

## Peamised punktid on järgmised:

1 – tegevuse järjepidevus, 2 – maandumine, 3 – judotehnikad.

1 – Järjepidevus: On oluline, et otsevisketehnikate, kontratehnikate või kombinatsioonide sooritamisel ei tekiks katkestusi;

2 – Maandumine: me vaatame joont õlgadest puusadeni. Mõlemad peavad olema tatami suhtes vähemalt 90° nurga all, et arvestada punktide olemasolu;

3 – Tehnikad: peame suutma tuvastada judo tehnika, mis on judo aktsepteeritud repertuaaris (gokyo). Ainult maandumisest ja matši käigus ümberrullumisest ja küljele/seljale kukkumisest ilma selget tehnikat rakendamata ei piisa skoori saamiseks. See peab jääma avaldatud Kodokani judotehnikate nimekirja piiridesse;

Kui vaatame iga uut reeglit lähemalt, saab selgitada, miks ja kuidas neid valikuid tehti. Esimeses kolmes otsuses vaatame viskepunktide paikapidavust.

**Otsus 1:** Punktide hindamine tegevuste eest, mis ilma peatumata on (sama)tehnikate jätk. Kui tegevuses on peatus, siis punkti ei anta.

Ülioluline on tehnikate, vastuvõtete ja kombinatsioonide järjepidevus.

**Otsus 2:** Waza-ari kriteeriumid hõlmavad maandumist kogu kehapoolele 90 kraadi või rohkem tahapoole või ühele õlale ja ülaseljale. Punkt antakse terve kehapoole maandumise eest isegi siis, kui küünarnukk on väljas. Arvestada tuleb puusade ja õlgade asendiga.

Tuleb jälgida, et õlajoon ja puusajoon maanduksid minimaalse nurgaga 90°. Kõik, mis jääb sellest vahemikust välja, skoori ei saa.

**Otsus 3:** Waza-ari kriteeriumid hõlmavad maandumist kogu kehapoolele 90 kraadi või rohkem tahapoole või ühele õlale ja ülaseljale. Punkt antakse terve kehapoole maandumise eest isegi siis, kui küünarnukk on väljas.

Samuti vaadatakse ka õla ja selja ülaosa, mis annab ka waza-ari.

**Otsus 4:** Maandumine üheaegselt kahele küünarnukile või käele, selja poole, on waza ari tori jaoks ja shido uke jaoks.

See on noorte judoka turvalisuse ja hariduse küsimus, keda inspireerivad meistrid. Küünarnukkide/käte kasutamine heite vältimiseks saab shido. Kui me õpetame lastele ukemit, ei näita me neile küünarnukkide/käte kasutamist, et vältida kukkumist, sest see on ohtlik. Seetõttu ei ole eetiline lubada võistlejatel võistlemisel kasutada küünarnukke/käsi; nad on meie noortele eeskujuks.

**Otsus 5:** Skoor puudub kontratehnikate puhul, kus esialgne rünnak veeretatakse taha, vasturünnaku või kaitsva judoka poole.

Peame tegema vahet õigesti rakendatud kontratehnikal ja matile kukkumisel ja vastase ümberpööramisel/rullimisel. Õige tehnika puhul nagu uchi-mata gaeshi, harai-goshi-gaeshi või hane-goshi-gaeshi, aga ka uchi-mata-sukashi, ura-nage, yoko guruma, tani-otoshi, ko-soto-gari ja ko-soto-gake, kui suudame tehnika tuvastada korraliku 90° maandumisega, siis on hinne. Ette poole maandumisel või alla 90° maandumisel loetakse veeretamist üleminekuks ne-wazasse.

**Otsus 6:** Korea-seoi-nage, skoori ei saa ning shido sooritajale.

Seoi-nage tehnikate rakendamine, kui uke saab sooritada ukemi ja tori saab juhtida, on lubatud. Seoi-nage tehnikate variatsioonid, kui tori pöörab ukest ära, väänab oma tsurite ja hikite uke judogi sake revääri kasutades, uke kontrollimata, seistes või kukkudes teadmata suunas, andmata vastasele võimalust ukemi sooritamiseks ja mõne puhul ka uke kukutamise kaelale matile, on keelatud. Arvestada tuleb sellega, et osa maailma judotuuril (WJT) osalevatest sportlastest on 15-aastased. WJT on väga oluline noorele judokale, kes tahab nähtut kõige kõrgemal tasemel kopeerida. Seega on tehnika sooritamine ilma kontrollita, teadmata suunas ja kokku kukkudes judo ohutusraamidest väljas.

**Otsus 7:** Vöö alt haaramine heitetehnika lõppfaasis on lubatud, kui vastane on juba ne-wazas. Kui heitetehnika katkeb, on vöö alt haaramine ne-waza tegevus.

Lubatud on vöö alt haaramine heitetehnika lõppfaasis nagu soto-makikomi, mis jätkub läbi ushiro-gesagatame või ura-gatame. Vöö alt haare, mis muutub heite oluliseks osaks, ei ole lubatud. Judoka ei tohi endiselt vöö alt haarata selleks et heita.

**Otsus 8:** Krae ja revääri haaramine on lubatud, kui see pole negatiivne.

**Otsus 9:** Vöö hoidmine, ühepoolne haare, ristihaare, püstolhaare ja taskuhaare ei ole traditsioonilised haarded. Kui neid kasutatakse, antakse aega rünnaku ettevalmistamiseks.

Rohkemate heitevõimaluste ja atraktiivsema judo pakkumiseks on lubatud mitteklassikalised haarded. Krae ja reväär, ühepoolne haare, ristihaare, vööst hoidmine, tasku- ja püstolhaare on lubatud, kui judoka käitub positiivselt, ehk ta soovib sooritada positiivseid rünnakuid ja heiteid. Loetletud haarete kasutamine kaitseks on karistatav.

**Otsus 10:** Ühe või kahe käega haarde lõhkumine ja kohene haaramine on lubatud. Ühe või kahe käega haarde lõhkumine ja kohe haaramata jätmine on shido.

Haarde lõhkumine, kui pärast seda on haare alles, on lubatud. Näiteks kui sinises judogis judokal on üks haare ja valge judoka otsustab ühe või kahe käega haaret lõhkuda, peaks valge pärast hoidma oma käes vähemalt ühte haaret. Matemaatiliselt on see lihtne, kui sinisel on üks haare, siis pärast lõhkumist jääb valgele vähemalt üks haare. Selle otsusega soovitakse pakkuda sportlastele võimalust muuta haaret tehnikate sooritamiseks. Vastasel poolel, kui pärast haarde murdmist valgel enam haaret pole, on tegemist shidoga.

**Otsus 11:** Judogi ja juuste uuesti sidumine ja korraldamine on lubatud üks kord judoka kohta matši kohta. Edasistel juhtudel karistatakse shidoga.

Judogi ja soengut saab kohendada üks kord judoka kohta matši kohta. Ükski sportlane ei tohi kasutada judogi/juuste korrastamist või ümberkorraldamist, et saada aega võistluse katkestamiseks. Judogi õige ettevalmistus, vöö sidumine ja juuste korrastamine on hädavajalikud ja on iga sportlase enda kohustus. Pange tähele, et vööd ei saa lahti siduda ilma kohtuniku loata.

**Otsus 12:** Peasukeldumise tehnikad on ohtlikud ja neid karistatakse hansoku-makega.

Judo turvaraami järgides tuleks judoheitelid sooritada ilma, et pea läheks otse tatamile. Kael ei ole väga tugev kehaosa. Esmalt pea peale maandudes samal ajal vastane seljas, seavad sportlased tervist ohtu ja satuvad väga ohtlikku olukorda. Nagu varem mainitud, on WJT üritustel õigus osaleda kõigest 15-aastaselt judokal ning on miljoneid lapsi, kes tegelevad judoga ja jälgivad oma kangelasi. IJF Akadeemia ja Kodokani videol sooritatud judotehnikate demonstratsioonil pea peale maanduvaid võtteid ei ole olemas.