

REGLES DE COMPETITION ECOLIERS "B"

SAISIES: .

1. Saisie obligatoire de la manche et du revers opposé. Les autres saisies ne sont autorisées que lorsqu'elles précèdent une attaque.
2. Toutefois, aucune saisie en-dessous de la ceinture n'est autorisée (qu'il y ait une attaque ou non).

PROJECTIONS:

1. Une technique de projection en enroulant la nuque est interdite si le col n'est pas tenu.
2. Une attaque portée avec les deux genoux au sol est proscrite.
3. Les techniques de « sutemis » sont interdites.

IMMOBILISATIONS:

1. Le temps des immobilisations est modifié de la manière suivante: koka: dès 5 secondes yuko: dès 10 secondes waza-ari: dès 15 secondes ippon: à 20 secondes

AVERTISSEMENTS / PENALITES

1. Un premier avertissement avec explication/éducation précédera toujours une pénalité.
2. Aucune pénalité ne sera en règle générale infligée sur sortie de tapis.