



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	●	●	●	●			Na chave de pé reta, girar na direção do pé que não está sendo atacado
17	●	●	●	●	●		Chave de calcanhar
18	●	●	●	●	●		Chave que torça o joelho
19	●	●	●	●	●		Cruzada de perna (ver detalhes ao lado)
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.

19 DETALHES: CRUZADA DE PERNA

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.



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.

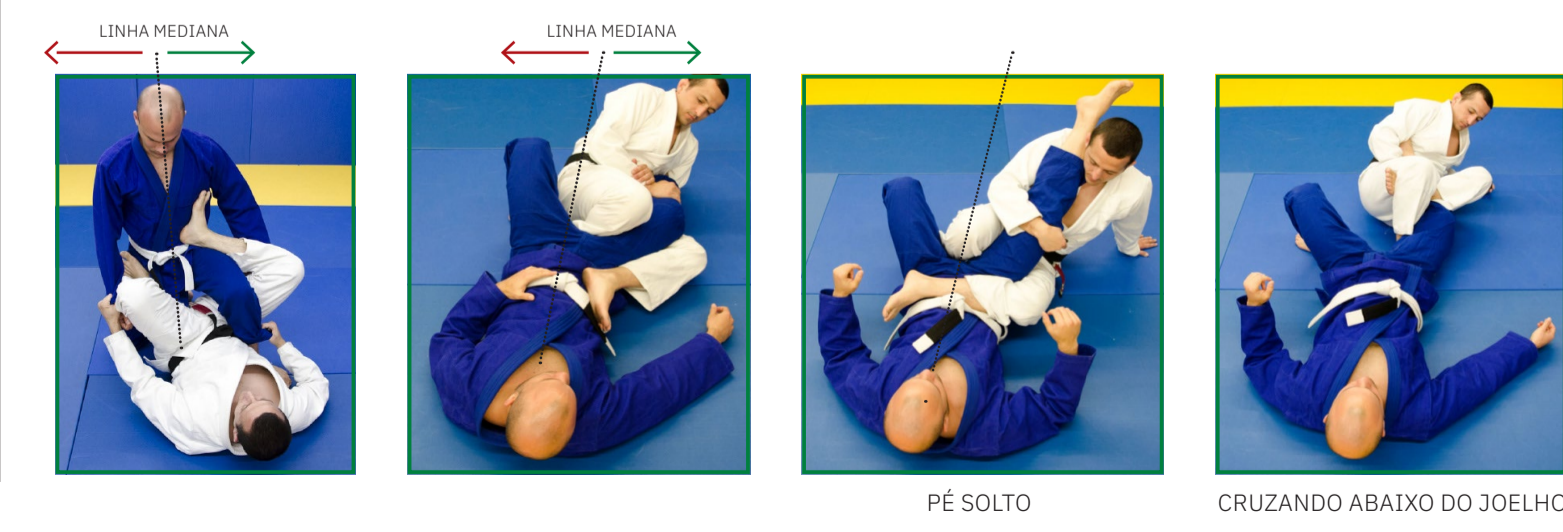


FALTA GRAVE

- 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