



# Escola de Judo Ana Hormigo

Exmo.(a) Sr.(a).

**Assunto:** Open Ne-Waza de Castelo Branco 2022

**Data:** 22-04-2022

Vimos por este meio divulgar e promover o Open Ne-Waza de Castelo Branco 2022, organizado pela Associação Escola de Judo Ana Hormigo em parceria com a Associação Distrital de Judo de Castelo Branco.

Assim, temos imenso prazer em convidar todos os interessados em participar nesta atividade inserida no plano de atividades da nossa coletividade. A mesma irá realizar-se no Pavilhão Gimnodesportivo do Agrupamento de Escolas de Alcains e São Vicente da Beira, no dia 22 de Maio de 2012.

Agradecemos ainda, a maior divulgação possível junto de clubes e coletividades que promovam e desenvolvam esta vertente desportiva.

Sem outro assunto de momento, os nossos sinceros cumprimentos,

o Responsável Técnico.



Ana Hormigo  
(Abel Louro)



# Escola de Judo Ana Hormigo

## Open Ne-Waza de Castelo Branco 2022

Data	22 de Maio 2022
Local	Pavilhão Gimnodesportivo do Agrupamento de Escolas de Alcains e São Vicente da Beira, na Rua José Sanches Roque em Alcains.
Tipo de Prova	Sistema Ne-Waza O combate durará, em regra 6 minutos e apenas terminará antes por luxação ou estrangulamento. Caso contrário decidirão o combate os pontos, e em igualdade, as vantagens. Em caso de igualdade haverá novo combate com golden score. Em caso de nova igualdade o árbitro decidirá o vencedor.
Escalão Etário	Iniciados – 15 aos 17 (2007, 2006, 2005) Seniores – 18 aos 39 (2004 a 1983) Veteranos – 40 ou mais (a partir de 1882)
Categorias Peso	Iniciados Masculinos - 46kg; 50kg; 55kg; 60kg; 66kg; 73kg; 81kg; + 81kg Iniciados Femininos - 40kg; 44 kg; 48kg; 52 kg; 57kg; 63kg; 70kg; + 70kg Seniores Masculinos - 56kg; 62kg; 69kg; 77kg; 85kg; 94kg; + 94 kg Seniores Femininos - 49kg; 55kg; 62kg; 70kg; + 70 kg Veteranos Masculinos - 56kg; 62kg; 69kg; 77kg; 85kg; 94kg; + 94 kg Veteranos Femininos - 49kg; 55kg; 62kg; 70kg; + 70 kg <b>Nota:</b> Não haverá tolerância de peso, a pesagem será feita sem Judogi, a organização poderá juntar escalões, categorias de peso, em função do maior ou menor número de inscrições.
Inscrições Informações	Até ao dia 13 de Maio de 2022 às 23 horas, pelo seguinte contacto: Email. <a href="mailto:escoladejudoanahormigo@gmail.com">escoladejudoanahormigo@gmail.com</a> Deve ser enviado email indicando o nome, data de nascimento, categoria, clube, federação e graduação. Até ao dia 13 de Maio - 10 €. No dia da prova - 20 €. Os pagamentos serão efetuados no dia da prova no momento da acreditação. Documentos Necessários: BI, CC ou Passaporte e declaração comprovativa de seguro desportivo válido (exceto para atletas inscritos na Federação Portuguesa de Judo). A falta de qualquer destes documentos impedirá o atleta de participar na prova.
Horários	Pesagem - 9:00 h às 9:30 h Sorteio - 9:30 h às 10:00 h Início da Competição – 10:00 h Entrega de prémios – No final de todos os escalões etários e respetivas categorias de peso. (Poderão existir alterações a estes horários devido ao número de inscritos por escalão etário e por motivos de força maior alheios à organização).
Fórmula de Competição	Mediante os inscritos estes serão agrupados, divididos por escalões etários e pesos, constituindo sistema eliminatórias com 9 ou mais atletas e sistema de poules com 8 ou menos atleta. Duração dos combates 6´ com paragens.



# Escola de Judo Ana Hormigo

Regras (Adaptadas)	<p>Todas as lutas deverão começar em pé, o objetivo é controlar o adversário de forma a fazê-lo desistir da luta, através de um estrangulamento ou uma chave de articulação. Caso termine o tempo útil sem qualquer um dos lutadores ter desistido, sai vencedor o atleta que maior pontuação terá acumulado. Para o lutador levar o combate ao chão deverá fazê-lo através de uma projeção ou uma puxada técnica para baixo sempre em kumikata.</p> <p><b>Pontuação:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Projeção – 1 ponto</li><li>• Passagem de guarda ou ½ guarda – 2 pontos</li><li>• Imobilização com o joelho na barriga e a planta do outro pé assente no chão, de frente para o adversário – 1 ponto</li><li>• Montada (tate-shiho-gatame) – 3 pontos</li><li>• Inversão de cima para baixo a partir da guarda ou ½ guarda (raspagem) – 1 ponto</li><li>• Controlo nas costas com dois ganchos no interior da perna do adversário – 3 pontos</li></ul> <p>Nota: Todas estas posições deverão ser estabilizadas durante pelo menos 2", caso não seja possível, então não haverá pontuação mas sim uma vantagem.</p> <p><b>Técnicas não válidas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Projeção kani-basami</li><li>• Bate-estaca</li><li>• Chave de cervical, joelho, pé em torção (apenas permitida chave de pé reto, onde não coloque o joelho em perigo), chave de pulso, chave às costelas, chave de anca e chaves de esmagamentos musculares como por ex: Chave de bicipite e chave de gêmeo.</li></ul> <p><b>Advertências:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Advertir o lutador que esteja a fazer antijogo, como por ex: evitar ou fugir do combate</li><li>• Advertir em caso de um ou os dois lutadores estarem a amarrar a luta e não lutarem. (têm que progredir na luta e trabalhar a procurar algo);</li><li>• Advertir os lutadores em caso de pegadas mal executadas nas mangas ou no fundo das calças com os 4 dedos por dentro, serão pegadas impossíveis de estoirar.</li></ul>
-----------------------	---



# Escola de Judo Ana Hormigo

	<p><b>Posições não válidas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Por joelho na barriga com o outro joelho assente no chão (o joelho tem que estar levantado e a planta do pé da perna que não está decima da barriga assente no chão)</li><li>• Quando o lutador coloca joelho na barriga de costas para o adversário.</li><li>• Fazer montada (tate-shiho-gatame) de costas para o adversário</li><li>• Fazer montada com os dois braços do adversário a esgrimar as pernas ou por debaixo das pernas de quem faz montada. Pelo menos um dos braços terá que estar por cima</li><li>• Fazer controlo nas costas e colocar ganchos no interior das pernas mas com os dois braços de quem esta a ser atacado por debaixo das pernas de quem ataca. Pelo menos um dos braços terá que estar por cima.</li></ul> <p><b>Vantagens:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Quando o lutador quase consegue qualquer posição, mas durante aquele tempo útil de 2" o adversário consegue sair ou recuperar, foi obrigado a gastar demasiado energia para repor a posição;</li><li>• Quando o lutador aplica um estrangulamento ou chave de articulação e o adversário foi obrigado a defender para não ser finalizado.</li></ul>
Arbitragem	Da responsabilidade da organização.
Organização	Estará a cargo da Associação Escola de Judo Ana Hormigo com o apoio da Associação Distrital de Judo de Castelo Branco.
Apoios	Câmara Municipal de Castelo Branco; Junta de Freguesia de Alcains; Agrupamento de Escolas de Alcains.
Troféus	Medalhas ou troféus para todos os classificados.
Observações	A organização não se responsabiliza por qualquer tipo de acidentes inerentes à prova.