

# Ju-Jutsu-Allkampf Berlin

Moderner Kampfsport  
Stilfrei im Vollkontakt  
Anlehnung an Selbstverteidigung



## Regelwerk Ju-Jutsu Allkampf 2008

### 1. Erlaubte Techniken und Punktwertungen

#### 1.1 Erlaubte Techniken

Es sind folgende Techniken erlaubt:

- Zur Vorderseite des Körpers / zu den Seiten der Oberschenkel: Schlag-, Tritt-, Stoßtechniken mit Faust, Ellbogen, Kopf, Fuß, Knie, Schienbein
- Zum Kopf : Atemi mit Hand und Fuß
- Sonstige: Wurf-, Halte-, Hebel-, Nervendruck- und Würgetechniken.

Bewertet werden nur gezielte und kontrollierte Techniken, welche zum Körper im Vollkontakt (d.h. erschütternd bis stoppend bzw. mit K.O.-Wirkung), zum Kopf im Leichtkontakt ausgeführt werden. In der Bodenlage sind zudem Atemis mit der Hand im Leichtkontakt zu Hinterkopf und Rücken erlaubt.

#### 1.2 Atemitechniken/Treffer im Stand

Körper-/ Oberschenkeltreffer (s. 1.1)	1 Punkt
Kopftreffer mit der Hand	1 Punkt
Fußtreffer zum Kopf, seitlich oder frontal	3 Punkte
Anzahlen des Gegners ohne K.O. = noch kampfbereit (auch bei 1.3/1.4)	3 Punkte

#### 1.3 Wurftechniken

Zu-Boden-Bringen ohne klar erkennbare Technik	1 Punkt
Saubere Wurftechnik, dynamisch	3 Punkte

#### 1.4 Bodentechniken

Atemitechniken zum Körper (VK)	1 Punkt
Fausttechnik zu Kopf/Rücken (LK)	1 Punkt
Halte- und Würgetechnik in der Bodenlage 15 Sec	3 Punkte

Halte- und Würgetechniken in der Bodenlage werden nur bewertet, wenn der Gegner seinerseits keine gezielten Atemitechniken anbringen kann und der haltende Kämpfer in der Lage ist, die Position wieder zu verlassen. Hält ein Kämpfer, kann kein Kämpfer Wertungen für Atemis erzielen.

Kontrolliert ausgeführte Genickbeugehebel sind erlaubt.

---

#### ZUSTÄNDIG FÜR AUSRICHTUNG

Stefan Frommann, 5.Dan • Am Eichenhain 61 • 13465 Berlin • Telfax: 030/4019478, mobil: 0179 5418776

#### Zuständig für Kontakt, Ausschreibung, Verteilung und Kampfrichterwesen

Freddy Skidzun • Am Buddeplatz 2 • 13507 Berlin • Tel.: 015773994803

Homepage: [www.bcberlin.de](http://www.bcberlin.de)

Nervendrucktechniken in der Bodenlage sind - ohne Punktwertung - ab Unterkiefer aufwärts erlaubt, wenn sie nicht gegen die Augen angebracht werden.

In der Bodenlage (diese beginnt, wenn min. ein Kämpfer liegt, sitzt oder mit beiden Knien am Boden ist) kann jeder Kämpfer max. 5 Punkte durch Atemtechniken erreichen.

Siehe zu Punkt 1. abweichende Regeln „zum Schutze der Jugend“.

## **2. Kampf- und Verletzungszeit, Kampfscheidung**

### **2.1 Reguläre Kampfzeit und Kampfscheidung**

Die reguläre Kampfzeit beträgt 2 Runden à 2 Minuten mit 1 Minute Pause zwischen den Runden. Nach Ablauf der regulären Kampfzeit gewinnt der Kämpfer, der die höhere Gesamtpunktwertung erreicht hat. Bei Gleichstand der Punkte erfolgt sofort eine Verlängerung von 1 Minute. Es gewinnt der Kämpfer, der nach der Verlängerung mehr Punkte hat. Bei erneutem Gleichstand gewinnt der Kämpfer, der in der Verlängerung zuerst drei Punkte erzielt hatte („Silver Point“).

Das Signal zum Runden- oder Kampfsende unterbricht die Haltezeit nicht!

### **2.2 Verletzungszeit**

Die Verletzungszeit beträgt pro Kampf und Kämpfer maximal 1 Minute.

Wenn ein Kämpfer aufgrund einer Verletzung oder abgelaufener Verletzungszeit aufgeben muss, ist er für weitere Kämpfe des Turniers gesperrt. Erfolgt seine Aufgabe aufgrund einer verbotenen Handlung des Gegners, wird dieser zusätzlich disqualifiziert. Der Geschädigte hätte in diesem Fall den Kampf somit gewonnen.

### **2.3 Vorzeitige Kampfscheidung**

Eine vorzeitige Kampfscheidung ist in folgenden Situationen möglich:

- Disqualifikation
- 12 Punkte Vorsprung (technische Überlegenheit)
- Wenn ein Kämpfer selbst durch Abklopfen oder Ausrufen von „Stopp“ bzw. „Mate“ oder sein Betreuer durch schlüssiges Handeln aufgibt
- Wenn ein Kämpfer nach Ausschöpfung der Verletzungszeit den Kampf wegen einer Verletzung nicht fortführen kann oder ein Arzt dem Kampfgericht den Abbruch des Kampfes anrät.
- Wenn bei einem Körper-K.O. der Kämpfer vom HKR ausgezählt werden muss (d.h. er sich bei 8 nicht kampfbereit zeigt und somit bis 10 gezählt wird; s. 2.4).
- Wenn ein Kämpfer zum 3. Mal angezählt wird.
- Entscheidung der Kampfrichter in besonderen Situationen.

### **2.4 Anzählen**

Im Falle einer Kampfunfähigkeit infolge eines kontrollierten Körpertreffers zählt der HKR vor dem Kämpfer in dessen Richtung mit erhobener Hand an. Zeigt der Kämpfer sich bis 8 kampfbereit und der HKR erkennt diese Entscheidung als vertretbar an, so wird der Kampf fortgesetzt. Der Gegner erhält hierfür 3 Punkte! Ist der Kämpfer hierzu nicht in der Lage, so zählt der HKR bis 10 durch und

---

#### **ZUSTÄNDIG FÜR AUSRICHTUNG**

Stefan Frommann, 5.Dan • Am Eichenhain 61 • 13465 Berlin • Telfax: 030/4019478, mobil: 0179 5418776

#### **Zuständig für Kontakt, Ausschreibung, Verteilung und Kampfrichterwesen**

Freddy Skidzun • Am Buddeplatz 2 • 13507 Berlin • Tel.: 015773994803

Homepage: [www.bcberlin.de](http://www.bcberlin.de)

zeigt das Aus für den Kämpfer an. In besonderen Situationen (z.B. Überforderung des Kämpfers mit dem Kontakt) kann das Kampfgericht vorzeitig abbrechen und das Aus signalisieren. Wird ein Kämpfer in einem Kampf zum dritten Mal angezählt, verliert er den Kampf durch KO.

Diese Regelung trifft auch zu, wenn der Kämpfer durch ein vorgetäushtes K.O., Ermüdung, verzögerndem Gürtelbinden, angeblichem Unwohlsein etc. sich Zeitgewinn verschafft oder zu entkommen versucht.

Achtung! Angezählt werden muss auch der Kämpfer, der nur vorgibt verletzt worden zu sein, soweit die Wirkung durch eine reguläre Technik zustande kam. Gibt er oder sein Betreuer eine verbotene Technik an, kann eine Disqualifikation ausgesprochen werden.

### **3. Verbotene Techniken und Handlungen**

Je nach Schwere des Verstoßes wird eine verbotene Technik oder Handlung mit einer Verwarnung oder sofortigen Disqualifikation geahndet. Bei Verwarnungen erhält der Gegner 2 Punkte. Die dritte Verwarnung führt automatisch zur Disqualifikation des Kämpfers.

Entscheidungen des Kampfgerichts sind unanfechtbar!

Auszug verbotener Techniken und Handlungen:

- Kopf-, Knie- und Ellbogentechniken zum Kopf
- Finger- oder Handstiche als Atemi ausgeführt
- Atemi gegen Hals und Wirbelsäule
- Atemi oder Nervendruck gegen die Augen
- Techniken gegen die Genitalien
- Techniken gegen die Wirbelsäule mit Ausnahme des Genickbeugehebels
- Finger- und Zehenhebel
- Gedrehte Hebel
- Stuken: oberer Kämpfer in der Guard hebt und stukt unteren haltenden Gegner in die Matte
- Vortäuschen einer angeblich verbotenen Technik des Gegners mit K.O. oder Wirkung
- Unsportliches Verhalten des Kämpfers oder seines Betreuers
- Eigengefährdung durch ungeschütztes Vorwärtsgen
- Sprechen oder Schimpfen auf der Matte
- Mattenflucht: Verlassen der Wettkampffläche im Stand oder in der Bodenlage, um einer oder mehreren regelkonformen Techniken des Gegners zu entkommen, wodurch diesem ein Nachteil entsteht.
- Unkontrollierte oder zu harte Techniken
- Vorsätzlich regelwidrig verletzende Techniken, z.B. spitzer Ellbogen im Bodenkampf zum Rücken
- Soccer-Kick
- Stampftritt zum Kopf

**Nicht verboten** sind beispielsweise:

- Genickbeugehebel im Stand oder Boden (nicht in Verbindung mit einem Wurf!)

---

#### **ZUSTÄNDIG FÜR AUSRICHTUNG**

Stefan Frommann, 5.Dan • Am Eichenhain 61 • 13465 Berlin • Telfax: 030/4019478, mobil: 0179 5418776

#### **Zuständig für Kontakt, Ausschreibung, Verteilung und Kampfrichterwesen**

Freddy Skidzun • Am Buddeplatz 2 • 13507 Berlin • Tel.: 015773994803

Homepage: [www.bcberlin.de](http://www.bcberlin.de)

- Ellbogen- oder Knietechniken zu den Beinen im Stand
- Wegdrücken des Kopfes mit Unterarm oder offener Hand
- Würgen mit dem Unterarm
- Nervendruck ab Unterkiefer aufwärts mit Fingern mit Ausnahme der Augen oder Druck mit Ellbogen / Knie zu Körper, Hals und Beinen
- Griff über Mund und Nase, um Atmung zu erschweren
- Dem Gegner seine Jacke über den Kopf ziehen
- Würgetechniken mit der eigenen Kleidung/Gürtel
- Würgetechniken mit Beinen oder Füßen
- Atemtechniken aus Stand oder knieend gegen liegenden oder knieenden Gegner

#### **4. Persönliche Voraussetzungen, Bekleidung und Schutzausrüstung**

Die Wettkämpfer müssen den allgemein anerkannten Vorstellungen von Körperhygiene und Etikette im Kampfsport entsprechen. Insbesondere sind folgende Punkte zu beachten:

- Finger- und Zehennägel müssen kurz geschnitten und sauber sein, um den Gegner nicht zu verletzen
- Kämpfer tragen eine lange Hose und eine Jacke (Gi). Waden und Unterarme mindestens bis zur Hälfte bedeckt.
- Die Trefferflächen von Handschützern muss ausreichend gepolstert sein (ca. 5 cm, s. Fotoanhang).
- Füße und Schienbeine müssen ausreichend gepolstert sein; dabei können die Zehen auch frei sein (s. Fotoanhang).
- Im Einzelfall entscheidet das Kampfgericht über die Zulassung!
- Zahnschutz ist für alle Kämpfer Pflicht.
- Tiefschutz ist für männliche Kämpfer Pflicht; weibliche Kämpfer dürfen einen Tiefschutz tragen.
- Als zusätzliche Schützer sind z.B. Brustschutz nur für Frauen oder Kopfschutz erlaubt.
- Bekleidung und Schützer müssen sauber sein.
- Das Tragen von Brillen ist nicht gestattet.

#### **5. Etikette, Gruß und Aufstellung**

##### **5.1 Etikette der Kämpfer**

Kämpfer dürfen die Matte erst nach Aufforderung des HKR betreten und haben diese anzugrüßen. Vor Kampfbeginn grüßen die Kämpfer erst zu den Kampfrichtern, dann zum Gegner an.

Nach Kampfbende gibt der HKR den Sieger bekannt. Daraufhin grüßen die Kämpfer zueinander, danach zu den Kampfrichtern ab.

Die Kämpfer haben die Matte abzugrüßen. Der gegnerische Coach ist abzugrüßen.

Pro Kämpfer ist ein Betreuer an der Matte zugelassen. Die Betreuer sitzen auf Stühlen an den Mattenecken gegenüber dem Kampfrichtertisch.

---

##### **ZUSTÄNDIG FÜR AUSRICHTUNG**

Stefan Frommann, 5.Dan • Am Eichenhain 61 • 13465 Berlin • Telfax: 030/4019478, mobil: 0179 5418776

##### **Zuständig für Kontakt, Ausschreibung, Verteilung und Kampfrichterwesen**

Freddy Skidzun • Am Buddeplatz 2 • 13507 Berlin • Tel.: 015773994803

Homepage: [www.bcberlin.de](http://www.bcberlin.de)

Kein Kämpfer darf Mitstreiter durch herablassende oder unsportliche Gestik oder Mimik auf der Matte abwerten oder mit einem deutlich unterlegenen Gegner „spielen“.

## 5.2 Kampfrichter

Es befinden sich drei Kampfrichter auf der Matte (ein HKR, zwei SKR), die sich während des Kampfes im Dreieck auf der Wettkampffläche gegenüberstehen. Die SKR werten in jeder Runde für nur einen Kämpfer (rote oder weiße Flagge).

## 6. Alters- und Gewichtsklassen

Wichtig ist grundsätzlich der Jahrgang; so ist ein 18-Jähriger, der im laufenden Jahr noch 19 wird, bereits Senior und nicht U 19! Daher bitte den Jahrgang der Altersklassen auf der Ausschreibung beachten.

U 16 (13, 14, 15 Jahre) (Jahrgang!)

männl.: -45, -50, -55, -60, -65, +65kg

weibl.: -40, -45, -50, -55, -60, +60kg

U19 (15, 16, 17, 18 Jahre) (Jahrgang!)

männl.: -60, -65, -70, -75, -80, +80kg

weibl.: -50, -55, -60, -65, +65kg

Senioren, ab 18 Jahre (Jahrgang!)

männl.: -60, -65, -70, -75, -80, -85, -90, +90kg

weibl.: -50, -55, -60, -65, -70, +70kg

## 7. Sonderregelungen in der Jugend

Jgd. A / U 19 kämpft wie Senioren. Für Jgd. B / U 16 und jünger gilt:

### Zu 1.:

Alle Techniken werden im Leichtkontakt ausgeführt, d.h. es darf **keine** Wirkung erzielt werden. Besonderes Augenmerk liegt auf dem Kopfkontakt („touché“)!

### Zu 1.4:

Genickbeugehebel sind verboten. Als Genick(beuge)hebel gelten auch Haltetechniken bzw. Eingänge in solche, bei denen das Genick oder die Wirbelsäule besonders strapaziert wird (z.B. Back Mount o.ä.).

Alle erlaubten Hebel werden im Ansatz abgebrochen und wie eine Aufgabe des Gehebelten gewertet.

Der HKR unterbricht Würgetechniken in der **Jgd. B / U 16** frühzeitig, falls der gewürgte Kämpfer nicht aufgibt und wertet diese entsprechend. In der **Jgd. C / U 13 und jünger** genügt der Ansatz.

---

### ZUSTÄNDIG FÜR AUSRICHTUNG

Stefan Frommann, 5.Dan • Am Eichenhain 61 • 13465 Berlin • Telfax: 030/4019478, mobil: 0179 5418776

### Zuständig für Kontakt, Ausschreibung, Verteilung und Kampfrichterwesen

Freddy Skidzun • Am Buddeplatz 2 • 13507 Berlin • Tel.: 015773994803

Homepage: [www.bcberlin.de](http://www.bcberlin.de)

**Zu 2.1:**

Bei Jgd. C / U 13 und jünger ist eine Anpassung der Kampfzeit möglich.

**Zu 2.3:**

Eine vorzeitige Kampfentscheidung durch K.O. entfällt.

**8. Kampfrichterkommandos**

Gruß zum Kampfrichter	Kämpfer drehen sich zum KR, Verbeugung
Gruß zueinander	Kämpfer drehen sich zueinander, Verbeugung
Kämpft	Kampfbeginn
Stopp	Unterbrechung/Ende
Haltetechnik weiß/rot	Beginn einer Haltetechnik
Gelöst	Ende einer Haltetechnik
Einfrieren	Unterbrechung ohne Positionsänderung
Verwarnung	Strafe für Fehlverhalten, 2 Punkte für Gegner
Diskualifikation	Schwere Strafe, Niederlage
1...8...10	An- oder Auszählen

---

---

**ZUSTÄNDIG FÜR AUSRICHTUNG**

Stefan Frommann, 5.Dan • Am Eichenhain 61 • 13465 Berlin • Telfax: 030/4019478, mobil: 0179 5418776

**Zuständig für Kontakt, Ausschreibung, Verteilung und Kampfrichterwesen**

Freddy Skidzun • Am Buddeplatz 2 • 13507 Berlin • Tel.: 015773994803

Homepage: [www.bcberlin.de](http://www.bcberlin.de)