



SESSIONI DI SPARRING DI **JU JITSU** FIGHTING SYSTEM



SABATO 07-02-'09 DALLE 14.00 ALLE 15.30

DOJO ARASHI

TEMPESTA NEL DOJO



PADIGLIONE BIGI- PARCO DUCALE- INGRESSO VIA PASINI- PARMA

INGRESSO GRATUITO - E' GRADITA CONFERMA DELLA PRESENZA - jujitsucenter.pr@gmail.com - 328.81.62.570

DOJO ARASHI

ovvero un nuovo Intercentro a Parma per allenamenti di Fighting System

Ancora un allenamento di Randori di Ju Jitsu FightingSystem, presso la a.s.d. Ju Jitsu Center di Parma, il primo di una serie di appuntamenti che proseguiranno per tutto il prossimo anno.

Tali allenamenti sono rivolti a tutti gli interessati, di qualsiasi ente o federazione e in particolar modo agli atleti agonisti.

Questa iniziativa è stata concretizzata in risposta alla necessità degli atleti agonisti di confrontare e testare le proprie capacità nel combattimento con atleti differenti da quelli della propria palestra, in un ottica di allenamento e di studio.

Abbiamo voluto ironicamente denominare questo nuovo progetto con il nome "Dojo Arashi", proprio perché nella tradizione del Ju Jitsu è sempre esistito l'intento di confrontarsi con i praticanti di altre Scuole.

Storicamente:

Dojo Arashi (tempesta nel Dojo) è l'azione di andare a combattere in un altro club per scoprire il proprio valore. La regola era di sfidare il migliore seguace del Maestro, poi, avendolo battuto, fare una sfida finale allo stesso Maestro.

Se anche questi fosse stato battuto, i visitatori andavano via strappando le insegne della scuola che perdeva quasi automaticamente tutti i membri. Questa tradizione esisteva in tutte le arti marziali, qualche volta con l'idea di ottenere un progresso personale, ma spesso con lo scopo di giudicare la scuola. Alcune volte si diceva anche Dojo Yaburi che significa "fare a pezzi il Dojo".

Naturalmente però scopo di questi appuntamenti è esclusivamente l'allenamento e come tale durante le lotte sarà obbligatoriamente richiesto un approccio puramente sportivo e di studio, dai toni sempre amichevoli e rispettosi nei confronti dei propri compagni.

A fronte di ciò tali appuntamenti non avranno il fine di insegnare o aggiungere nulla sul piano tecnico agli atleti, già seguiti in maniera ottimale da i rispettivi Maestri, ma vorranno essere un prezioso momento di incontro tra coloro che desiderano confrontarsi agonisticamente, al fine di completare la propria preparazione, in vista delle competizioni ufficiali.

In questa ottica gli allenamenti prevederanno una prima fase di riscaldamento e successivamente, l'alternarsi di combattimenti secondo il regolamento del Fighting-System, nei tempi da esso previsti.

Per questa ragione tutti gli atleti avranno la possibilità di sostenere almeno 4 o 5 lotte, con atleti dello stesso peso e dello stesso sesso, nei limiti consentiti dalla tipologia dei partecipanti.

La partecipazione a questi allenamenti sarà, altresì, subordinata al benessere del proprio Maestro.

Il prossimo appuntamento è fissato per il:

Sabato 07/02/2009 ore 14.00 - 15.30

Le successive date verranno segnalate per tempo in concerto con gli impegni nazionali.
E' gradita la segnalazione della presenza (tel.328.8162570- jujitsucenter.pr@gmail.com)

Nella speranza che questo nuovo Centro Interregionale di Fighting-System (Intercentro), continui a riscuotere l'interesse di un ampio numero di Atleti e Maestri, grazie anche alla locazione facilmente raggiungibile per le molte Palestre della zona, porgo i miei Saluti.

Istr. IV Dan Marco Baratti
D.T. a.s.d. Ju Jitsu Center

CURRICULUM VITAE

Nome: **Marco**
Cognome: **Baratti**
Nato a Parma il 29/04/1976



c.n Istruttore IV Dan di Jujitsu (AIJJ & JJIF)
Inizia la pratica del ju-jitsu nel 1982 con il M° Magnani Romano IV Dan

I Dan di Judo (conferito per meriti sportivi)
I Kyu di Karate
II Dan di autodifesa stile shutoboxe riconosciuto dall'AIJJ
c.Blu Gracie JiuJitsu

Campione d'Europa in carica.

Sette volte campione italiano 2002-2003-2004-2005-2006-2007-2008
Due volte campione italiano a squadre 2000-2003

Per 8 anni atleta del Team-Italia (squadra Nazionale) 00/01-01/02-02/03-03/04-04/05-05/06-06/07-07/08
Dal 2006 Capitano della Nazionale Italiana.

JU-JITSU FIGHTING SYSTEM

Vestito 10 volte la maglia azzurra:

Coppa Europa Parigi 2002		Coppa Europa 2006 Germania	7°
Campionato Europeo 2003 Germania	7°	Campionato del Mondo 2006 Olanda	3°
Coppa Europa 2004 Slovenia	7°	Campionato Europeo 2007 Torino	1°
Campionato Mondiale 2004 Madrid	5°	Coppa Europa 2008 Belgio	5°
Campionato Europeo 2005 Polonia	5°	Campionato del Mondo 2008 Svezia	5°
World Games 2005 a Duisburg	7°		

Partecipato ai Trofei Internazionali:

German Open 2000		German Open 2005 Germania	2°
Open de Thiais 2001 Parigi	7°	Slovenia Open 2006	3°
German Open 2002	5°	Slovenia Open 2007	1°
Open de Belgique 2002		Open di Cento 2008	1°
Slovenia Open 2004	2°	Open di Parigi 2008	
Open de Orleans 2004		Open di Slovenia 2008	2°
Hamburg Open 2005 Germania	2°		

Da diversi anni pratica Gracie Jiu-Jitsu e Grappling con diversi risultati positivi in trofei nazionali e internazionali:

International Challenge Roma '08 Assoluto BJJ (Roma)	2°
International Challenge Roma '08 Brazilian JiuJitsu (Roma)	2°
Campionato Europeo 2008 Brazilian JiuJitsu (Lisbona)	3°
Campionato Europeo 2008 a Squadre BJJ (Lisbona)	2°
I Tappa Camp. It. Brazilian Jiu Jitsu 2007 (Torino)	1°
II Tappa Camp.It Free-Fight-Light 2007 (Brescia)	1°
Brazilian JiuJitsu Italian Connection 2006 (Milano)	3°
Submission ADCC Italia 2006 (Monza)	2°

REGOLAMENTO DEL FIGHTING SYSTEM

VESTIARIO DEI CONCORRENTI

I concorrenti porteranno il Ju-Jitsu Gi (Keikogi) bianco, di buona qualità, pulito e ben ordinato annodato con cintura rossa o blu (personale) .

Il Keikogi sarà come segue:

- la giacca deve essere lunga abbastanza da coprire i fianchi e deve essere annodata intorno alla vita con una cintura

- le maniche devono essere abbastanza larghe da permettere la presa ed abbastanza lunghe da coprire l'avambraccio ma non il polso.

I pantaloni devono essere abbastanza larghi ed abbastanza lunghi da coprire i polpacci.

FIGHTING SYSTEM

IL FIGHTING SYSTEM E' COMPOSTO DA 3 PARTI:

1.ma Parte: ATEMI/ calci e pugni.

2.da Parte: NAGE WAZA / lanci, atterramenti, leve e strangolamenti.

3.za parte: NE WAZA / leve, strangolamenti ed immobilizzazioni.

Il combattimento di FIGHTING SYSTEM ha una durata effettiva di 3 minuti per SP/JU/SE

SVOLGIMENTO DELL' INCONTRO

Gli atleti devono essere attivi in tutte le 3 parti.

a) L'incontro inizierà con la prima parte.

b) Non appena tra i due concorrenti si effettua un contatto con una presa, inizia automaticamente la 2da parte, ed atemi calci

e pugni sono permessi solo se portati allo stesso istante in cui avviene la presa da parte di uno dei due concorrenti.

Dopo l'inizio della 2da parte non è più permesso colpire.

c) Ora i concorrenti continuano a gareggiare nella 2da parte.

d) Non appena uno dei concorrenti viene proiettato o finisce a terra durante il combattimento con entrambe le ginocchia,

seduto o sdraiato, si inizierà automaticamente a gareggiare nella 3za parte.

e) Se in ogni momento dell'incontro, nella 2da o 3za parte verrà a mancare il contatto tra i due concorrenti, si ritornerà a

gareggiare nella 1ma parte.

f) Se nella 1ma parte un concorrente si avventa sul suo avversario senza eseguire alcuna azione tecnica, o in modo

scoordinato che potrebbe risultare pericoloso per se stesso (Mobobe) , gli Arbitri assegneranno una penalità tecnica e

s'incomincerà a gareggiare nella 1 ma parte.

g) I concorrenti possono stare nell'area di avvertimento solo per un breve tempo (circa 5 secondi) con esclusione della terza

parte.

h) Le proiezioni che partono dall'area di gara sono consentite quando l'avversario cade nell'area di avvertimento e/o nell'area

di sicurezza, se nella proiezione non c'è rischio di infortunio per l'avversario.

APPLICAZIONE DEI PUNTEGGI E PENALITA'

I punteggi e le penalità verranno registrati solo se verranno dati dalla maggioranza degli Arbitri perciò almeno da 2 Arbitri .

Se i tre Arbitri danno un punteggio differente tra loro , si assegnerà il punteggio intermedio.

Se un Arbitro non vede un'azione verrà registrato il punteggio più basso dato dai rimanenti 2 Arbitri.

PUNTEGGI

La terminologia è:

• WAZARI = 1 punto

• IPPON = 2 o 3 punti (quando si dichiara la resa in 3za parte)

A. Nella 1ma parte, verranno assegnati i seguenti punti:

1. Gli atemi che non vengono parati e portati con un buon controllo e bilanciamento e con hikite hikiashi. IPPON (2 punti).
2. Gli atemi che vengono parzialmente parati WAZARI (1 punto).
- 3.

B. Nella 2da parte, verranno assegnati i seguenti punti:

1. Un Atterramento perfetto. IPPON (2 punti)
2. Una proiezione perfetta. IPPON (2 punti)
Potranno essere valutati solo gli atterramenti o proiezioni con la schiena o con la pancia a terra
3. Uno strangolamento con battuta. IPPON (2 punti)
4. Una leva con battuta. IPPON (2 punti)
5. Un atterramento non perfetto. WAZARI (1 punto)
6. Una proiezione non perfetta. WAZARI (1 punto)

C. Nella 3za parte verranno assegnati i seguenti punti:

1. Un controllo efficace, annunciato con Osae-Komi, solo con la schiena o con la pancia a terra in cui il concorrente non può liberarsi con le gambe di Tori libere e se Tori stesso potrebbe alzarsi da 10 sec. fino a 14 sec. in cui il concorrente non può liberarsi WAZARI (1 punto)
15 sec. IPPON (2 punti)
2. Uno strangolamento con battuta IPPON (3 punti)
3. Una leva con battuta. IPPON (3 punti)
4. Un Osae-Komi con battuta IPPON (3 punti)

D. Se un controllo efficace (Osae-Komi) parte nel tempo regolamentare dell' incontro , si deve continuare fino al termine dell'Osae-Komi, anche se è scaduto il tempo previsto. Se il controllo viene meno prima dello scadere dei 15 secondi, l'Arbitro centrale pronuncerà il TOKETA.

In ogni caso osae komi continua se:

- l'atleta immobilizzato avvolge una gamba dell'avversario con le proprie
- l'atleta immobilizzato si gira su un fianco, sulla schiena o sul petto

Se piu' della meta' dell'insieme dei corpi dei due atleti è fuori dell'area di avvertimento, l'arbitro centrale pronuncerà il Matte

per sospendere l'osaekomi assegnando l'eventuale punteggio.

Nella terza parte, salvo il caso di toketa, non possono essere cumulati punteggi ottenuti con tempo parziale di osaekomi ed il punteggio ottenuto con leva o soffocamento.

E. L'area di bersaglio del corpo va dalla testa fino all'inguine.

F. Tutti gli strangolamenti sono validi, ad eccezione di quelli eseguiti a mani nude. Sankaku jime deve essere effettuato con un braccio dell'avversario in mezzo alle gambe di colui che esegue il soffocamento

i) Gli atleti devono essere attivi in tutte e tre le parti ; un azione sarà tecnicamente valida quando l'atleta mostrerà la tecnica

con buon bilanciamento , con controllo e con combinazioni . Per combinazioni si intende:

- Nella 1 fase bisogna eseguire azioni di calci e di pugni
- Nella 2 fase bisogna realmente essere attivi e cercare di proiettare o atterrare l'avversario
- Nella 3 fase bisogna realmente cercare di fare una buona immobilizzazione o cercare di liberarsi dalla presa

L'arbitro centrale insieme ai laterali devono decidere, dopo aver consultato l'arbitro di tavolo, se l'ultima azione è vvenuta

prima o dopo la fine del tempo

APPENDICE DI PRECISAZIONE

- 1) Nella 1ma parte sono validi i colpi di empi, hiza gashira, solo se sempre controllati
- 2) Nella 2da e 3za parte sono consentite tutte le prese al Keikogi.
- 3) Se nella 3za fase gli Atleti si alzano insieme a discrezione dell'arbitro centrale , si può far continuare nella 1^ o 2da fase senza dare il matte.

REGOLE DI GARA

- a) Un concorrente può vincere il match prima del tempo regolamentare , quando si aggiudica un IPPON da 2 o 3 punti in ognuna delle 3 parti (vale a dire un ippon da 2 o 3 punti nella 1 ma, 2da e 3za parte = FULL IPPON).
- b) Il concorrente che alla fine del match ha più punti sarà il vincitore. Con esclusione della gara a squadre , non è prevista la a Parità.
- c) Se alla fine del match i concorrenti avranno gli stessi punti, il concorrente che si aggiudicherà più ippon da 2 o 3 punti sarà il vincitore.
- d) Se il match finisce in parità sia di punti che di Ippon da 2 o 3 punti, i concorrenti combatteranno un altro incontro concedendo 1 minuto di riposo e mantenendo i punteggi ottenuti nel precedente round. In caso di ulteriore parità si procederà all'Hantei come descritto nel regolamento Gare di Agonistica.
- e) Se entrambi gli Atleti vengono sanzionati con HANSOKUMAKE si provvederà ad effettuare un nuovo incontro , concedendo 1 minuto di riposo, al fine di determinare il vincitore. In caso di parità si procederà con HANTEI.

AZIONI PROIBITE LEGGERE (SHIDO)

Una sanzione deve essere data dalla maggioranza dagli arbitri

Le azioni proibite leggere sono sanzionate con uno "Shido" ed all'avversario sarà assegnato 1 Wazari.

Sono considerate "azioni proibite leggere" le seguenti azioni:

- 1) Quando uno o entrambi i concorrenti mostrano passività o applicano scorrettezze tecniche di minore entità:

Parte 1:

- nessuna azione reale da parte di uno o entrambi gli atleti per ottenere punteggi
- passaggio diretto nella 2^ o 3^ parte di uno o entrambi gli atleti
- nessuna combinazione di tecniche di uno o entrambi gli atleti prima di passare alla fase successiva

Parte 2:

- nessuna azione reale da parte di uno o entrambi gli atleti per ottenere punteggi
- passaggio diretto nella 3^ parte di uno o entrambi gli atleti
- qualsiasi presa protratta nel tempo (5-6 secondi) che manifesta esclusivamente l'intenzionalità da parte di uno dei due

contendenti di impedire all'avversario di compiere azioni di attacco

- rifiuto di uno o entrambi gli atleti a combattere nella 2^ parte pur essendo attivo nella 1^ parte.

Parte 3:

- nessuna azione reale da parte di uno o entrambi gli atleti per ottenere punteggi

2) Momobe

3) Andare di proposito fuori dall'area di avvertimento con entrambi i piedi.

4) Di proposito spingere l'avversario al di fuori dell'area di avvertimento.

5) Di proposito colpire con calci e/o pugni l'avversario dopo l'inizio della 2^ parte

6) Eseguire una qualsiasi azione dopo l'annuncio del MATTE' o SONOMAMA.

7) Di proposito colpire con calci e/o pugni le gambe dell'avversario.

8) Di proposito colpire con calci e/o pugni l'avversario se questi è a terra.

9) Flettere la dita delle mani e dei piedi.

10) Applicare una compressione sui reni (DO JIME).

11) Eseguire soffocamenti a mani nude.

12) Non presentarsi alla chiamata del P.di G. con la cintura indossata o comunque ritardare l'inizio dell'incontro.

13) Perdere tempo volutamente aggiustandosi il Kimono, (slegandosi la cintura, ecc.) durante il combattimento.

AZIONE PROIBITE (CHUI)

Una sanzione deve essere data dalla maggioranza dagli Arbitri.

Le azioni proibite sono sanzionate con uno "Chui" ed all'avversario saranno assegnati 2 Wazari.

Sono considerate "azioni proibite" le seguenti azioni:

- 1) Eseguire attacchi come calci, pugni, spinte e colpire l'avversario con violenza
- 2) Di proposito, proiettare l'avversario dall'area di avvertimento all'area di sicurezza o fuori dall'area di sicurezza.
- 3) Ignorare le istruzioni dell' Arbitro centrale.
- 4) Emettere delle grida, fare delle osservazioni o dei gesti poco sportivi verso gli Arbitri, l'avversario, i P.di G., il pubblico, ecc.
- 5) Proiettare l'avversario dall'area di competizione fuori dall'area di sicurezza.
- 6) Eseguire un' azione incontrollata. Deve intendersi azione incontrollata anche l' atemi portato oltre la linea del corpo anche a distanza dell'avversario.
- 7) Eseguire diretti di calcio o pugno al viso.

AZIONI PROIBITE GRAVI (HANSOKUMAKE)

Una sanzione deve essere data dalla maggioranza dagli arbitri.

Le azioni proibite gravi sono sanzionate con uno "Hansokumake" e l'avversario vincerà l'incontro.

Sono considerate "azioni proibite gravi" le seguenti azioni:

- 1) Applicare un'azione qualsiasi che possa ferire o danneggiare l'avversario.
- 2) Proiettare o cercare di proiettare l'avversario con una leva o strangolamento in atto.
- 3) Applicare uno strangolamento o una leva quando la colonna vertebrale o la nuca sono in movimento.
- 4) Applicare una qualsiasi chiusura alla nuca o leva alla spina dorsale.
- 5) Eseguire leve in torsione al ginocchio e/o al piede.
- 6) Limitatamente alle categorie ES si considerano vietate le leve ed i soffocamenti.

PENALITA'

Gli Arbitri dovranno sanzionare gli Atleti in base all'azione scorretta, mentre i Presidenti di Giuria provvederanno a seguire le seguenti modalità:

g) Azione proibita leggera = SHIDO (1 Wazari all'avversario)

h) Azione proibita = CHUI (2 Wazari all'avversario)

i) Due azioni proibite = HANSOKUMAKE o HANSOKUMAKE diretto (Squalifica - Al vincitore vanno 14 punti al perdente 0

punti. Se i punti di differenza al momento dell'Hansokumake erano maggiori di 14 a favore del vincitore, si lascia il punteggio acquisito nel combattimento).

j) La prima volta che un concorrente viene sanzionato con un Hansokumake, perde il match in corso.

k) La seconda volta che un concorrente viene sanzionato con un Hansokumake verrà espulso per tutto il Torneo.

l) Se entrambi i concorrenti vengono sanzionati con un Hansokumake, il match verrà ripetuto.

HAJIME



MATTE



IPPON



IPPON 3 PUNTI



WAZA ARI

COLPO CONTEMPORANEO

OSAE KOMI

COLPO IN PRESA



OSAE KOMI

RECLAMI NON NECESSARI

FULL IPPON

ANNUNCIO VINCITORE

