



**JU • JUTSU**  
**JIU • JITSU**



DEUTSCHER JU - JUTSU VERBAND E.V.

**Ne-Waza**

**Bodenkampf**

**BJJ**



## Kurzfassung der Regeln nach JJIF:

- ✓ Kampf im Gi (roter und blauer Gürtel zur Unterscheidung)
- ✓ Beginn im Stand
- ✓ 6 min Kampfdauer

Der Kampf kann vorzeitig nur durch Aufgabe des Gegners beendet werden.  
*Unentschieden führt zu einer weiteren Runde von 6 min.*  
*Danach wird ein „Golden Score“ ausgekämpft*

### Verbotene Techniken:

- Jede unkontrollierte Technik
- Gedrehte Nacken-, Fuß und Kniehebel
- Supplex (Würfe auf den Nacken/Kopf des Gegners) und Slamming (*in der Guard aus dem Stand zu Boden schmettern*)
- Schläge oder Tritte jeglicher Art
- Augenstechen/ Ohrenfassen/ Haare ziehen
- Einzelne Finger / Zehen drehen oder ziehen
- Beißen, Kratzen oder kneifen
- Fassen des Genitalbereiches und Kehlkopfes
- Hände, Knie oder Ellenbogen auf das Gesicht (*auch wegdrücken*)
- Öl, Gleitmittel oder andere Substanzen auf Körperteilen oder Kleidung
- unsportliches Verhalten wird mit dem Ausschluss bestraft
- Genick oder Nackenhebel (*Guillotine – Choke als kontrollierte Würgetechnik ist erlaubt*)
- Griff in den Ärmel oder das Hosenbein

### Erlaubte Techniken:

- Hebel an Arm, Handgelenk und Schulter
- Bein und Fußhebel (nur in gerader Ausführung)
- Würgetechniken  
*auch mit der Kleidung eigene und des Gegners aber nicht mit dem Gürtel*
- Wurftechniken

### Wertungen:

2 Punkte **Wurf** (*zu Boden bringen/ Take Down/ Beingreifer werden nicht gewertet, wenn der Gegner den Griff lösen konnte*)

Halte-/ Kontroll- Techniken am Boden geben nach 5 Sekunden eine Wertung  
*der Kampf wird dann nicht abgebrochen sondern in dieser Position fortgeführt*

#### 1 Punkt: Haltetechnik

- seitliche Position; Kesa gatame
- Kreuzposition; **Side Mount**; Yoko-shiho gatame
- Haltegriff von der Kopfseite; 69; Kami- shiho gatame

#### 2 Punkte Haltetechnik

- **Knee on stomach 3- sek.**  
*zählt bereits nach 3 Sekunden ein Knie auf dem Körper das andere Bein muss aufgestellt sein*
- **Back grab/ Kontrolle im Rücken des Gegners**  
*gilt auch wenn der Gegner über einem liegt, bzw. rollt– wird aber nur gewertet, wenn die Position aktiv erarbeitet wurde*

#### 4 Punkte Haltetechnik

- **Mount**
- **Back Mount**  
*beide Beine umschließen Gegner und liegen an der Schenkelinnenseite. Wertung auch wenn der Gegner über einem liegt oder rollt*

Eine weitere Wertung ist nur bei einem Wechsel in einen höherwertigen Haltegriff möglich, oder wenn im Kampfverlauf eine neutrale Position eingenommen wird.

#### 3 Punkte **Pass the Guard**

Aus der Guard oder Halfguard (Beinklammer) in einen Haltegriff gelangen  
*Damit "Pass the guard" gewertet wird muss ein vollständiger Haltegriff folgen*

#### 2 Punkte **Sweep/ Reversal**

1. Aus einer Unterlage in die Oberlage gelangen bzw. den Gegner drehen  
*wird immer gewertet, wenn man in einer Kontrollposition endet gilt aber auch für Halfguard*
2. Befreiung aus Haltegriff, bei dem man in die Oberlage gelangt  
*wird nicht gewertet, wenn man seinen Position verschlechtert (Beine zuerst frei und dann in Beinklammer oder in der Guard endet)*
3. Umdrehen der gegnerischen Bankposition  
*wird nur als Sweep gewertet, wenn eine vollständiger Haltegriff folgt*

#### **Advantage/ Vorteil**

Für alle Aktionen, die nicht vollständig die Kriterien erfüllten um mit Punkten versehen zu werden.

*Eine „Advantage“ bekommt der Kämpfer zugesprochen, wenn er gute Aktionen zeigen konnte, diese aber nicht vollständig durchgeführt werden konnten.*

*Bei Punktegleichstand entscheiden diese Vorteile den Kampf.*

1. Haltegriffe, die NICHT die vollständigen 5 Sek. gehalten werden konnten
2. Hebel und Würgeansätze, die beinahe erfolgreich waren
3. „Pass the guard“ ohne Haltegriff

#### **Passivität – „Shido“ 2 Punkte für den Gegner:**

1. Aus dem Stand direkt, ohne Griffkontakt, in die Bodenlage gehen
2. den Kampf blockieren, sperren,  
nach gewertetem Haltegriff nicht weiter arbeiten  
*der Kampfrichter erteilt hier zunächst eine Verwarnung. Bei der zweiten Verwarnung wird die Strafe ausgesprochen. 4 Shido führen zur Disqualifikation*

## **Mattenflucht**

Die eindeutig, bewusste Mattenflucht wird mit Disqualifikation/ Hansokumake bewertet.

*Speziell soll verhindert werden, dass man sich mit Hilfe von Mattenflucht vor einer Hebel- oder Würgetechnik retten kann. Das absichtliche Verlassen der Matte aus taktischen Gründen zeigt fehlende Kampfeinstellung.*