

# Une compétition de Judo, comment ça marche ?

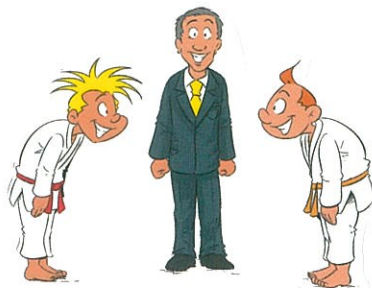
**Si tu veux en savoir plus demande à ton professeur**

**Un jour tu regarderas une compétition de Judo ou même peut-être tu y participeras**

Sur le tatami, il y a deux combattants et un arbitre. Pour mieux reconnaître les combattants, l'un porte une ceinture supplémentaire de couleur rouge.  
En compétition internationale, un des combattants est en judogi blanc et l'autre en judogi bleu.

Le combat débute et finit toujours par un salut. C'est la marque du respect.

C'est l'arbitre qui dirige le combat. Il le fait commencer en disant HAJIME, il peut l'arrêter en disant MATTE, il donne les avantages techniques (WAZA ARI, IPPON) et désigne le vainqueur.



En compétition, le combat commence debout et peut se poursuivre au sol. Il y a plusieurs façons de gagner un combat.

Debout en faisant tomber son adversaire par une technique.

Au sol, en l'immobilisant ou chez les plus grands en lui portant une technique qui le fera abandonner (ippon).

Le combat en judo dure, en fonction des âges, de 1 minute à 4 minutes. À la fin du combat, l'arbitre désignera le vainqueur. La décision de l'arbitre doit toujours être respectée.

**C'est le contrôle de soi.**

Le public doit faire preuve de respect envers les compétiteurs, les arbitres et les organisateurs.

