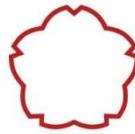




IJF-Wettkampfregeln

Update ab 01.2026



- Das Lösen des Griffes mit einer oder zwei Händen, wobei mindestens ein Griff beibehalten wird, ist erlaubt.
- Das Lösen des Griffes mit einer Hand, ohne einen Griff beizubehalten, ist erlaubt.
- Das Lösen des Griffes mit zwei Händen, ohne einen Griff beizubehalten, ist verboten, und wird mit Shido bestraft.

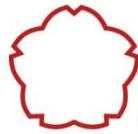


Wertungen in Tachi-waza



Yuko in Tachi-waza ist definiert als:

- Seitliche Landung (90 Grad) oder mehr zur vorderen Landung
- Landung auf einem Schulterblatt
- Landung auf dem Nacken
- Landung seitlich auf Schulterachse und am Ellbogen oder einer Hand
- Landung auf einer Gesäßhälfte, mit oder ohne Berührung der Matte mit Ellbogen und/oder dem Arm

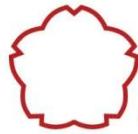


Wertungen in Tachi-waza

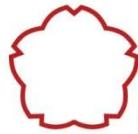


Yuko wird nicht gegeben, auch wenn die Landung seitlich (90 Grad) oder mehr zur vorderen Landung erfolgt, und zuerst:

- der Bauch,
- der vordere Teil der Hüfte oder
- beide Knie die Matte berühren.



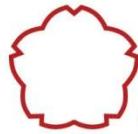
- Wer zwischen „Mate!“ und „Hajime!“ Zeit verschwendet, indem er nach einer Ne-Waza-Aktion nicht aufsteht, nicht sofort in die Ausgangsposition zurückkehrt, sich zu lange die Haare richtet, den Judogi zurechtlebt, den Gürtel zu lange anlegt oder eine Kombination dieser Punkte begeht, erhält beim ersten Mal eine Verwarnung, beim zweiten und jedem weiteren Mal wird er mit Shido bestraft.



Ne-Waza – Ushiro-Sankaku



- Bei der Ausführung der Ushiro-Sankaku-Technik in einer Ne-Waza-Aktion, mit oder ohne „Mate!“, bei der ein **höheres Risiko** einer Verletzung des Nackens oder der Wirbelsäule des Gegners besteht (Aufsetzen Richtung Oase-Komi), wird die Aktion unterbrochen, und mit **Hansoku-Make** bestraft



Inaktivität

- Bei der Entscheidung über die Vergabe von Shido für Inaktivität werden Angriffe in Tachi-Waza und Angriffe in Ne-Waza berücksichtigt.



Blutende Verletzung

- Bei einer blutenden Verletzung ruft der Kampfrichter einen Arzt hinzu, um die Blutung außerhalb des Wettkampfbereichs zu stillen. Ein weiterer Kampfrichter, der der betreffenden Tatami zugeteilt ist, ist anwesend. Der Athlet darf nicht weiterkämpfen, solange er blutet.
- Neu: Daher erlauben wir dem Athleten nun, sich bei jeder Art von Blutung, ob leicht oder stark, maximal zweimal medizinisch behandeln zu lassen. Benötigt ein Athlet eine dritte Behandlung, erklärt der Kampfrichter den Gegner per Kiken-gachi zum Sieger.
- **In Ausnahmefällen** kann eine Ad-hoc-Kommission, die aus dem verantwortlichen Kampfrichter und dem Turnierdirektor besteht, in Absprache mit dem Arzt eine dritte Behandlung des Athleten genehmigen.



ÖSTERREICHISCHER JUDOVERBAND

Wehlistr. 29/1/111 | 1200 Wien
office@judoaustria.at | www.judoaustria.at

[JudoAustria](#) [JudoAustria](#)