



**REGLEMENT FEDERAL
JIU JITSU BRESILIEN
GRAPPLING**

Mis à jour 22-12-2018
Réfèrent : Yoann Coulon

Chapitres

- 1- Arbitrage.....p3
- 2- Gestuelle de l'arbitre.....p4
- 3- Finalités de combat.....p5
- 4- Décompte des points.....p6 & 7
- 5- Techniques autorisées.....p8
- 6- Techniques interdites.....p9
- 7-8 Les fautes & interdictions...p10
- 9-10 Les droits & devoirs.....p11
- 11- La compétition.....p12
- 12- Les combats.....p13

NB : *La réglementation Jiu-Jitsu Brésilien FSGT et Grappling FSGT sont identiques. La différence concerne bien entendu la tenue de combat. Il est donc de bon sens de consulter cette présente réglementation pour le Grappling en ignorant les phases concernant le kimono et la ceinture.*

1) ARBITRAGE :

- L'arbitre est la plus haute autorité lors d'un combat. Sa décision est incontestable. Il a cependant, la capacité de consulter ses juges de table pour un avis supplémentaire.
- Il peut modifier sa décision après concertation avec son collègue, ou sur décision du référent si ce dernier a vu l'action.
- Suite à un combat 'NUL' après prolongation, seul l'arbitre devra décider du vainqueur du combat en se basant sur la prise d'initiative et la combativité de ce dernier.
- En cas de tentative de projection allant vers l'extérieure de la zone de combat, l'arbitre doit par la voix et/ou par le geste stopper l'action devenue dangereuse.
- Lors d'une action au sol, si le déplacement des combattants va vers l'extérieur du tapis, l'arbitre doit interrompre le combat afin de remettre les combattants dans la même situation au centre de l'aire du combat. Si cette action n'est pas assez stable pour permettre un remplacement à l'identique, le combat devra repartir debout.
- La tenue de l'arbitre devra répondre aux exigences suivantes : Tee-Shirt, Polo ou chemise de 'couleur' uniforme Noire ou Blanche. Pantalon type Sport ou dit Habillé de 'couleur' uniforme Noire ou Blanche (Jeans interdit !). Chaussettes Noires.
- Il portera à son poignet gauche un bandeau de couleur rouge afin d'aider la compréhension entre sa décision et l'inscription de celle-ci par ses juges de table.
- La table devra être équipée de deux chaises minimum, un tableau mécanique ou informatique (ce dernier relié à un ordinateur), un objet alertant la fin du combat (sonore ou visuel), un chronomètre, feuilles de points avec stylos, un micro relié à une sono.

2) GESTUELLE DE L'ARBITRAGE : (voir photos plus bas)

- L'arbitre, doit faire entrer les combattants sur l'aire de combat, bras pliés à 90°, paumes de main tournées à soi. (1)
- Après le 'CHECK' des deux protagonistes, l'arbitre lance le début du combat d'un geste de la main vertical de haut en bas commenté de sa voix du mot : COMBAT ! (2)
- L'arbitre note à ses commissaires sportifs (juges de table) les points attribués aux combattants avec sa main, très visiblement : Main droite coin blanc - Main gauche coin Rouge. (3)
- L'arbitre attribue un avantage d'un geste du bras : main allant du cou vers l'extérieur, bras tendu à l'horizontal. (4)
- L'arbitre peut attribuer une pénalité, retirant un point au combattant concerné. Dans ce cas, il montre à ses juges bras fléchi à 90°, poing fermé face à la table. (5)
- En cas de disqualification, il croise les bras devant son torse face à la table, puis désigne le combattant concerné. (6)
- L'arbitre, en cas d'attribution de points trop anticipée peut revenir sur sa décision en annonçant à ses juges une déduction de point. Il balaye d'un bras au-dessus de sa tête main tendue. (7)
- L'arbitre peut demander aux athlètes de remettre leur kimono ou resserrer la ceinture. Dans ce cas, il croise ses bras vers le bas, paumes de mains face au sol en direction du combattant concerné. (8)
- L'arbitre, lors de la décision, doit lever la main du vainqueur, face à la table des juges, puis face au public.



3) DIFFERENTES FINALITES DU COMBAT :

- ✓ **SOUMISSION**
Etranglement, clef articulaire ou compression musculaire.

- ✓ **Mis Hors Combat**
Souvent suite à un étranglement comme pour le Judo.

- ✓ **ABANDON - ARRÊT DE L'ARBITRE OU DU MEDECIN**
Non possibilité de continuer un combat : vomissement, malaise, saignement trop important, crampe, blessure, perte de connaissance ou autre malaise...
L'arbitre peut également stopper une tentative de soumission si celle-ci présente un réel danger (ex : Un jiu-jitsu ka refuse d'abandonner sur une clef de bras en hyperextension).

- ✓ **AUX POINTS**
Décision donnée suite à l'attribution des points à la fin du temps réglementaire.

- ✓ **AVANTAGE**
Comptage des avantages attribués en cas d'égalité de points.

- ✓ **DECISION**
Nomination du vainqueur par l'arbitre suite à un match nul au terme de la prolongation de 2min.

4) DECOMPTE DES POINTS :

❖ AVANTAGE

L'avantage peut être attribué pour différentes raisons :

- Position Demi-Garde active (récupéré par le jiu-jitsuka en position dominante).
- Tentative d'aménée au sol ou de projection avortée (appréciation de l'arbitre).
- Tentative de soumission avortée.
- Combativité (jeu ouvert) si combat passif de l'adversaire.
- Renversement depuis une montée (Lorsque l'athlète en position inférieur se retrouve au-dessus, mais toujours dans la garde ou en demi-garde).
- Une action obligeant l'adversaire à défendre à quatre pattes (Turtle).
- Montée avortée (je suis au-dessus mais mon adversaire garde une de mes chevilles dans sa garde), latérale (je suis sur deux bras ou je suis en montée mais lui défend sur sa tranche), assise (je suis assis sur sa poitrine par-dessus ses deux bras).

❖ 2 pts

Deux points peuvent être attribués pour différentes raisons :

- Projection ou Amenée au Sol : accordés uniquement si l'acteur du geste ne perd pas le contrôle et se trouve en fin de mouvement en position supérieure, sans forcément se retrouver en contrôle.
- Contrôle de 5 secondes en Genou/Estomac (face au buste ou face aux jambes) avec le pied d'appui au sol et non l'autre genou.
- Renversement ou changement de position positive (ex : arm-Bragg suivi contrôle dos).
- Si une défense de soumission entraîne un mouvement involontaire vers l'extérieur de la zone de combat du combattant en défense, au point de remettre au centre. L'attaquant se verra attribuer 2 pts.

❖ **3 pts**

Trois points peuvent être attribués pour différentes raisons :

- Passage de garde (suivi d'un contrôle).
- Contrôle de 5 secondes dit en Croix (100 kilos).
- Contrôle de 5 secondes en Nord/Sud.

(!) ATTENTION, les contrôles en Croix et la Nord/Sud sont considérés comme identiques.

❖ **4 pts**

Quatre points peuvent être attribués pour différentes raisons :

- Contrôle de 5 secondes en montée (et sur un bras compris).
- Contrôle de 5 secondes dans le Dos.

(!) ATTENTION, les contrôles en Montée et Dos sont considérés comme identiques. Les triangles de jambes sont autorisés pour ces contrôles.

Il est primordial de placer ses crochets pour valider ses points. Exception faite dans le cas où mon adversaire se retrouve à plat ventre et refuse de défendre à quatre pattes.

❖ **BON A SAVOIR**

- * Les points ne peuvent être attribués en descendant, mais uniquement en montant. Exemple : passer de la Croix à la Montée avec les 5 secondes de contrôles respectifs rapporte 7 points, le contraire n'est pas possible (autre exemple : je passe de la croix à Genou Estomac, je n'ai pas mes deux points, je repasse en croix, j'obtiens de nouveau 3pts).
- * Un athlète subissant une tentative de soumission, se retrouvant en position de contrôle ou de renversement, ne pourra se voir attribuer ses points, uniquement une fois libéré de la soumission en cours.
- * Si un combattant saute directement à la garde, et que son adversaire le pose au sol en ayant saisi au moins d'une main son pantalon, ce dernier se verra attribuer 2 pts.

5) TECHNIQUES AUTORISEES :

- ✓ Clefs articulaires : poignée (uniquement dans l'axe), coude, épaule, genou dans l'axe, cheville **dans l'axe** (ceintures blanche à violette), cheville **en torsion** (ceintures marron et noire), clef de hanche - ex : écartèlement (uniquement ceinture marron et noire).
- ✓ Tous les étranglements avec les membres supérieurs (la guillotine dans l'axe avec pour seule saisie la tête est considérée comme étranglement).
- ✓ Tous les étranglements avec les membres inférieurs, à condition qu'il y a au moins un bras compris dans la compression.
- ✓ Tous les étranglements utilisant la veste de gi.
- ✓ Les compressions musculaires : clefs de biceps et mollet.
- ✓ Toutes techniques de projections identiques au Judo, et amenées au sol type Lutte/grappling/JJB (ex : les arrachées).

6) TECHNIQUES INTERDITES : (Disqualification directe)

X- Mise en extension du cou : Clef de Nuque.

Ex : Tirage de tête depuis la garde, Full Nelson, Saisie de tête avec deux bras...

X- Compression verrouillée de la nuque. Ex : Triangle de bras à partir de la montée.

X- Clef de doigts - orteils (Extension - Torsion).

X- Les slams sont strictement interdits, que ce soit à partir d'une position debout ou au sol.

X- Les projections en prenant appuis sur la tête (ex : Uchi Mata sur la tête).

Projeter son adversaire sur la nuque.

X- Toutes strangulations mains autour du cou avec les pouces de face, les autres doigts dans le dos ou inversement.

X- Clefs de talons et toutes autres techniques de clef de genou en torsion.

X- Amenée au sol en ciseau (Technique du crabe).

X- Etrangler avec une ceinture.

X- Vriller la tête de l'adversaire sur guillotine d'une saisie sans bras.

X- Enfoncer intentionnellement ses doigts ou orteils dans un des orifices de l'adversaire.

X- Boucher avec sa main les orifices de l'adversaire (ex : main sur bouche et narines).

X- Technique de percussion (aucune frappe autorisée).

X- Cracher, insulter, tirer les cheveux/oreilles, mordre, griffer, gestes obscènes...

X- Torsion du genou. Ex : attaque de clef de cheville dans l'axe. Le pied contrôlant la hanche de l'adversaire ne doit pas passer au-dessus de la cuisse (**RESTER DANS L'AXE !**). Si mon adversaire place mon pied volontairement du mauvais côté de la hanche, l'arbitre sera en mesure de sanctionner ce geste.

La sanction dépendra de la gravité du mouvement mais conduira à une disqualification directe s'il y a récurrence, que ce soit pour l'un ou l'autre.

7) LES FAUTES : (Amène à une pénalité = +1 pour l'adversaire)-(4 pénalités = disqualification).

- ❖ Placer ses doigts dans l'orifice de la manche ou pantalon du kimono de l'adversaire.
- ❖ Se positionner en garde assise sans contacts avec l'adversaire.
- ❖ Pousser son adversaire à l'extérieur de l'air de combat.
- ❖ Sortir volontairement de l'air de combat.
- ❖ Enlever sa ceinture ou kimono dans le but de stopper le combat.
- ❖ Lancer un mouvement, alors que son adversaire a un membre coincé dans le kimono.
- ❖ Parler à l'arbitre (sauf raison médicale ou problème de kimono).
- ❖ Saisie de moins de quatre doigts.
- ❖ 'Étranglement' de la mâchoire : une défense « menton/poitrine » sur étranglement doit annuler l'attaque. Briser une mâchoire ne fait pas partie des étranglements.

8) LES INTERDICTIONS : (impossibilité de combattre)

- ❖ Kimono non conçu pour la pratique. Seuls les Gi Judo ou JJB sont autorisés.
- ❖ Kimono dont les manches ou le pantalon soient trop court. Manche à 5cm maxi bras tendu de la base de la main et extrémité du pantalon à 5cm maxi de la malléole.
- ❖ Kimono sale, nauséabond ou taché de sang.
- ❖ Porter tout objet étranger à la disciplines (Bijoux, téléphone, lunettes, etc).
- ❖ La nudité sous le kimono est interdite. Sous-vêtements obligatoires.
- ❖ Toute crème, huile, gel, baume provoquant des glissades ou brûlure des yeux sont strictement interdites !
- ❖ Porter des protections rigides (ex : genouillère atèles métalliques ou toutes sortes de coquilles).
- ❖ Ongles longs.
- ❖ Cheveux longs non attachés.
- ❖ Plaies, croutes, sutures non protégés.

9)LES DROITS :

- ❖ Port de patchs si ces derniers sont bien fixés.
- ❖ Le port de 'Rash-Gard' haut et/ou bas sous le kimono. (Tee-Shirt interdit et autre vêtement de ville interdit !).
- ❖ Concernant le Grappling, le bas style 'Lycra' est obligatoire. Le torse peut être nu ou vêtu d'un Rash-Gard. Les Fight-Shorts sont autorisés.
- ❖ Un seul coach autorisé. Ce dernier peut être accompagné par une personne **silencieuse** telle qu'un photographe ou cameraman.

10)LES DEVOIRS : *(Les coachs inclus).*

- ❖ Saluer le tapis en y entrant et en y sortant.
- ❖ Respecter l'arbitre, les juges de table, l'adversaire et le public.
- ❖ Ne pas marcher pieds nus hors de la zone de combat.
- ❖ Ne pas marcher avec des chaussures sur le tatami.

11) LA COMPETITION :

- La pesée se fera soit la veille de compétition, soit le matin de celle-ci.
- Les pesées se feront en sous-vêtement (pas en kimono).
- L'athlète inscrit devra avoir sa licence FSGT valide de la saison en cours et son passeport sportif FSGT.
- Un combattant ayant perdu connaissance pendant la compétition ne pourra être repêché et donc recombattre sur la journée.
- Une disqualification clôtura la compétition du fautif si la faute est considérée comme « Grave ».
- Selon le nombre d'inscrits, la compétition se déroulera sous forme de poule, de tableau, voire les deux.
- Une seule place de troisième sera attribuée via une petite finale.
- En cas d'égalité de poule, le sortant sera le propriétaire dans un premier temps du plus gros cumul de victoires, en second temps du nombre de soumissions, puis si nécessaire en dernier temps par le nombre de points marqués.
- Un combattant se présentant avec un kimono non homologué, bijoux, saignement, ongles long, etc... se verra attribuer un délai de 3 minutes pour se présenter dans les conditions écrites sur ce règlement. Au-delà, il se verra disqualifié.
- Un combattant ne répondant pas à l'appel de la table, se verra disqualifié au bout du troisième appel.
- En cas de situation d'athlète unique, ce dernier avec son accord et celui de son coach, pourra être surclassé de catégorie de poids et/ou de catégorie d'âge. Par exemple, un Junior ou Vétéran peut se retrouver chez les seniors, le temps du tournoi, mais son classement sera validé dans sa propre catégorie.

12) LES COMBATS :

LES DIFFERENTS NIVEAUX

- Trois niveaux de compétitions : Les Débutants (Ceintures Blanches), les Intermédiaires (Ceintures Bleues & Violettes) et les Confirmés (Ceintures Marrons & Noires).

LES CATEGORIES D'AGE

Pré-poussins : 6 à 8 ans.
Poussins : 9 & 10 ans.
Benjamins : 11 & 12 ans.
Minimes : 13 & 14 ans.
Cadets : 15 & 16 ans.

Juniors : 17 & 18 ans.
Seniors : 19 à 39 ans
Vétérans 1 : - 50 ans.
Vétérans 2 : - 65 ans

LES CATEGORIES DE POIDS

- Pas de catégories de poids pour les cadets et catégories d'âges inférieures. Les enfants seront regroupés selon leurs pesées du jour.
- Junior - seniors - vétérans :

Masculines : -55kg , -60kg, -66kg, -73kg, -80kg, -88kg, -96kg, +96kg.

Féminines : -45kg, -50kg, -55kg, -60kg, -65kg, -70kg, +70kg.

LES TEMPS DE COMBAT

Pré-Poussins/Poussins : 2 minutes. (Aucune soumission acceptée)

Benjamins/Minimes : 3 minutes. (Seuls étranglements acceptés)

Cadets/Juniors : 4 minutes. (Seuls étranglements, clefs de coude et épaule acceptées)

Seniors Débutants & Vétérans : 5 minutes.

Seniors Intermédiaires : 6 minutes.

Seniors Confirmés : 8 minutes.