



Judo

Sportreglement 2024

**Special
Olympics**
Nederland





1 Inhoud

1.	Officiële reglementen	3
2.	Officiële onderdelen.....	3
3.	Divisioning	3
4.	Wedstrijdregels	5
5.	Uniform en uitrusting	7
6	Penalty's	7
7.	Wedstrijd terrein	8
8.	Coaching.....	8
9.	Unified kata.....	8



1. Officiële reglementen

De officiële Special Olympics-sportregels voor judo zijn van toepassing op alle Special Olympics-wedstrijden. Als internationaal sportprogramma heeft Special Olympics deze regels opgesteld op basis van de regels van de Internationale Judo Federatie (IJF) voor judo, te vinden op <http://www.ijf.org>. De regels van de IJF of de nationale sportbond (NGB) zijn van toepassing, tenzij deze in strijd zijn met de officiële Special Olympics-sportregels voor judo of artikel I. In dergelijke gevallen zijn de officiële Special Olympics-sportregels voor judo van toepassing.

Raadpleeg artikel 1 van de sportregels voor meer informatie over gedragscodes, trainingsnormen, medische en veiligheidseisen, indeling in divisies, prijzen, criteria voor doorstroming naar hogere niveaus van competitie en Unified Sports.

2. Officiële onderdelen

Het aanbod aan onderdelen is bedoeld om atleten van elk niveau de kans te bieden om deel te nemen aan wedstrijden. De programma's kunnen bepalen welke onderdelen worden aangeboden en, indien nodig, richtlijnen vaststellen voor de organisatie van die onderdelen.

Coaches zijn verantwoordelijk voor het verzorgen van trainingen en het selecteren van onderdelen die aansluiten bij het niveau en

de interesses van elke judoka. Hieronder volgt een lijst met officiële onderdelen die bij Special Olympics beschikbaar zijn:

- 2.1 Shiai-individuele wedstrijd
- 2.2 Shiai-teamwedstrijd
- 2.3 Unified Kata-wedstrijd

3. Divisioning

3.1 Inschrijfformulier

3.1.1 Alle judoka's die zich inschrijven voor een Special Olympics-judo-evenement worden in eerste instantie ingedeeld op basis van de gegevens die op het inschrijfformulier moeten worden ingevuld:

- 3.1.1.1 Geslacht
- 3.1.1.2 Niveau
- 3.1.1.3 Exact gewicht
- 3.1.1.4 Leeftijd
- 3.1.1.5 Startpositie: Tachi waza of Ne waza

3.2 Indeling

3.2.1 Elke judoka wordt vervolgens ingedeeld in de juiste klasse, samen met andere judoka's met vergelijkbare vaardigheden en kenmerken.

3.3 Beoordeling van het vaardigheidsniveau

3.3.1 Voorafgaand aan elke wedstrijd vindt er op de tatami een indeling plaats. Elke judoka ondergaat samen met zijn of haar medejudoka's een beoordeling van het vaardigheidsniveau.

3.3.1.1 Deze beoordeling vindt plaats tijdens een trainingssessie, waarbij een 'indelingsofficial' samen met de tatami-supervisor controleert of de voorlopige indeling op het inschrijfformulier correct is. De indeling trainingssessie wordt op een spelgerichte, speelse manier uitgevoerd, bedoeld om de werkelijke vaardigheden en bekwaamheid van de atleten te laten zien, terwijl er een sfeer van ontspanning, vriendschap en plezier heerst.

3.3.2 De trainingssessie moet de volgende technieken (Waza) omvatten:

- 3.3.2.1 Spelletjes om actie-reactie, judogevoel, vechtlust en snelheid van uitvoering te testen.
- 3.3.2.2 Omkeringen van de tegenstander (uke) in grondpositie naar vasthouden (Osae-komiwaza)
- 3.3.2.3 Werpstechnieken (Nagewaza)



3.3.2.4 Valttechnieken (Ukemi-waza) bij het worden geworpen door een tegenstander (Tori)

3.4 De vaardigheidslevels

Het vaardigheidsniveau is gebaseerd op de vergelijking van elke judoka met een gemiddelde recreatieve sporter.

3.4.1 Niveau 1

3.4.1.1 Niveau 1 is een judoka die in een shiai kan presteren tegen een gemiddelde recreatieve judoka. Deze judoka is snel en krachtig en beschikt over een uitstekend reactievermogen. Hij of zij heeft een sterk gevoel voor judo en een uitstekend strategisch inzicht. Deze judoka heeft een goed begrip van de betekenis en het doel van de wedstrijd.

3.4.2 Niveau 2

3.4.2.1 Niveau 2 is een judoka die in randori kan presteren met een gemiddelde recreatieve judoka. Deze judoka begrijpt de betekenis en het doel van de wedstrijd. Deze judoka is snel en krachtig en heeft een redelijk reactievermogen, maar reageert meestal te laat op judo situaties. Hij heeft een goed judo gevoel, maar kan moeite hebben met het verwerken van complexe instructies en situaties. Hij kan wat hulp en begeleiding nodig hebben.

3.4.3 Niveau 3

3.4.3.1 Niveau 3 is een judoka die tijdens de training een speelse randori kan uitvoeren met een gemiddelde recreatieve judoka. Deze judoka is redelijk snel en krachtig en heeft een redelijk ontwikkelde reactievermogen. De strategie voor judoka's van niveau 3 bestaat vaak uit het steeds opnieuw herhalen van dezelfde techniek. Deze judoka is niet in staat om worp-richtingen te combineren zoals in renraku waza in shiai. Deze judoka heeft hulp en begeleiding nodig van de coach, zowel op de judomat als naast de mat tijdens wedstrijden, maar begrijpt de meeste regels en doelstellingen.

3.4.4 Niveau 4

3.4.4.1 Niveau 4 is een judoka die tijdens de training een speelse randori kan uitvoeren met een recreatieve judoka, maar de reguliere judoka moet zich aanpassen aan de snelheid en kracht om deze speler bij te houden, en moet tijdens randori vrijwel het volledige initiatief nemen bij de bewegingen. Deze judoka heeft aangepaste training nodig en zeer veel ondersteuning en begeleiding van de coach of scheidsrechter, zowel op de judomat als naast de mat tijdens wedstrijden, maar begrijpt de meeste regels en doelstellingen.

3.4.5 Niveau 5

3.4.5.1 Niveau 5 is een judoka die een speelse randori kan uitvoeren met een reguliere recreatieve judoka, maar de reguliere judoka moet zijn snelheid en kracht aanpassen aan deze speler, en bovendien vrijwel alle initiatief nemen voor bewegingen tijdens de randori. Deze judoka heeft aangepaste training nodig en zeer veel hulp en begeleiding van de coach of scheidsrechter op de judomat en naast de mat tijdens wedstrijden en activiteiten. Deze judoka kan erg sterk en passief zijn, en reageert soms traag. Hij of zij begrijpt de meeste regels en doelstellingen, maar kan zeer gemakkelijk worden afgeleid. Actieve coaching is nodig om te presteren in shiai.

3.5 Verdere criteria voor de indeling:

3.5.1 Geslacht

3.5.2 Leeftijd

3.5.2.1 De organisatoren mogen leeftijdsgroepen combineren, indien nodig, zolang aan alle andere criteria wordt voldaan, zoals vaardigheidsniveaus, gewicht en geslacht. De resulterende indeling moet leiden tot eerlijke en veilige poules voor de atleten.



- 3.5.3 Gewicht
 - 3.5.3.1 Als er voldoende judoka's zijn, is het mogelijk om de officiële IJF-gewichtsklassen als richtlijn te gebruiken in niveau 1 en 2.
- 3.5.4 Andere factoren
 - 3.5.4.1 Wanneer een sporter niet in een geplaatst kan worden tijdens het eerste of het tweede divisioning proces, zal een volgend divisioning proces bepaald worden bij goeddunken van de respectievelijke coach en wedstrijdorganisatoren.
 - 3.5.4.2 Criteria zullen dan zijn: veiligheid voor leeftijd, gewicht en ability van alle sporters in de pool.
 - 3.5.4.3 Als niet alle niveaus kunnen worden aangeboden op een toernooi, kunnen niveaus worden samengevoegd. Opgemerkt dient te worden dat de registratie van deelnemers met een handicap die niet waren uitgenodigd geen reden is om correct geregistreerde deelnemers te herverdelen.

4. Wedstrijdregels

4.1 Scheidsrechter beslissingen

- 4.1.1 In alle situaties waarin het reglement geen specifieke bepalingen bevat, maar waarin de scheidsrechter van mening is dat de veiligheid van een of beide judoka's in het geding is, zal de scheidsrechter de wedstrijd onmiddellijk stoppen of onderbreken en de maatregelen nemen die hij/zij nodig acht.
Hierbij is hij/zij gerechtigd disciplinaire maatregelen te nemen, waarbij rekening wordt gehouden met de intentie van de handeling.

4.2 Wedstrijdtijd

- 4.2.1 De wedstrijdduur voor judoka's jonger dan 12 jaar of van niveau 4 en 5 bedraagt 2 minuten en, indien nodig, een 'Golden Score' van 1 minuut
- 4.2.2 De wedstrijdduur voor judoka's ouder dan 12 jaar of niveau 1, 2 en 3 is 3 minuten en indien nodig een 'Golden Score' van 1 minuut
- 4.2.3 Als de poules gemengd zijn qua leeftijd en niveau, beslist de organisator over 2 of 3 minuten in verband met de veiligheid van de judoka's.

4.3 Assistentie van de coach

- 4.3.1 Als een judoka hulp nodig heeft bij het betreden van de wedstrijdmat, mag de coach hulp bieden met medewerking van een (assistent-)scheidsrechter. (Opmerking: niemand mag de wedstrijdmat betreden zonder toestemming van de scheidsrechter.)

4.4 Startposities

- 4.4.1 Bij het aanmelden voor een wedstrijd moet op het inschrijfformulier worden aangegeven of de judoka zal deelnemen aan "tachi-waza" (staande start) of "ne-waza" (knielende of zittende start).
- 4.4.2 Er zijn twee posities in "ne-waza" van waaruit de atleet een wedstrijd kan beginnen.
 - 4.4.2.1 Vanuit een knielende positie
 - 4.4.2.2 Naast elkaar zittend, beiden met hun handen in de basis "kumi-kata" (greep-positie) en de benen naar voren gestrekt
- 4.4.3 Als een judoka, vanwege zijn/haar handicap, de wedstrijd in "ne-waza" moet beginnen, moet de andere atleet zich aanpassen vanuit zijn/haar normale staande positie en de wedstrijd in "ne-waza" beginnen.
- 4.4.4 Een scheidsrechter kan om veiligheidsredenen een wedstrijd die in tachi-waza is begonnen, stoppen en de wedstrijd in ne-waza voortzetten. De judoka die aanleiding gaf tot deze beslissing, zal vervolgens in ne-waza presteren voor de rest van het toernooi.
- 4.4.5 Een wedstrijd die in "ne-waza" is begonnen, moet in "ne-waza" worden voortgezet.
- 4.4.6 Het is te allen tijde mogelijk om punten te scoren met een werptechniek vanuit "ne-waza", mits de wedstrijd in "ne-waza" is begonnen of, respectievelijk, op elk moment nadat de wedstrijd is overgegaan naar "ne-waza".



4.5 Verboden technieken

Naast de verboden handelingen zoals beschreven in de officiële judoregels, zijn de volgende technieken ook verboden voor alle niveaus:

- 4.5.1 Alle vormen en variaties van:
 - 4.5.1.1 Sutemi-waza;
 - 4.5.1.2 Kansetsu-waza;
 - 4.5.1.3 Shime-waza;
 - 4.5.1.4 Sankaku-technieken;
- 4.5.2 Alle worpen die worden uitgevoerd op één of twee knieën, voorwaarts en achterwaarts
- 4.5.3 Om druk uit te oefenen op het hoofd, de nek of de keel van de tegenstander. In het geval dat de arm van een van beide tegenstanders verder dan het middelpunt om de nek gaat, wordt onmiddellijk “Mate” geroepen.
- 4.5.4 In Tachi-waza:
 - 4.5.4.1 Het uitvoeren van Kumi-kata rond het hoofd of de nek van de tegenstander. Bij het vastgrijpen op schouderhoogte mag de hand de middellijn van de rug niet passeren.
- 4.5.5 In Ne-waza:
 - 4.5.5.1 De tegenstander achterwaarts duwen terwijl men in een knielende houding is.
 - 4.5.5.2 De knie optillen om hefboomwerking te verkrijgen wanneer vooraf is afgesproken dat dit niet is toegestaan.
- 4.5.6 Als de judoka's in “ne-waza” strijden, is het niet toegestaan de tegenstander recht naar achteren te duwen.
- 4.5.7 Zowel in “tachi-waza” als in “ne-waza” zorgt de scheidsrechter ervoor dat de nek van de atleet niet op een zodanige manier wordt vastgezet dat er een risico op letsel bestaat. Indien de arm van een van beide tegenstanders verder dan het middelpunt om de nek gaat, wordt onmiddellijk “Mate” afgekondigd.

4.6 Wedstrijdsysteem

- 4.6.1 Elke categorie die na de definitieve indeling wordt gevormd, bestaat uit maximaal acht deelnemers.
- 4.6.2 Maximaal vijf judoka's uit dezelfde categorie vormen één poule en spelen onderling volgens het round-robin-systeem.
- 4.6.3 Zes, zeven of acht judoka's van dezelfde categorie worden verdeeld in twee poules, namelijk A en B (3+3, 4+3 of 4+4), en moeten in de poule waartoe zij behoren spelen volgens het round-robin-systeem. Na afloop van de wedstrijden in beide poules spelen de twee winnaars van elke poule in de finalefase, die de vorm heeft van een enkelvoudige knock-out, waarbij de halve finales volgens het X-patroon worden gespeeld (A1 vs. B2, B1 vs. A2). De winnaars van de halve finales zullen strijden om de eerste en tweede plaats. Indien twee A's of twee B's elkaar in de finale ontmoeten, zullen zij opnieuw moeten strijden en de winnaar van dat gevecht wordt eerste, ongeacht het resultaat van het gevecht in de poule waartoe zij aanvankelijk behoorden.
- 4.6.4 In geval van een gelijkspel tussen twee of meer judoka's in een poule, worden de plaatsen bepaald door het aantal overwinningen, punten en vervolgens tijd. In sommige gevallen is het mogelijk dat dezelfde medaille/plaats aan meerdere judoka's wordt toegekend.
- 4.6.5 Indien een judoka niet in staat of bereid is om deel te nemen aan een wedstrijd van welke orde dan ook binnen een poule, wint de tegenstander met Fusen – Gachi en 10 punten. De tegenstander komt dan alleen op de mat.

4.7 Medische beperkingen

- 4.7.1 Een sporter met het syndroom van Down bij wie atlanto-axiale instabiliteit is vastgesteld, mag niet aan judo deelnemen. Raadpleeg artikel I voor meer informatie en de procedure voor ontheffing van deze beperking.



5. Uniform en uitrusting

5.1 Judogi

- 5.1.1 De judoka's dienen tijdens de indeling en de wedstrijden uitsluitend een witte judogi te dragen.
- 5.1.2 Het onderscheid tussen twee judoka's die in een wedstrijd tegen elkaar spelen, wordt gemaakt door middel van een blauwe en een witte band, die door de organisator in verschillende maten worden verstrekt.
- 5.1.3 De judogi moet schoon zijn en mag geen ongeoorloofde reclame of logo's bevatten.
- 5.1.4 De organisator dient, indien daarom wordt verzocht, elke judoka te voorzien van een startnummer dat door de organisator op de juiste plaats op de rug van de judogi wordt genaaid en dat de atleet vervolgens verplicht is te dragen. Het startnummer is bedoeld om het onderscheid te vergemakkelijken, zowel bij de indeling in poules als tijdens de wedstrijden.
- 5.1.5 Vrouwen moeten onder hun judopak een effen wit T-shirt met mouwen dragen.
- 5.1.6 Judoka's moeten tijdens de prijsuitreiking een witte judogi dragen.

5.2 Tatami (mat)

- 5.2.1 Elke mat moet over de volgende uitrusting beschikken:
 - 5.2.1.1 Eén scorebord
 - 5.2.1.2 Twee wedstrijdklokken (bij gebruik van een elektronisch scorebord is er slechts één nodig)
 - 5.2.1.3 Eén controletafel en drie stoelen voor het tafelpersoneel
 - 5.2.1.4 Twee stoelen voor de scheidsrechters
 - 5.2.1.5 Twee of meer blauwe en twee of meer witte banden voor de deelnemers
 - 5.2.1.6 Twee stoelen – één voor de coach van elk van de twee atleten.

5.3 Hoofdcontroletafel

- 5.3.1 Elk wedstrijd-evenement moet beschikken over één centrale hoofdcontroletafel met vier stoelen. Aan deze tafel is plaats voor de poule coördinator, de IT-medewerker, de hoofdscheidsrechter/jury en de wedstrijd-leider.

6 Penalty's

6.1 Verboden handelingen

- 6.1.1 In de niveaus 1, 2 en 3 kan de scheidsrechter herhaald gebruik van verboden technieken bestraffen door „shido's“ uit te delen. Bij een verboden actie geeft de scheidsrechter een waarschuwing en legt hij de atleet uit wat de aard van de verboden actie is. Wanneer dezelfde fout wordt herhaald, kan de scheidsrechter strafmaatregelen nemen. Richtlijnen:

- Voor niveau 1 – na 1 waarschuwing.
- Voor niveau 2 – na 2 waarschuwingen.
- Voor niveau 3 – na 3 waarschuwingen.
- In niveau 4 en 5 zal de scheidsrechter verzoeken dat de coach aanwezig is bij de uitleg, zodat de fouten aan de atleet kunnen worden uitgelegd in zijn moedertaal of in eenvoudige taal. Op deze niveaus wordt een 'shido' pas uitgesproken na herhaaldelijke uitleg. In niveau 1 en 2 wordt sterk aanbevolen dat de coach bij de uitleg wordt betrokken.

6.2 Blessures

- 6.2.1 Als een judoka geblesseerd raakt en de wedstrijd niet kan voortzetten als gevolg van een verboden actie, wordt de geblesseerde atleet tot winnaar uitgeroepen. Alle blessures mogen op de tatami worden behandeld door een EHBO'er, bijgestaan door de coach van de atleet, indien gevraagd.



7. Wedstrijd terrein

7.1 Tatami (wedstrijdmat)

7.1.1 De tatami moet minimaal 6 meter breed en 6 meter lang zijn tot maximaal 10 meter breed en 10 meter lang.

7.2 Veiligheidsgebied

7.1.2 Het veiligheidsgebied moet de tatami omringen en een andere kleur hebben (minimaal 3 meter breed).

7.3 Media beperkingen

7.1.3 Geen enkele fotograaf is toegestaan op een afstand van de tatami die kleiner is dan 3 meter.

7.4 Benodigd personeel

7.4.1 Dit geldt alleen voor competities op nationaal level of hoger:

7.4.1.1 Drie scheidsrechters per judomat (tatami)

7.4.1.2 Twee competitie Management Software Operators.

8. Coaching

8.1 Coaching is een belangrijk onderdeel van de judosport. Aanwijzingen van een coach tijdens een wedstrijd, afgestemd op het niveau van de judoka's, waarborgen de veiligheid van beide deelnemers. Voor judoka's op niveau 1 en 2 mag coaching alleen worden gegeven tijdens "Mate". Voor judoka's op niveau 3 mogen coaches hun judoka's gedurende de hele wedstrijd aanmoedigen, maar mogen ze alleen technisch advies geven tijdens "Mate". Voor judoka's op niveau 4 en 5 mogen coaches zowel technisch advies als aanmoedigingen geven gedurende de hele wedstrijd.

9. Unified kata

9.1 De verhouding tussen atleten en Unified-partners moet bij Unified Kata 1 atleet in de rol van Tori op 1 Unified-partner in de rol van Uke zijn.

9.2 Atleten en Unified-partners moeten van vergelijkbare leeftijd zijn, en het verdient de voorkeur dat atleten en Unified-partners een vergelijkbaar niveau hebben. Zie voor meer informatie over vergelijkbare leeftijd en niveau de Sportregels, artikel 1, paragraaf 14.1.2

9.3 Voor judoka's van niveau 1 en 2: Dit zijn de meer ervaren atleten en Unified-partners die vergelijkbare vaardigheidsniveaus en kennis van judo hebben.

9.3.1 In niveau 1 en 2 zijn de volgende Kata-vormen mogelijk:

Nage no Kata	Tot de eerste 3 groepen
Katame no	Kata Eerste groep
Gonosen no	Kata Eerste groep

9.4 Voor judoka's in niveau 3, 4 en 5: Unified Kata wordt gebruikt om de ontwikkeling van individuele vaardigheden en zelfvertrouwen te bevorderen onder begeleiding van een Unified-partner, wiens vaardigheden en kennis van judo verder ontwikkeld zijn dan die van de Special Olympics-atleet in de rol van tori.

9.4.1 In deze niveaus zijn de volgende Kata-vormen mogelijk:

Nage no Kata	Tot de eerste 3 groepen
Katame no	Kata Eerste groep
Gonosen no	Kata Eerste groep

9.4.2 Voor alle Special Olympics-judoka's van niveau 3, 4 en 5: alle verboden technieken die door Tori worden uitgevoerd volgens de Special Olympics Shiai-regels, zoals sutemi waza, werpen op 1 of 2 knieën, het been vastgrijpen of druk uitoefenen op de nek, moeten worden aangepast of vervangen door een alternatieve techniek.

9.4.3 Alle aanvallen of reacties van uke in alle kata moeten qua kracht en snelheid worden aangepast aan het vermogen van de Special Olympics-atleet. Alle aanpassingen en alternatieve technieken moeten voorafgaand aan elke wedstrijd op het kata-



beoordelingsformulier worden ingevuld.

9.5 Veiligheidsregels

9.5.1 In het algemeen zijn alle verboden technieken die door Tori worden uitgevoerd volgens de Special Olympics Shiai-regels, zoals sutemi waza, kansetsu waza, shime waza, werpen op 1 of 2 knieën, het been vastgrijpen of het uitoefenen van druk op de nek, niet toegestaan in niveau 3, 4 en 5. Sutemi waza, kansetsu waza en shime waza zijn ook niet toegestaan in niveau 1 en 2. Dit is om de veiligheid van alle judoka's te waarborgen.

9.6 Inschrijfformulier

9.6.1 Alle judoka's die deelnemen aan een Special Olympics Judo Unified Kata-evenement worden in eerste instantie ingedeeld op basis van de gegevens die op het inschrijfformulier worden gevraagd

9.7 Beoordelingsformulier

9.7.1 Meer informatie, evenals een voorbeeld van het kata-beoordelingsformulier, is te vinden in het richtlijndocument voor kata. → [Judo](#)