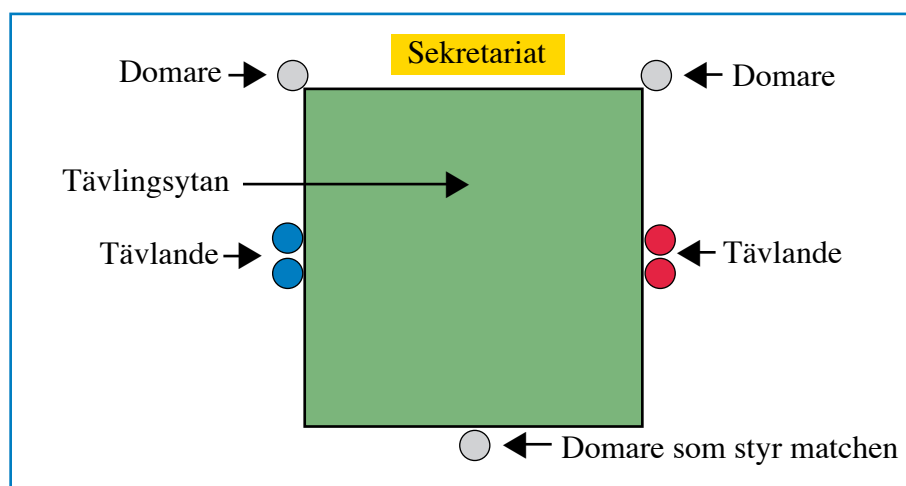
Sammansättning av klass

I Svenska Ju-jutsuförbundets stiltävling är det eftersträvarvärt att alla bältesgrader har en egen klass. Om deltagarantalet inte medger en klass per bältesgrad kan två eller fler grader slås ihop till en klass.

TÄVLINGSOMRÅDE OCH UTRUSTNING

Tävlingsområde

Tävlingsytan för varje tävling skall minst vara 8 x 8 meter. Vid mindre klubbtävlingar kan tävlingsytan vara mindre. Hela ytan skall vara täckt med tatami.



Tävlingsområde och placering av tävlande samt funktionärer.

Utrustning

Arrangören är ansvarig för att följande utrustning finns tillgänglig:

- * Tävlingsband, att fästa i bältet, minst två röda och två blå per tävlingsområde.
- * Knivattrapp av mjukt gummi.
- * Mjuk och vadderad påkattrapp.
- * Pistolattrapp av hårdgummi.
- * Tävlingsprotokoll.
- * Sjukvårdsmaterial.
- * Domarflaggor.
- * Bord och stolar till sekretariatet.
- * Stolar för domare.

Klädsel och Säkerhet

Samtliga tävlande och domare skall ha en hel och ren vit gi med Svenska Ju-jutsuförbundets märke på vänster bröst. De tävlande måste ha korta finger- och tånaglar och får inte bära något som kan skada eller vara farligt för partnern. Glasögon och kontaktlinser bärs på egen risk.

MATCHENS GENOMFÖRANDE

Matchstart och matchslut

- * De tävlande paren skall vid matchstart stå mitt emot varandra på var sin sida av mattan.
- * På tecken från domaren som styr matchen går båda paren in på mattan.
- * På domarens kommando "Rei" hälsar paren mot varandra. Där efter går blått par ut till mattkanten.
- * På domarens kommando "Hajime" utför rött par sina tekniker.
- * Efter avslutad teknikserie går rött par ut från tävlingsytan och blått par går in på tävlingsytan.
- * På domarens kommando "Hajime" utför blått par sina tekniker.
- * Efter avslutad teknikserie går blått par ut från tävlingsytan.
- * Vid matchens slut och på mattdomarens tecken går båda paren in på mattan.
- * På domarens kommando "Rei" hälsar paren mot varandra.

DOMARE

Licens

Alla med giltig A-instruktörslicens eller högre i Ju-jutsu Kai kan fungera som huvudansvarig domare vid tävling. Undantag från regeln kan förekomma vid klubbtävlingar.

Alla med en giltig instruktörslicens i Ju-jutsu Kai kan fungera som domare för vuxna. En kyugraderad domare får dock inte döma tävlingsklasser för dangrader.

Alla med giltig barninstruktörslicens i Ju-jutsu Kai kan fungera som domare för montävling.

Huvudansvarig domare

Huvudansvarig domare skall innan tävlingsstart samla samtliga domare och gå igenom avsnittet bedömning vid gradering på sidorna 151-155 i Svenska Ju-jutsuförbundets Tekniska instruktörshandledning.

Huvudansvarig domare skall 10 minuter innan tävlingsstart ropa upp och samla samtliga tävlande och de av paren som inte är närvarande vid samlingen stryks ur klassen.

Efter avslutad match skall alla domare kunna motivera sitt domslut för huvudansvarig domare.

Domare

Domarnas uppgift är att bedömma vilket av paren som utfört teknikerna bäst. Domarna skall vara tre till antalet och om möjligt från olika klubbar. Domarna skall sitta eller stå vid tävlingsytans ytterkant. Alla domare skall ha en röd och en blå flagga. Domarna skall om möjligt inte bedöma par från den egna klubben.

Efter att båda paren har visat sina tekniker ger domaren som styr matchen kommandot "Hantei" och då skall samtliga domare visa en flagga med det bästa parets färg. Det par som har två eller tre flaggor i sin färg vinner matchen. Flaggorna tas ner på uppmaning av domaren. Domaren annonserar vinsten och pekar ut det vinnande paret.

Om behov uppstår kan domaren som styr matchen stoppa matchen med kommandot "Matte".



Tävling med domare.

ÖVRIGA REGLER

Vid skada

Om en skada inträffat har paret rätt att vila 5 minuter innan matchen fortsätter. Om ett par inte kan fortsätta på grund av skadan vinner det andra paret.

Uteblivande och tillbakadragande

Om ett par ej är närvarande vid matchstart vinner det andra paret.

Situationer som inte finns beskrivna i regelverket

Om situationer uppstår som inte finns beskrivna i tävlingsreglerna fattar huvuddomaren tillsammans med matchens domare beslut i frågan.

DIREKT ÅTERKVAL MED 8 DELTAGANDE PAR

Tävling _____ Datum _____

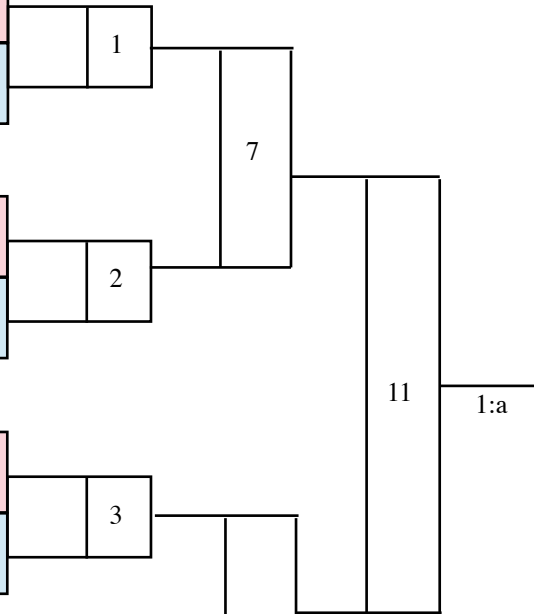
Klass _____

Par	Namn	Grad	Klubb	
1				Röd
5				Blå

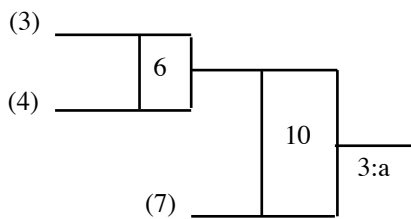
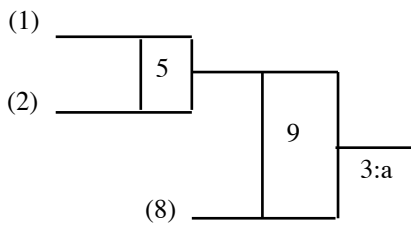
3				Röd
7				Blå

2				Röd
6				Blå

4				Röd
8				Blå



Återkval



Resultat

1:a _____

2:a _____

3:a _____

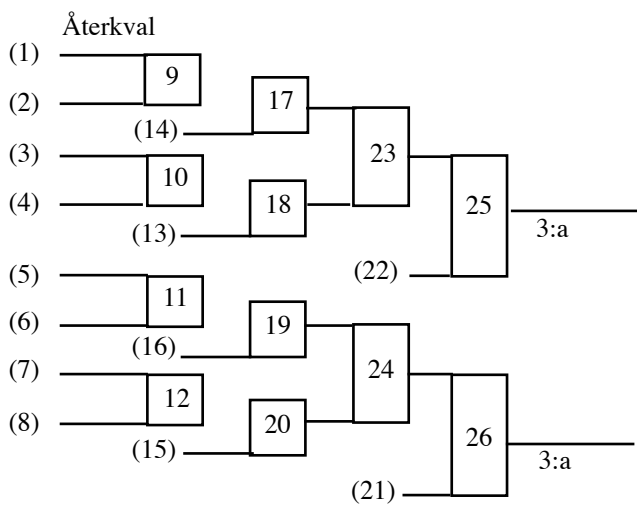
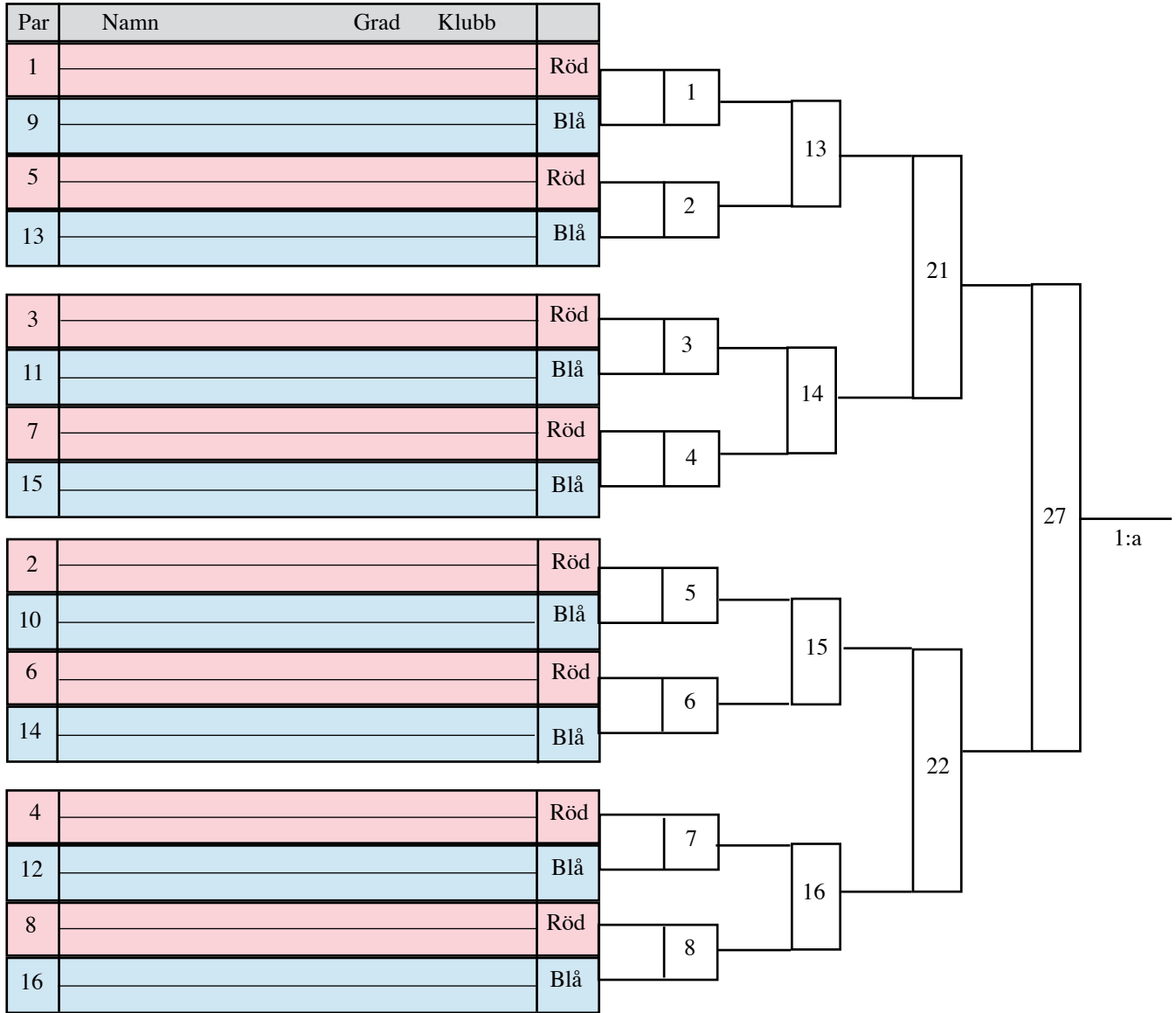
3:a _____

DIREKT ÅTERKVAL MED 16 DELTAGANDE PAR

Tävling _____

Datum _____

Klass _____



Resultat

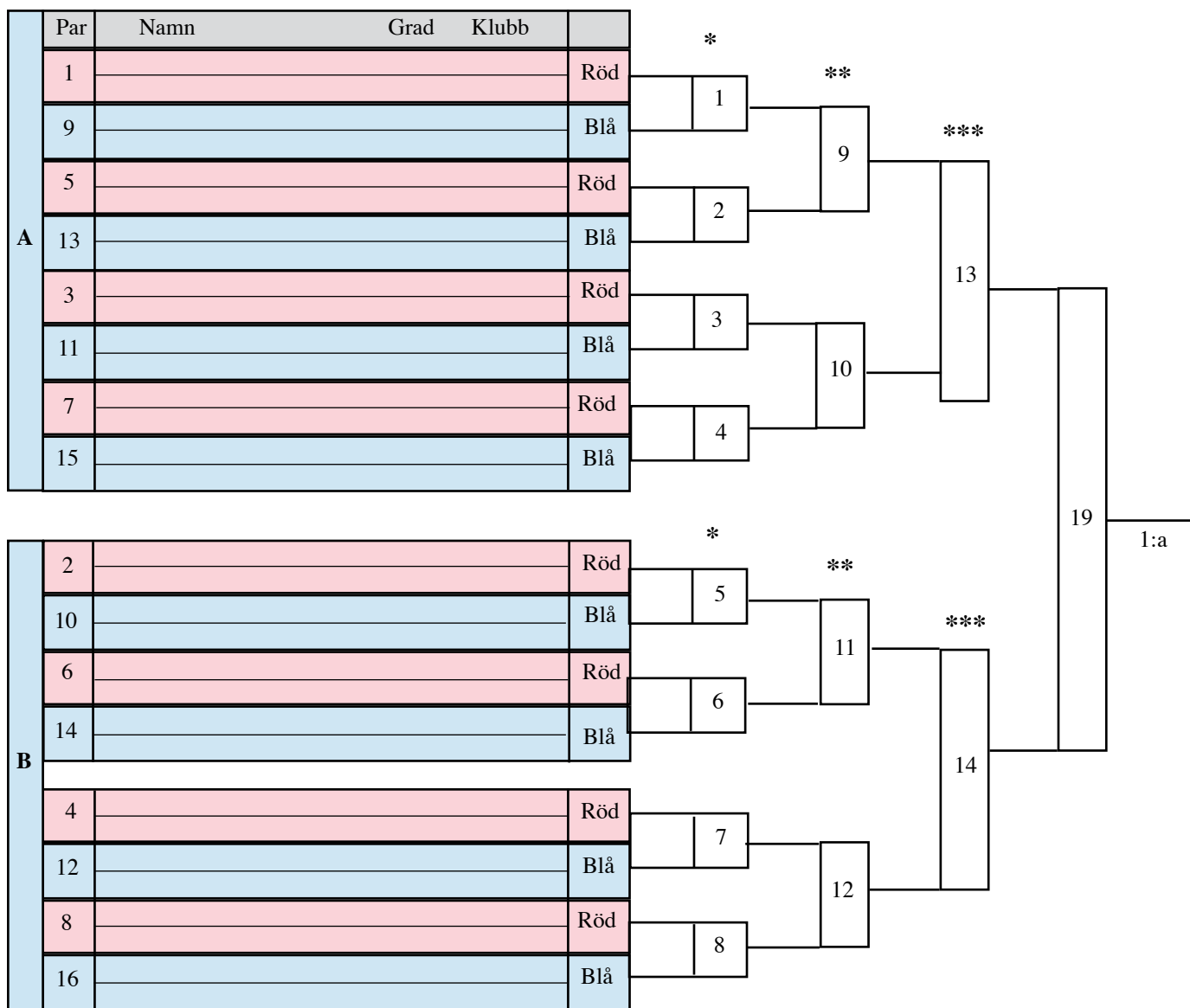
1:a _____
 2:a _____
 3:a _____
 3:a _____

ENKELT ÅTERKVAL 16 DELTAGANDE PAR

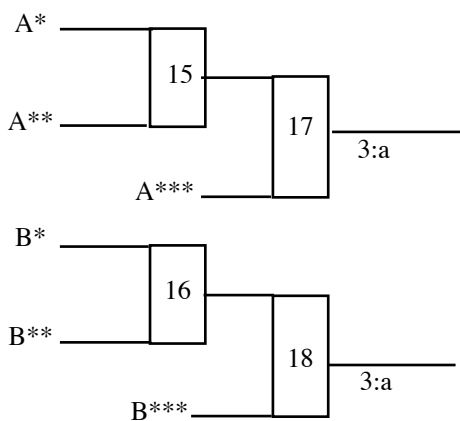
Tävling _____

Datum _____

Klass _____



Återkval



Resultat

1:a _____

2:a _____

3:a _____

3:a _____

POOL OM 3-5 DELTAGANDE PAR

Tävling _____

Datum _____

Klass _____

Par	Namn	Grad	Klubb		1	2	3	4	5	V	P	P1
1		1										
1		1										
2		2										
2		2										
3		3										
3		3										
4		4										
4		4										
5		5										
5		5										

Pool om 3: 1x2 – 2x3 – 1x3

Pool om 4: 1x2 – 2x3 – 1x3 – 2x4 – 1x4 – 3x4

Pool om 5: 4x5 – 1x2 – 3x4 – 1x5 – 2x3 – 1x4 – 3x5 – 2x4 – 1x3 – 2x5

V = vinst

P = poäng

P1 = placering

Resultat

1:a _____

2:a _____

3:a _____

TVÅ POOLER OM 6-10 DELTAGANDEPAR

Tävling _____ Datum _____

Klass _____

A	Par	Namn	Grad	Klubb		1	2	3	4	5	V	P	P1	
	1				1									
	1				1									
	2				2									
	2				2									
	3				3									
	3				3									
	4				4									
	4				4									
	5				5									
5				5										

Pool om 3: 1x2 – 2x3 – 1x3

Pool om 4: 1x2 – 2x3 – 1x3 – 2x4 – 1x4 – 2x3

Pool om 5: 4x5 – 1x2 – 3x4 – 1x5 – 2x3 – 1x4 – 3x5 – 2x4 – 1x3 – 2x5

B	Par	Namn	Grad	Klubb		1	2	3	4	5	V	P	P1	
	1				1									
	1				1									
	2				2									
	2				2									
	3				3									
	3				3									
	4				4									
	4				4									
	5				5									
5				5										

Pool om 3: 1x2 – 2x3 – 1x3

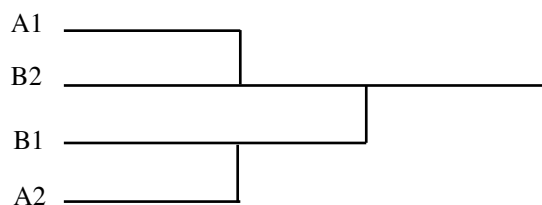
Pool om 4: 1x2 – 2x3 – 1x3 – 2x4 – 1x4 – 2x3

Pool om 5: 4x5 – 1x2 – 3x4 – 1x5 – 2x3 – 1x4 – 3x5 – 2x4 – 1x3 – 2x5

V = vinst

P = poäng

P1 = placering



Resultat

1:a _____

2:a _____

3:a _____

3:a _____

**Svenska Ju-jutsuförbundets
tävlingsbestämmelser för
barn och vuxna i Ju-jutsu Kai.**

