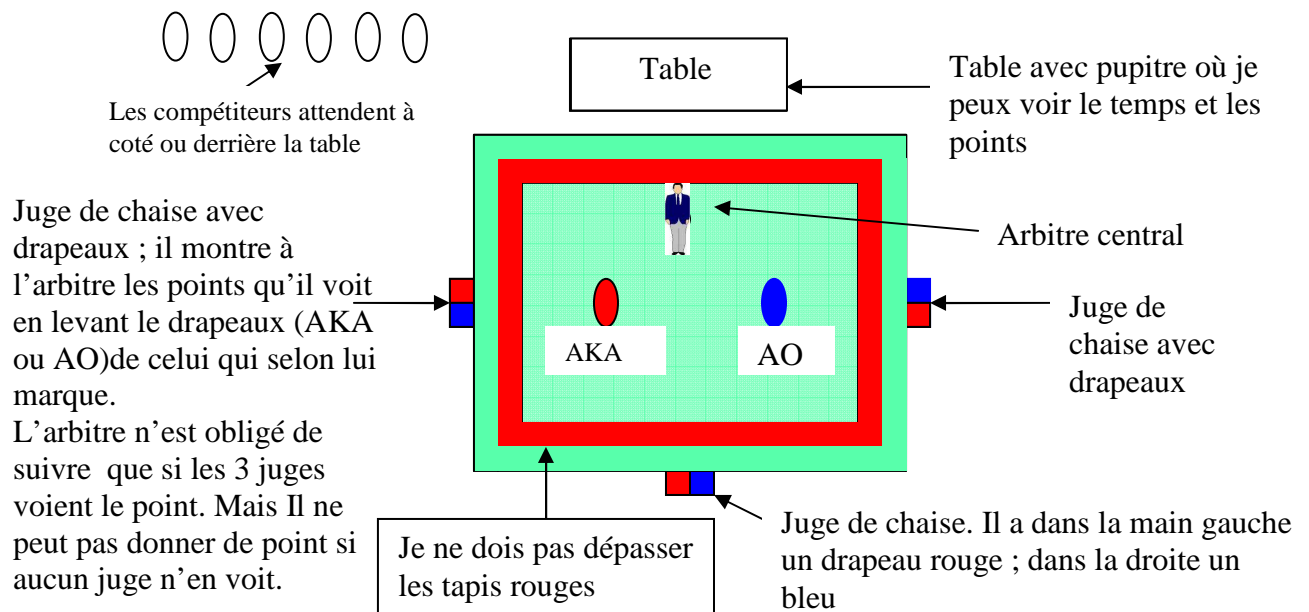


PRESENTATION

_Après le passage à la table de contrôle, un responsable m'amène sur mon aire de combat avec ma catégorie

_ Avant chaque combat, un arbitre de la table me donne la couleur des protections que je dois mettre **Rouge (AKA*)** ou **Bleu (AO*)**. Je deviens donc **AKA** ou **AO**
*termes japonais



C'EST A MON TOUR DE COMBATTRE

J'entre sur l'aire de combat par le côté, _ je **salue le tatami**

_ Au signe de l'arbitre , je me place pour le combat dans l'aire de compétition, **je salue mon adversaire et l'arbitre** . Puis **je me mets en Yoi**

COMBAT

_L'arbitre annonce : shobu **hadjime** : Je commence le combat

_L'arbitre annonce **Yame** quand un combattant marque ou fait une faute ou il ne se passe rien mais par exemple un combattant tombe : Je m'arrête en me remettant **en Yoi** à la place où j'ai commencé le combat.

PUIS L'ARBITRE ANNONCE LES POINTS

Pour donner les points, l'arbitre prend en compte :

Bonne Forme (la technique doit être correcte)

Attitude Sportive (je suis énergique et combatif mais pas agressif , je n'ai pas l'intention de faire mal)

Grande vigueur d'application (je suis concentré + KIAI)

Vigilance (je reprends ma distance après mon attaque)

Bon 'Timing' (je suis rapide)

Distance correcte (je touche au niveau chudan (ventre) je m'arrête entre 2 et 10 cm au niveau jodan : visage et casque)

Echelle des points :

Ippon = 1 point :

- Tsuki : tous les coups de poing même si j'en enchaîne 3

Nihon = 2 points :

- Geri Chudan : coups de pieds au ventre et cotés

Sanbon = 3 points :

- Geri Jodan : coups de pieds au casque
- Je marque mon adversaire qui est tombé au sol




L'arbitre annonce en donnant :

- la couleur du combattant qui à marqué : **AKA** ou **AO**
- la hauteur de la technique : JODAN (visage) ou CHUDAN (ventre)
- S'il s'agit d'un TSUKI (coup de poing) ou GERI (coup de pied)
- Le nombre de point : IPPON(1), ou NIHON(2), ou SAMBON(3)

Exemple:Je suis bleu (**AO**)et je marque au visage(jodan) coup de poing(tsuki)=1point(ippou)

L'arbitre annonce **AO JODAN TSUKI IPPON**

Il tend la main :










en bas vers celui qui a marqué Pour un point (ippou) et annonce par ex : AO jodan tsukiippou	
Au milieu vers celui qui a marqué Pour deux points (nihon) et annonce par ex : AKA chudan gerinihon	
En haut vers celui qui a marqué Pour Trois points (sambon) et annonce par ex : AO jodan gerisambon	

OU il annonce LES PENALITES POUR FAUTE :



1ere catégorie :

- 1 – Contact excessif (je tape trop fort)
- 2 – Attaque aux membres (attaques aux jambes, sous la ceinture), articulations et a la gorge.
- 3 – Attaque au visage main ouverte.
- 4 – Projection jugée dangereuse (projection type judo)


C'est ma première faute De 1ere categorie	je reçois un avertissement  Aka (ao) chukoku	
Ma deuxième 	L'arbitre pointe le doigt vers moi  aka (ao) Keikoku	et donne 1 point à mon adversaire  ao (aka) ippon
Ma troisième 	L'arbitre pointe le doigt  aka(ao) hansoku-chui	et donne 2 points à mon adversaire  ao(aka) nihon
Ma quatrième 	L'arbitre pointe le doigt vers le haut Je suis disqualifié  aka(ao) hansoku	Et declare mon adversaire vainqueur  ao(aka) nokashi



2^{ème} catégorie :

- 1 – Simuler ou exagérer une blessure.
- 2 – Les sorties "Jogai" (je sors de l'aire de combat : je dépasse le tapis rouge)
- 3 – Se mettre en danger "Mubobi" (je n'ai pas de garde, je suis trop près de mon adversaire)
- 4 – Fuir le combat.
- 5 – Saisir sans effectuer de technique.
- 6 – Corps a corps inutile (j'entoure mon adversaire avec les bras)
- 7 – Les attaques de coups de tête, de genou, ou de coude.
- 8 – Comportement ou propos injurieux

C'est ma première faute De 2eme categorie	je reçois un avertissement  Aka (ao) chukoku	
--	--	--

 Ma deuxième	L'arbitre pointe le doigt vers moi  aka (ao) Keikoku	et donne 1 point à mon adversaire  ao (aka) ippon
 Ma troisième	L'arbitre pointe le doigt  aka(ao) hansoku-chui	et donne 2 points à mon adversaire  ao(aka) nihon
 Ma quatrième	L'arbitre pointe le doigt vers le haut Je suis disqualifié  aka(ao) hansoku	Et declare mon adversaire vainqueur  ao(aka) nokashi

OU IL N' Y A PAS DE POINT NI FAUTE MAIS PAR EXEMPLE UN COMBATTANT TOMBE



L' arbitre annonce **Torimasen** :

REPRISE DU COMBAT

_ L'arbitre annonce **Tsuzukete Hadjime** : Je recommence à combattre (il y aura encore des arrêts pour points ou fautes)

10 secondes avant la fin du combat

_ L'arbitre annonce **atoshi baraku** pour me prévenir qu'il reste 10 secondes . Il n'arrête pas le combat .

FIN DU COMBAT

_ A la fin du temps de combat (signal sonore) ou si il y a un écart de 8 points : l'arbitre annonce **Yame** : Je me mets en Yoi et attends la décision.



(Si égalité l'arbitre annonce **Hikiwake** puis on repart pour un combat d'une minute. Si encore égalité après une minute, l'arbitre désignera vainqueur le combattant qui a initié le plus d'attaques, qui a été le plus combatif, dont les techniques étaient supérieures)

Pour annoncer le vainqueur, l'arbitre annonce la couleur (AKA ou AO) Nogashi et tend le bras vers le haut, vers le vainqueur :

<u>AKA (ou AO) NOKASHI</u>		<i>(= Vainqueur)</i>
-----------------------------------	--	----------------------

_Puis **je salue et serre la main de mon adversaire.** (Même si je perds bien sûr)

ÉLIMINATION DIRECTE AVEC REPÊCHAGE :

Elimination directe => Lorsque je perds un combat , au 1^{er} , 2eme ou 3eme tour , je suis éliminé

Mais Repêchage => Tous ceux qui auront perdu contre les deux qui iront en finale (et uniquement contre ceux là) combattront de nouveau pour être désigner 3eme ex aequo .

Par exemple,6 combattants ont perdu contre ceux qui vont en finale . Ces 6 combattront de nouveau entre eux et le gagnant sera déclaré 3eme ex æquo . C'est pourquoi Il y a 4 combattants médaillés : Le 1^{er} , Le 2eme , et les deux 3eme .

Donc , quand je perds , je regarde si celui qui m'a gagné va jusqu'en finale .

VOCABULAIRE IMPORTANT

Les couleurs	AKA AO	Rouge Bleu
Les points	IPPON NIHON SAMBON	1 POINT 2 POINTS 3 POINTS
Les techniques	Geri Tsuki	Coup de pied Coup de poing
Les hauteurs	Chudan Jodan	Ventre et cotés Visage et casque
Les annonces De l'arbitre		
	HAJIME	Début / reprise du combat
	YAME	Arrêt ou fin du combat
	TORIMASEN	Ne s'est rien passé
	HIKIWAKE	Egalité
	Atoshi baraku	Reste 10 secondes
	NOKASHI	Vainqueur