

I Svenska Ju-jutsuförbundets stiltävling är det eftersträvansvärt att alla bältesgrader har en egen klass.

Om deltagarantalet inte medger en klass per bältesgrad kan två eller fler grader slås ihop till en klass. I en tävlingsklass där de ingående paren har olika bältesgrader bedöms teknikerna som om samtliga i klassen har samma grad, motsvarande klassens högsta grad. En klass som är sammansatt av par med t.ex. graderna 3:e kyu och 2:a kyu, bedöms alla mot graderingskraven till 1:a kyu

Vid varje match skall paren visa upp fyra tekniker valda ur monsystemet för Ju-jutsu Kai. Tävlingsarrangören väljer vilka fyra jigo waza som skall visas upp i respektive klass och detta skall meddelas vid utlysningen av tävlingen.

Vid en match skall varje par (om möjligt) försvara sig mot:

1. Ett angrepp med grepptekniker, eller försök till grepp.
2. Ett angrepp med livtag eller stryptag.
3. Ett fritt angrepp från jigo waza i monsystemet.
4. Ett fritt angrepp från jigo waza i monsystemet.

Tekniker till respektive grad

6 mon (till vitt-gult bälte)

1. Grepp i två handleder framifrån - Frigöring
2. Stryptag framifrån Kawashi - Frigöring
3. Försök till kravattgrepp från sidan - Jodan chikai uke, kawashi, koshi otoshi, ude henkan gatame
4. Stryptag mot liggande sittande vid sidan - Frigöring, ude henkan gatame

5 mon (till gul-vitt bälte)

1. Grepp i ärmen med drag - O soto osae, ude henkan gatame
2. Stryptag med armen - Maesabaki, kuzure ude osae, ude henkan gatame
3. Kort svingslag - Jodan chikai uke, kawashi, koshi otoshi, ude henkan gatame
4. Långt svingslag - Morote jodan uke, o soto osae, ude henkan gatame

4 mon (till vitt-orange bälte)

1. Grepp i kläderna med tryck - Kuzure ude garami, ushiro osae, ude henkan gatame
2. Försök till stryptag framifrån - Uki otoshi, ude henkan gatame
3. Kravattgrepp från sidan - Ushiro osae, ude henkan gatame
4. Påkslag mot huvudet - Ju jodan uchi uke, uki otoshi, ude hishigi hiza gatame

3 mon (till orange-vitt bälte)

1. Grepp i en handled framifrån med två händer med drag - Frigöring
2. Grepp om nacken och en knästöt - Gedan juji uke, kawashi, frigöring
3. Långt svingslag - Ju jodan uchi uke, uki otoshi, ude henkan gatame
4. Påkslag mot huvudet, backhand - Ju morote jodan uke, kote gaeshi, ude hishigi hiza gatame

2 mon (till vitt-grönt bälte)

1. Stryptag bakifrån med vänster arm - Maesabaki, kuzure ude garami, kote gaeshi, ude hishigi hiza gatame
2. Grepp om nacken och en knästöt - Gedan juji uke, kawashi, koshi otoshi, ude henkan gatame
3. Rakt slag mot huvudet - Jodan soto uke, o soto otoshi, ude hishigi hiza gatame
4. Påkslag mot huvudet, backhand - Ju morote jodan uke, ude osae, ude osae gatame

1 mon (till grön-vitt bälte)

1. Grepp i två handleder framifrån - Shiho nage, shiho nage gatame
2. Grepp i kläderna med tryck - Ude osae, ude osae gatame
3. Grepp i kläderna med drag - O soto otoshi, ude hishigi hiza gatame
4. Svingslag mot liggande mot huvudet - Jodan chikai uke, hiza kansetsu waza

Bedömningskriterier

Vid bedömning av en tävling måste domaren bedöma tekniken i sin helhet utifrån Ju-jutsu Kais grundprinciper och övriga principer. Under en tävling måste domaren dessutom göra en bedömning av följande:

Det är viktigt att uke, oavsett vilket angrepp och vilken teknik det gäller, gör ett korrekt och snabbt angrepp för att tori skall kunna försvara sig på bästa sätt.

Tori skall påbörja tekniken så snart angreppet är ett faktum. En snabb start är viktigt för att genomföra ett bra och säkert försvar.

Uke skall utan tvekan utföra rätt angrepp och tori skall omedelbart utföra rätt försvarsteknik.

De allra flesta tekniker börjar med en balansbrytning. Balansbrytningen behöver inte vara stor men den skall påverka uke på ett sådant sätt att uke måste agera för att återfå balansen. Det skall tydligt synas att uke är påverkad av balansbrytningen.

Tori skall under hela tekniken ha god balans och uke skall inte kunna påverka toris balans under tekniken. En god balans innebär oftast att tori har rak rygg och inte böjer sig framåt om det inte är nödvändigt för teknikens utförande.

Tori skall avsluta med rätt kontrollgrepp.

Tori skall genom hela tekniken ha ett stabilt och korrekt grepp om uke. Säkerheten i tekniken ökar om tori inte har några stopp i tekniken, utan utför tekniken i en enda rörelse ända fram till kontrollgreppet.

Domare

Domarna är tre till antalet och har en röd- och en blå flagga i handen. Domarna har röd flagga i sin högerhand och blå flagga i sin vänsterhand. Två är placerade som en triangel på mattan, där två av domarna står vid respektive matthörn och en av domarna är centralt placerad på mattan för att styra matchen (mattdomare).

Mattdomaren styr matchen genom att kalla in de tävlande som hälsar stående på (ca 2m avstånd) mot varandra på kommandot "Rei".

Rött par börjar matchen medans blå par får vänta utanför mattkanten på sin tur.

Rött par kör sina 4 tekniker, därefter kör blått par sina fyra tekniker där då rött par får vänta utanför mattkanten.

Därefter kallas paren in framför varandra, varav mattdomaren säger högt "Hantei" – som kort betyder domslut. Samtliga tre domare på kommandot visar då blå eller röd flagg för paret de tyckte utförde teknikerna bäst.

Därefter hälsar paren av mot varandra på mattdomarens kommando "Rei" och går sedan ut från mattan.

Vem vinner

Beroende på hur många personer som ingår i en klass används olika tävlingssystem. Är det fem eller färre tävlande kan man ha en pool där alla möter alla och den med flest vinster eller poäng vinner tävlingen. Är det sex till tio tävlande kan man ha två pooler, där de två personerna i vardera pool med flest vinster eller poäng går vidare till semifinal. Vinnarna i semifinalerna går till final, medan förlorarna blir bronsmedaljörer.

Slutligen kan man även ha ett utslagssystem som tävlingssystem med fyra pooler (eller åtta om det är väldigt många tävlande). Ju fler matcher man vinner desto längre kommer man i systemet.

Deltagaranmälan

Alla par ska anmäla sig digitalt via [vårmonetes hemsida](#) senast kl. 21:00 dagen innan tävling.