



GOLPES RESTRITOS POR IDADE / CATEGORIA

	4 a 12 anos	13 a 15 anos	16 e 17 anos (todas as faixas) e faixa branca (Adulto a Master 7)	Adulto a Master 7 (azul e roxa)	Adulto a Master 7 (marrom e preta) exceto Sem Kimono	Adultos (marrom e preta) Sem Kimono	
1	●						Posição de finalização forçando a abertura da virilha
2	●						Estrangulamento que force a cervical
3	●	●					Chave de pé reta
4	●	●					Estrangulamento utilizando a manga do kimono (Ezequiel)
5	●	●					Gravata técnica de frente
6	●	●					Omplata
7	●	●					Triângulo (puxando a cabeça)
8	●	●					Triângulo de mão
9	●	●					Chave que pressione as costelas ou os rins dentro da guarda fechada
10	●	●	●				Mão de Vaca
11	●	●	●				Single leg com a cabeça para fora (**)
12	●	●	●	●			Chave de bíceps
13	●	●	●	●			Chave de panturrilha
14	●	●	●	●			Leg lock (chave de joelho reta)
15	●	●	●	●			Mata-leão no pé
16	●	●	●	●	●		Chave de calcanhar
17	●	●	●	●	●		Chave que torça o joelho
18	●	●	●	●	●		Cruzada de perna (ver detalhes ao lado)
19	●	●	●	●	●		Na chave de pé reta, girar na direção do pé que não está sendo atacado
20	●	●	●	●	●		No mata-leão no pé, aplicar a pressão para o lado externo do pé
21	●	●	●	●	●	●	Bate estaca
22	●	●	●	●	●	●	Chave de cervical
23	●	●	●	●	●	●	Queda-tesoura
24	●	●	●	●	●	●	Torcer os dedos para trás
25	●	●	●	●	●	●	Segurar na faixa do adversário e projetá-lo de cabeça ao solo enquanto se defende de um Single Leg com a cabeça para fora.
26	●	●	●	●	●	●	Suplex derrubando o adversário de cabeça ou pescoço ao solo.

DETALHES: CRUZADA DE PERNA

20 Cruzada de Perna

A cruzada de pé se caracteriza quando um dos atletas posiciona a coxa por trás da perna do adversário e passa a própria panturrilha pela frente do corpo do adversário acima do joelho, posicionando o seu pé além da linha mediana vertical do corpo do adversário, aplicando pressão no joelho do adversário de fora para dentro, enquanto mantém o pé da perna em risco preso entre seu quadril e a axila.

Não é necessário um dos atletas estar segurando o pé de seu adversário para que o pé seja considerado como preso. O corpo do atleta pode obstruir o mesmo.

Quando um dos atletas estiver de pé, para efeito dessa regra, o pé do joelho em perigo estar pisando no chão fará com que este seja considerado pé preso ou obstruído.

Para os atletas até a Faixa Roxa:

Quando os dois atletas estiverem sentados com a perna cruzada mas em posição legal como ilustrada pela **imagem 1**, e um dos atletas levanta, fazendo que o adversário por baixo fique em posição ilegal como ilustrada pela **imagem 2**. Por que ao se levantar, o pé que estava solto e agora pisando no solo passa a ser considerado pé preso.

Nessa situação o árbitro deve interromper a luta, em seguida posicionar o atleta B sentado e o atleta A de pé em uma distância suficiente que possibilite novas pegadas e dar continuidade ao combate.

Se a situação demonstrada na **imagem 2** ocorrer após um movimento de raspagem, o árbitro deve aguardar 3 segundos para definir a estabilização, e em sequência; interromper a luta; assinalar 2 pontos para o atleta A que está por cima, posicionar o atleta B sentado e o atleta A de pé em uma distância suficiente que possibilite novas pegadas e dar continuidade ao combate.

Para atletas das Faixas Marrom e Preta:

O árbitro não interromperá o combate. Nenhuma penalidade será aplicada exclusivamente neste caso.



IMAGEM 1



IMAGEM 2



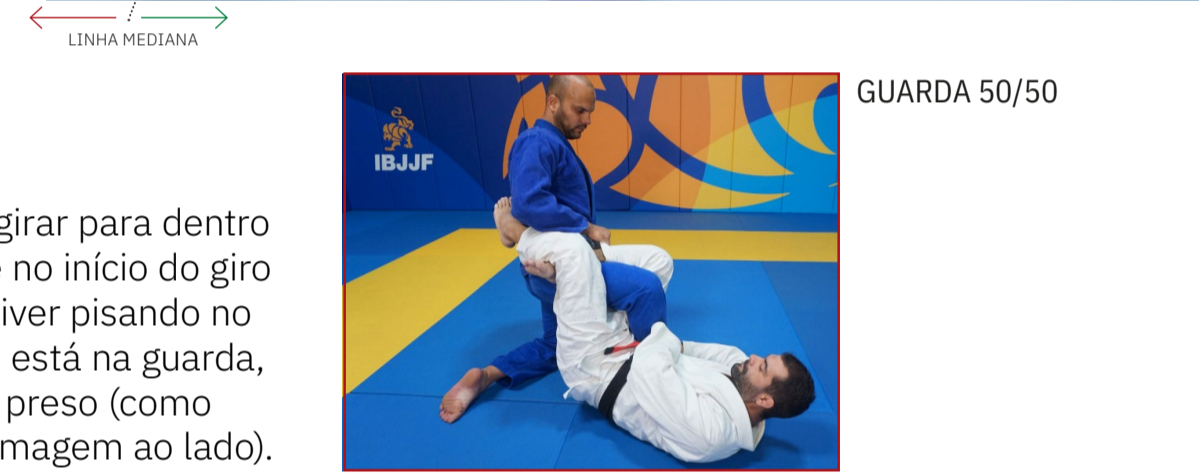
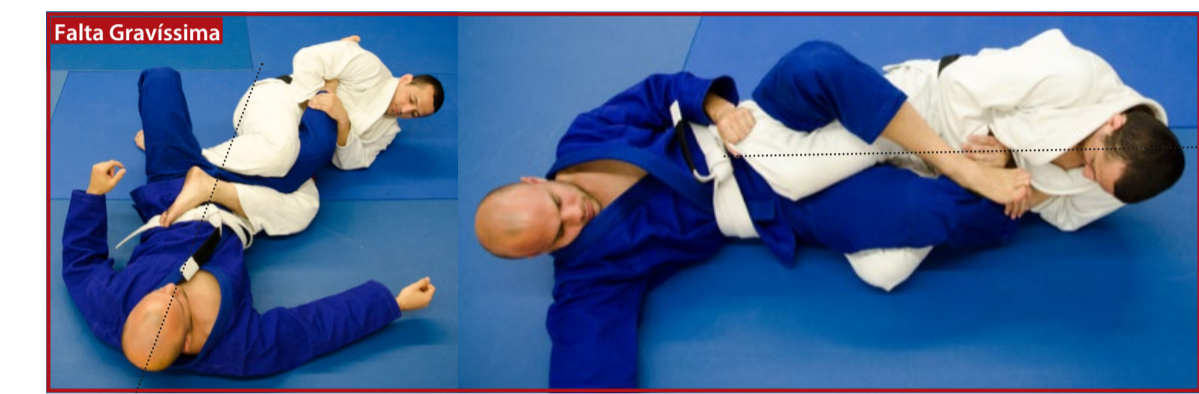
FALTA GRAVE: FAIXA-BRANCA EM QUALQUER IDADE

Nas categorias de faixa-branca é proibida a movimentação em que o atleta pula para colocar o adversário que está em pé na guarda fechada. Quando tal movimentação ocorrer, o árbitro reiniciará a luta com os dois atletas em pé.

FALTA GRAVÍSSIMA

Quando o atleta executa o movimento nas características citadas acima, passando o pé do limite vertical do corpo do adversário.

Quando qualquer dos dois atletas estiver com golpe de finalização encaixado, será considerada falta gravíssima do atleta que cruzar sua perna nas características citadas acima.

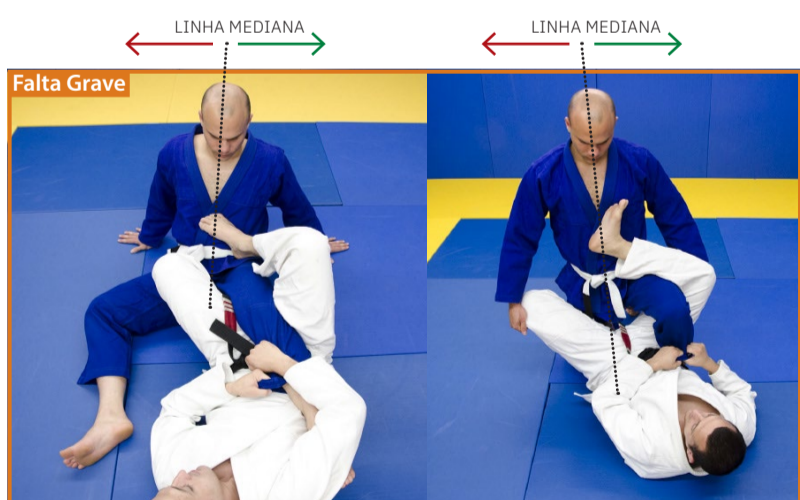


Quando o atleta girar para dentro na guarda 50/50 e no início do giro seu adversário estiver pisando no solo com o pé que está na guarda, caracterizando pé preso (como exemplificado na imagem ao lado).



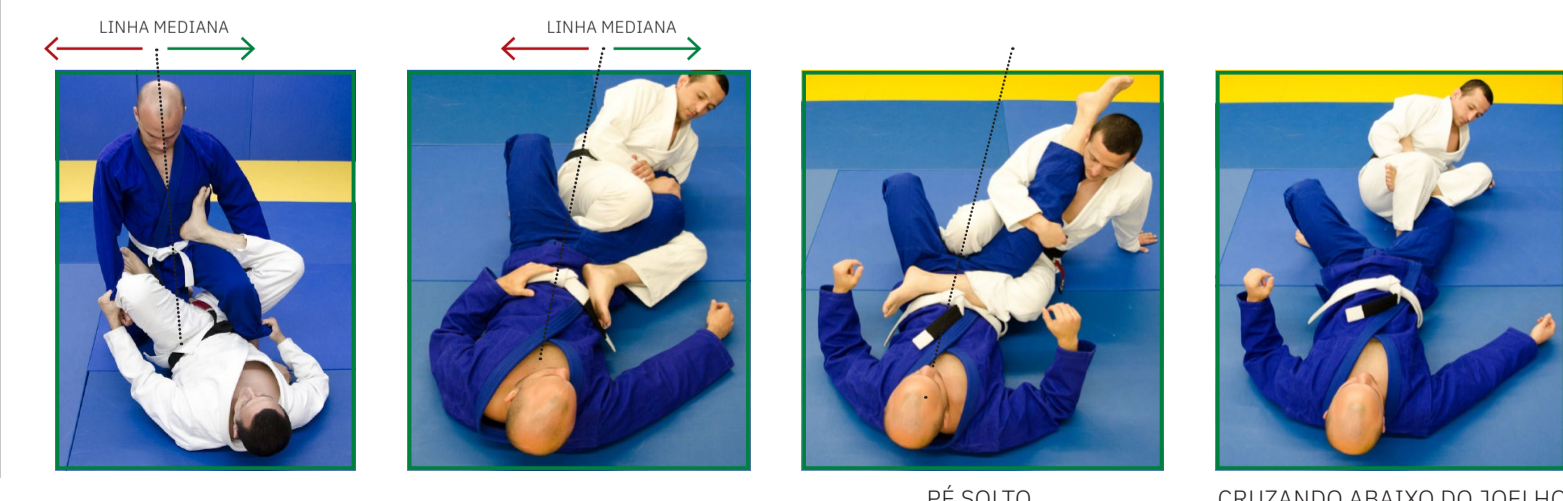
FALTA GRAVE

Quando o atleta executa o movimento nas características citadas acima, passando seu pé da linha mediana vertical do corpo do adversário. O árbitro deverá paralisar o combate, retornar os atletas à posição permitida e punir o infrator antes de reiniciar o combate.



POSIÇÕES NORMAIS

Não devem ser consideradas faltas:



** Apesar de ser uma técnica proibida o atleta não será punido.

As imagens apresentadas na tabela são exemplos das posições proibidas e não representam todas as variações possíveis das posições proibidas. Para obter maiores informações sobre as regras e restrições, favor visitar www.cbjj.com.br/regras