

## 第一条 比赛场地

比赛场地面积最小为 14 米 × 14 米，最大为 16 米 × 16 米（如图 1）。比赛场地必须用榻榻米或类似榻榻米的合适的材料铺设，通常为绿色。

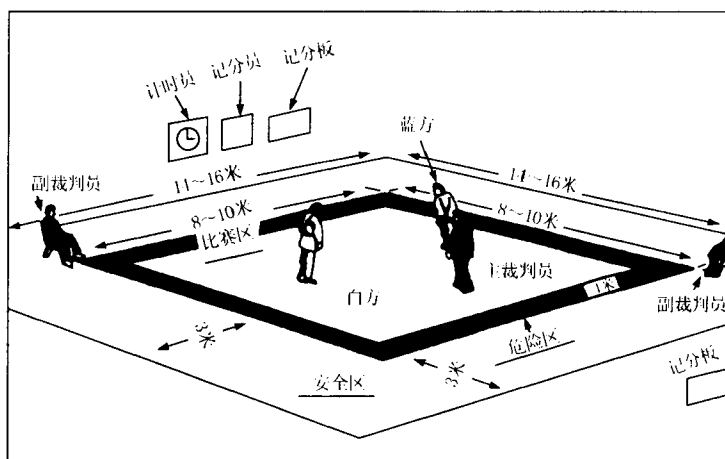


图 1 比赛场地

比赛场地分为两个区域。两个区域之间应有一个约 1 米宽、通常为红色的危险区。危险区与比赛场地四周平行，并构成整个比赛场地的一部分。

危险区以内并包括危险区称为比赛区，其面积最小为 8 米 × 8 米，最大为 10 米 × 10 米。危险区以外称为安全区，

其宽度约为 3 米。

在比赛区中央相距 4 米应分别标出 50 厘米长、10 厘米宽的蓝色和白色标志，指出比赛者在比赛开始和比赛结束时的位置。蓝色标志应在主裁判员右侧，白色标志应在主裁判员左侧。

比赛场地必须设在有弹性的地板或台上(见附录)

当使用两个或两个以上相邻的比赛场地时，允许在两个场地之间共用一个不小于 4 米的安全区。

在比赛场地周围要保留一个不小于 50 厘米的空间。

### 第一条附录

通常奥运会、世界锦标赛、洲际比赛和国际柔联的正式比赛，必须使用最大面积的比赛场地。

目前比赛通常使用的是 1 米宽、2 米长用稻草压制而成的榻榻米或更多是用泡沫塑料压制成的垫子。垫子必须固定，并且在做“受身”时具有缓冲作用，既不能太滑，也不能太粗糙。比赛场地的垫子，必须排列得中间不留空隙，表面平坦，固定之后不会移位。

赛台可选用坚固而且有弹性的木材构成。台边长约 18 米 其高度不超过 50 厘米。

运动员比赛时必须一方穿蓝色柔道服，另一方穿白色柔道服。如果比赛组织者明确规定双方运动员都可以穿白色柔道服时，则一名运动员除段位带外系红色标志带，另一名运

动员除段位带外系白色标志带。设备(如旗子、标志线、记分板等)为红色而不是蓝色。

## 第二条 设备

### 1. 椅和旗(副裁判员用)

两把轻便椅子须放置在安全区内、比赛区的对角位置上,放置的位置不能妨碍副裁判员、裁委会委员和记录员对记分板的视线。一面蓝旗和一面白旗须放置在每把椅子附设的皮套内。

### 2. 记分板

每个比赛场地须设置两块记分板水平显示得分。记分板的高度不得超过 90 厘米,宽度不得超过 2 米。要设置在比赛场地之外,使裁判员、裁委会委员、官员及观众容易看见的地方。

处罚分应立即记录在记分板上,但是记分板上必须设置一个哪方运动员受到处罚的明显标志(见附录中的例子)。

在记分板上方必须分别备有蓝、白两个十字记号,以便显示第一、二次医务检查(见第八条和第二十九条附录)。

当使用电动记分板时,必须备有人工记分板。

### 3. 计时器

须备有 4 块计时器：

计比赛时间——1 块；

计压技时间——2 块；

备用表——1 块。

当使用电动计时器时，人工计时器作为核对和备用须同时使用。

### 4. 旗（计时员用）

计时员须使用下列手旗：

黄旗——比赛暂停；

蓝旗——压技时间。

当使用能显示比赛时间、压技时间的电动计时器时，不必使用黄、蓝手旗，但作为备用仍须设置。

### 5. 计时信号

铃或其他类似的可使主裁判员听得见的装置，作为通知主裁判员一场比赛结束的信号。

### 6. 蓝、白柔道服

运动员应该穿蓝色或白色柔道服（一名运动员穿蓝色柔道服，另一名运动员穿白色柔道服）。

## 第二条附录

记录员、记分员和计时员的位置：

记分员和计时员须面对主裁判员，同时能看到记录员。

观众席位的距离：

观众席与比赛场地或赛台的距离不得小于 3 米。

计时器和记分板：

计时器须放在负责计时人员的附近，其准确度在开赛前和比赛中须加以检查。

记分板必须符合国际柔道联合会的要求，根据需要由裁判员使用。

人工计时器和人工记分板 (如图 2) 必须与电动计时器同时启动，这样在电动计时器失灵时可以不延误比赛。

|                 |              |               |                 |              |               |
|-----------------|--------------|---------------|-----------------|--------------|---------------|
| 0               | 1            | 0             | 1               | 0            | 0             |
| 技有<br>(W/AR1)   | 有效<br>(YUKO) | 效果<br>(KOKA)  | 技有<br>(W/AR1)   | 有效<br>(YUKO) | 效果<br>(KOKA)  |
| 警告<br>(keikoku) | 注意<br>(chui) | 指导<br>(shido) | 警告<br>(keikoku) |              | 指导<br>(shido) |
| 白方 (WHITE)      |              |               | 蓝方 (BLUE)       |              |               |

图2 人工记分板

例如 蓝方得分“技有”同时被判罚“注意”白方因蓝方的“注意”而得分“有效”。

蓝、白十字记号：

十字记号示意板的底色应该是绿色的。十字记号应备有蓝、白两色，以便和比赛双方的蓝、白柔道服一致。

### 第三条 比赛服装

参加比赛的运动员应按下列规定着柔道服：

1. 柔道服必须用牢固的棉制品或类似的材料制成，并且完好无缺（无裂缝和撕裂处），柔道服的材料不能太厚和太硬，妨碍对方抓握。

2. 一方运动员穿蓝色柔道服，另一方运动员穿白色或灰白色柔道服。

3. 柔道服上允许带有下列标志：

- 国家奥委会缩写（在上衣的背部）
- 运动员所属国家的国徽（在左胸前）最大为 100 平方厘米。

- 柔道服厂商的商标（在上衣的前下摆处和左裤腿底部前面）最大为 25 平方厘米。

- 双肩标志带（从衣领和肩膀的交界处下至双臂）最长为 25 厘米，最宽为 5 厘米。

- 在柔道服左襟底部正面 6 厘米 × 10 厘米的面积可标有奥运会和世锦赛前 3 名名次标识。运动员的姓名可绣在腰带上、柔道服下部的正面和裤子上部的正面，最大面积为

3厘米×10厘米。另外 运动员的姓名也可以印 / 绣在国家缩写上面，但不应该影响对方抓握。姓名字体最高不超过 7 厘米，最长不超过 30 厘米，该 7 厘米×30 厘米长方形面积的位置在领子以下 3 厘米处，号码布在该面积以下 4 厘米处。

4. 柔道服上衣的长度须盖住大腿，当双臂在体侧向下完全伸直时，柔道服上衣的长度至少应超过双拳，上衣左襟压右襟应足够宽大，其前襟在胸前的重叠部分应至少为 20 厘米 (如图 3)，上衣的袖长最长可到腕关节，最短距腕关节不得超过 5 厘米 在衣袖和臂之间 (包括绷带) 应有 10~15 厘米的空隙。

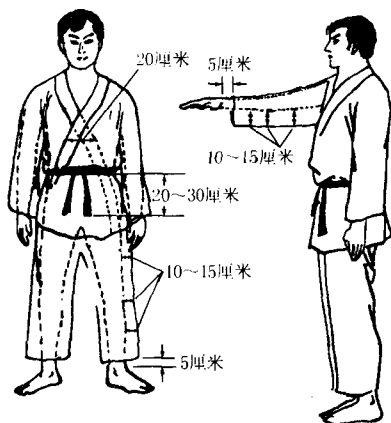


图 3 柔道服

5. 裤子不得带有任何广告标志，其长度应盖住双腿，最长可到踝关节，最短距踝关节不得超过 5 厘米。在裤子和

腿 包括绷带 之间应留有 10 ~ 15 厘米的空隙。

6. 在腰部必须系一条结实的其颜色代表段位的宽 4 ~ 5 厘米的腰带，腰带要用方结系紧，防止上衣敞开，其长度须在绕腰两周系好后，两端各留 20 ~ 30 厘米长的空余段。

7. 女运动员须在柔道服内穿一件结实的白色或灰白色的 T 恤衫 或穿一件白色或灰白色短袖紧身衣。其长度须长到能把底襟系在裤子里。

### 第三条 附录

如果参加比赛的运动员其柔道服不符合本条规定，则主裁判员令其必须在最短的时间内换上符合规定的柔道服。运动员的备用柔道服由教练员带到教练员席。

为了确认运动员柔道服的长度是否符合规定，主裁判员可令其将两臂前平举至与肩同高，完全伸直进行检查。

## 第四条 有关卫生的规定

1. 柔道服必须洁净、干燥，不得有难闻气味。
2. 运动员的手指甲和脚趾甲必须修短。
3. 运动员的个人卫生须达高标准。
4. 为避免给对方造成不便，长发须束扎起来。

## 第四条附录

比赛的任何一方凡不符合第三条及第四条规定，将根据规则“三名裁判员的多数意见”，被取消比赛资格，对方将获得“弃权胜利”。

## 第五条 裁判员及辅助人员

在通常情况下比赛设一名主裁判员和两名副裁判员。在裁判委员会的监督下，主裁判员和副裁判员在记录员和计时员的协助下进行工作。

### 第五条附录

计时员、记录员、记分员和其他技术辅助人员必须年满21岁，至少参加过三年全国性裁判工作，并且对柔道竞赛规则理解透彻。组织委员会必须保证他们在执行任务之前受过系统训练。比赛要求至少有两名计时员，其中一名计整场比赛的时间，另一名专门计“压技”时间。假如可能，可设第三名计时员对上述两名计时员进行监督，以避免错误和遗忘。

负责计整场比赛时间的计时员在听到“开始”或“开始吧”的口令时启动计时器，在听到“暂停”或“原姿势暂停”的口令时关闭计时器。

负责计“压技”时间的计时员在听到“压技开始”的口

令时启动计时器；在听到“原姿势暂停”的口令时关闭计时器；在听到“开始吧”的口令时重新启动计时器；在听到“压技解脱”的口令时应关闭计时器，并把“压技”的持续时间通知主裁判员，或在“压技”满 25 秒（当被压的一方先前没有过被压 20 秒的记录，或没有输掉过一个“有技”，或受到过“警告”处分）时，用适当的信号通知主裁判员“压技”结束；在听到“原姿势暂停”的口令时应关闭计时器，举起蓝旗；在听到“开始吧”的口令时应放下蓝旗，重新启动计时器。

负责计比赛时间的计时员在听到和看到“暂停”或“原姿势暂停”的口令和手势时，应关闭计时器，举起黄旗；在听到“开始”或“开始吧”的口令时应放下黄旗，重新启动计时器。

当一场比赛的时间到时，计时员应以清楚的、可听得见的信号通知主裁判员。

比赛的记分员必须保证学过并能运用规定的符号和记号把比赛记录下来。

除去上述人员外，应设一名记录员负责记录全部比赛的过程。

假如使用电动计时系统，则其程序同上。

## 第六条 主裁判员的位置和职责

主裁判员位于比赛场内，他的职责是指挥比赛并进行判

决。主裁判员应该确实保证他的判决被准确无误地记录下来。

## 第六条附录

在比赛开始前，裁判员必须保证场地、设备、服装、卫生、裁判人员等符合规定。

当主裁判员宣布他的评分时，应一面注视着运动员，一面保持他的评分手势，同时注意观察至少一名副裁判员是否由于处在更有利的观察位置而得出不同的评分并打出表示异议的手势。

在寝技中，如双方运动员的脸都朝场外，则主裁判员为了便于观察可以站到安全区内。

在执行一场比赛的裁判工作之前，主裁判员和副裁判员应熟悉本比赛场地的计时员用来通知比赛结束时的铃声和其他音响信号。

负责一个比赛场地裁判工作的主裁判员和副裁判员应确实保证本场地的表面洁净，垫子之间无空隙，副裁判员的坐椅放在规定的位置上，以及比赛双方符合规则第三和第四条的规定。

主裁判员应确实保证观看比赛的观众、比赛双方的支持者以及摄影师所处的位置不会妨碍裁判工作和对比赛的双方造成伤害。

## 第七条 副裁判员的位置和职责

两名副裁判员应坐在比赛场外两对角的位置上协助主裁判员进行工作。

每一名副裁判员如对主裁判员宣布的评分、判罚标准持不同意见时 须用规定的正确手势表示出自己的意见。如主裁判员表示的评分或判罚标准高于两名各持不同意见的副裁判员时 他须按照两名副裁判员中表示较高标准的意见 更正他的判决。

如主裁判员表示的评分或判罚标准低于两名各持不同意见的副裁判员时 他须按照两名副裁判员中表示较低标准的意见，更正他的判决。

如一名副裁判员的标准高于主裁判员 而另一名副裁判员的标准低于主裁判员时，则主裁判员可以维持他的判决。

如两名副裁判员都对主裁判员的判决有异议 而主裁判员又没有注意到他们的手势时 他们可以站起来 同时保持着他们的手势 直到主裁判员看到并对自己的判决加以更正为止。

如经过一段时间(几秒钟)之后 主裁判员仍然没有觉察到站起来的副裁判员时 则靠近主裁判员一侧的副裁判员应立即走近主裁判员，并把他们的意见通知他。

副裁判员必须用规定的手势对界内施技有效或出界表示

出自己的意见。裁判员之间意见不统一时可以商议，除非主裁判员或一名裁判员确实看到了其他两名裁判员没有看见的情况，这时少数者的意见也可作为判决的依据。

副裁判员必须监督记分员正确无误地把主裁判员的宣判记录下来。

如主裁判员认为某方运动员有正当理由暂时离开比赛区时，其中一名裁判员必须陪同前往，以避免出现违例现象。这种准许离开比赛区的现象仅限在特殊情况下使用（如更换不符合规格的柔道服）。

## 第七条附录

副裁判员（和主裁判员）在发奖期间和在长时间间歇时，应离开比赛场地。

副裁判员必须按下述姿势坐在比赛区外：两腿自然分开，上身抬起，两手掌心向下放在大腿上。副裁判员如发现记分板上的记录不正确时，他必须提醒主裁判员注意。

副裁判员的位置危及到比赛时，他应迅速携坐椅一起移动位置。

副裁判员不许在主裁判员之前打出表示得分的手势。

对于在边界上所施的技，副裁判员应首先做出表示该动作在界内还是界外的手势。

假如一名运动员须在比赛场外更换服装，而副裁判员均非同—性别，则应由裁判委员会指定一名同性别的裁判员陪

同前往。

在本比赛场地没有比赛，而在相邻场地的比赛正在进行的情况下，如果本场比赛副裁判员的坐椅影响到相邻场地的比赛时，须搬开他的坐椅。

## 第八条 裁判员手势

### 1. 主裁判员手势

主裁判员须按下列要求做出手势

(1) 一本：单臂向上高举过头 掌心向前 (如图 4)。



图 4 一本

(2) 技有 : 单臂侧  
平举与肩同高 掌心向下  
(如图 5)。

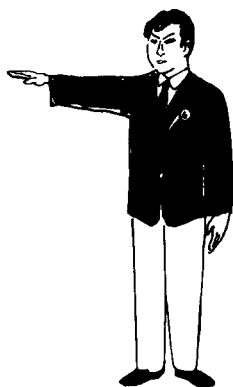


图5 技有

(3) 两次技有合为一本：先做出“技有”手势，然后  
过渡到“一本”手势(如图 6)。

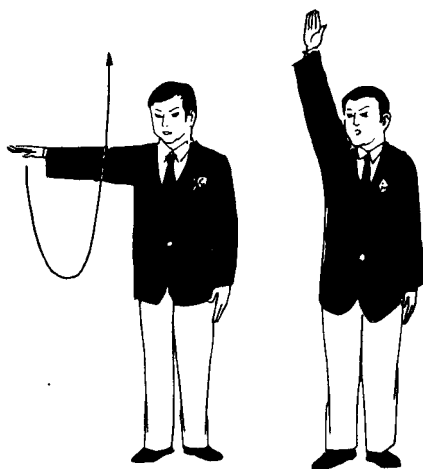


图6 两次技有合为一本

(4) 有效：单臂侧  
举成 45 度角 掌心向下(如  
图 7)。

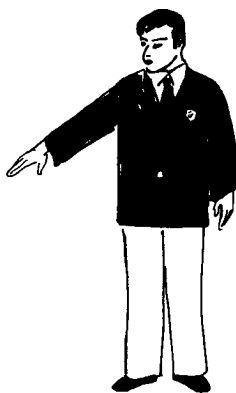


图 7 有效

(5) 效果：单臂屈  
肘侧举 掌心向前 拇指  
指向肩(如图 8)。



图 8 效果

(6) 压技开始：单臂向前下方指向运动员，同时面向运动员 身体向前弯曲(如图 9)。



图 9 压技开始

(7) 压技解脱：单臂前举(拇指向上)同时由右向左迅速摆动 2~3 次(如图 10)。



图 10 压技解脱