Division	**U8******	**U10******	**U12***	**U14****	**U16**	**U18**	**U21**	**21 +**	**Vétéran**
Appellation	Mini-Poussin	Poussin	Benjamin	Minime	Juvénile	Cadet	Junior	Sénior	Master
AGE **au 31 déc. 2025**	7 ans et moins	8 - 9	10 - 11	12 - 13	14 - 15	16 - 17	18 - 19 -20	21 ans et plus	30 ans et plus
Année de naissance	2020 et après	2018-2019	2016-2017	2014-2015	2012-2013	2010-2011	2007-2008-2009	2006 ou avant	1997 et avant
Médical	Permis	Permis	Permis	Permis	Permis	Permis	Non autorisé	Non autorisé	Permis
Étranglement	Interdit	Interdit	Interdit	Interdit	Verte +	Verte +	Verte +	Verte +	Verte +
Clés de bras	Interdit	Interdit	Interdit	Interdit	Interdit	Verte +	Verte +	Verte +	Verte +
Sankaku-waza	Interdit	Interdit	Interdit	Interdit	Verte +	Verte +	Verte +	Verte +	Verte +
Contre-rotation vs projection sur une jambe	Interdit	Interdit	Interdit	Interdit	Non-pénalisé	Non-pénalisé	Non-pénalisé	Non-pénalisé	Non-pénalisé
Enroulement du cou / prise de tête	Interdit	Interdit	Interdit	Interdit	Permis	Permis	Permis	Permis	Permis
Kumi kata	Plan frontal seulement	Plan frontal seulement	Plan frontal seulement	Libre	Libre	Libre	Libre	Libre	Libre
Drop (1 ou 2 genoux)	Interdit	Interdit	Interdit	Verte +	Permis	Permis	Permis	Permis	Permis
Makikomi	Interdit	Interdit	Interdit	Verte +	Permis	Permis	Permis	Permis	Permis
Sutemi	Interdit	Interdit	Interdit	Verte +	Permis	Permis	Permis	Permis	Permis
Appui sur la tête (att. ou def.)	Interdit (shido)	Interdit (shido)	Interdit (shido)	Interdit (shido)	Interdit (shido)	Interdit (shido)	Permis (attention le plongeon est interdit. Voir note page 2)	Permis (attention le plongeon est interdit. Voir note page 2)	Permis (attention le plongeon est interdit. Voir note page 2)
Reverse Seoi Nage	Interdit (shido)	Interdit (shido)	Interdit (shido)	Interdit (shido)	Interdit (shido)	Interdit (shido)	Permis	Permis	Permis
Surclassement de division	Interdit	Interdit	Interdit	Permis avec dérogation si né(e) en 2014 ****	2012 : permis pour U18 et plus. 2013 : Permis avec dérogation****	Permis	Permis	Permis	Permis
2 divisions la même fin de semaine	Interdit	Interdit	Interdit	Permis avec dérogation si né(e) en 2014****	2012: permis pour U18 et plus. 2013: Permis avec dérogation****	Permis***	Permis***	Permis***	Permis***
2 divisions la même journée	Interdit	Interdit	Interdit	Permis avec dérogation si né(e) en 2014 et sous conditions****	2012: permis pour U18 et plus. 2013: Permis avec dérogation****	Permis sous conditions***	Permis sous conditions***	Permis sous conditions***	Permis sous conditions***
Golden score	Non	Non	Non	Non	**Oui**	**Oui**	**Oui**	**Oui**	**Oui**
Bris de triple égalité	Non	Non	Non	GS sans limite de temps	GS sans limite de temps	GS sans limite de temps	GS sans limite de temps	GS sans limite de temps	GS sans limite de temps
Durée maximale de combat	Maximum 2 min. (Temps continu)	2 min. (Temps continu)	2 min.	3 min.	3 min.	4 min.	4 min.	4 min.	Cat. d'âge 1 à 6 3 min. Cat. d'âge 7 et + : 2 min.
Judogis	**Blanc obligatoire** Bleu permis pour le 2e nommé	**Blanc obligatoire** Bleu permis pour le 2e nommé	**Blanc obligatoire** Bleu permis pour le 2e nommé	**Blanc obligatoire** Bleu permis pour le 2e nommé	**Blanc obligatoire** Bleu obligatoire seulement à l'Omnium	**Blanc obligatoire** Bleu obligatoire seulement à l'Omnium	**Blanc obligatoire** Bleu obligatoire à l'Omnium et au Championnat provincial ou selon le devis technique du tournoi		**Blanc obligatoire** Bleu obligatoire seulement à l'Omnium

	Les tournois de sélection sont les 4 tournois développement, la finale provinciale des Jeux du Québec, l'Omnium du Québec et le Championnat provincial.
*	Pour la division **U12**, les filles doivent OBLIGATOIREMENT être séparées des garçons, évènement **non mixte**. Pour la division **U10**, les filles doivent OBLIGATOIREMENT être séparées des garçons, évènement **non mixte**. Lorsque le nombre ne permet pas de séparer les filles des garçons, la permission d'un parent est requise, ou, en l'absence d'un parent, un entraîneur ayant l'autorisation des parents pour accorder cette permission. Il est recommandé de faire des regroupements par poids (pools). Ils seront regroupés par ceinture de façon à ce que les ceintures jaunes combattent uniquement avec des ceintures jaune, jaune-orange et orange tandis que les ceintures orange pourront combattre avec les ceintures jaunes ou les ceintures orange-verte et plus.
	Makikomi-waza et sutemi waza **(Interdit pour U8, U10, U12 et U14*(orange-verte et moins)*)** - Les actions qui commencent par un Makikomi ou un Sutemi ne sont pas comptabilisées et sont pénalisées de shido. - Les actions qui commencent par une technique autorisée et qui se terminent par Makikomi-waza à cause de la réaction de l'adversaire doivent être comptabilisées. **Liste des techniques Makikomi** *(enrouler le bras de l'adversaire avec son propre bras et le projeter en tombant avec lui)* : *Hane makikomi, Harai makikomi, Ko uchi makikomi, O soto makikomi, Uchi makikomi, Uchi mata makikomi, Soto makikomi* **Liste des techniques sutemi** *(sacrifier son équilibre afin de projeter son adversaire)* : *Daki wakare, Hikkomi gaeshi, Sumi gaeshi, Tani otoshi, Tawara gaeshi, Tomoe nage, Uki waza, Ura nage, Yoko gake Yoko gumura, Yoko otoshi, Yoko wakare* - Tout autre mouvement qui rencontrerait les définitions énoncées plus haut doit aussi être pris en compte.
**	Les conseils de l'entraîneur pendant hajime seront permis pour les athlètes U14 et moins, seulement pendant les compétitions sanctionnées de niveau C (régional et interzone)
***	À la discrétion du directeur de tournoi et un maximum de 2 divisions par jour permis si 4 participants et moins dans la première division. Une 3 divisions par fin de semaine pourra être permise si cette participation est dans un événement par équipe, ne-waza ou open.
****	Permis pour l'année de naissance indiquée avec dérogation du comité d'excellence et Judo Canada pour les tournois de sélection et tournois de Judo Canada, les athlètes doivent être identifiés athlètes précoces pour lesquels **il n'y aura <u>aucune dérogation sur place</u>**, ou du directeur de tournoi pour les tournois régionaux et interzones.
*****	SHIAI INTERDIT À TOUTES LES CEINTURES BLANCHES. **U8** festival et randori ne waza sans pointage ou gagnant. **U10** blanche et blanche-jaune: Randori ne waza avec temps continu. Aucun pointage ou gagnant. **U10** jaune et orange: Randori tachi waza avec temps continu. Aucun pointage ne peut pas être annoncé par l'arbitre (il est présent pour diriger les mate et la sécurité) Contrôle au sol=mate=revient debout pour reprendre, aucun gagnant déclaré, tous les participants reçoivent la même récompense. Il est recommandé de faire des regroupements par poids (pools). **Pour les U8 et les U10, tous doivent recevoir la même récompense.**
	Kumi kata Le plan frontal se trouve à être le devant du judogi et la main au col ne peut pas dépasser le milieu du haut de l'épaule. Libre veut dire que les mains peuvent être placées selon les règles normales du kumi kata.
	Enroulement du cou / prise de tête Lorsque le bras entour le cou pour projeter ou se défendre. Les prises de tête comportant une prise au-dessus ou autour du cou en tachi-waza. Exemple de mouvement interdit: koshi guruma, kubi nage.
	Pénalités pour U10 et U12 Les actions suivantes sont interdites et seront pénalisées: Kansetsu-waza, shime-waza, kumi kata qui n'est pas sur le plan frontal, l'enroulement du cou/prise de tête, sutemi, makikomi et les techniques de contre-rotation contre les projections sur une jambe. 1re faute: Les arbitres devront donner un avertissement gratuit à l'athlète et lui expliquer la faute commise. 2e faute: Un shido sera donné et l'arbitre expliquera à nouveau à l'athlète la faute commise ainsi qu'à l'entraîneur. 3e et 4e faute: un shido sera donné.
	Technique en contre-rotation (se lancer sur l'arrière ou le côté dans le sens contraire de la projection) Les techniques de contre-rotation contre les projections sur une jambe (ex: *uchi mata, harai goshi*) ne seront pas comptabilisées et pénalisées par shido pour les U14. Pour les U12 et moins, elles seront aussi pénalisées, mais se référer à la section pénalités pour U10 et U12. Pour U16 et plus, aucun pointage sans une technique clairement appliquée (mouvement des bras, accrochage, etc.)
	Appui ou plongeon sur la tête <u>Pour les U18 et moins</u> : Si tori s'appuie sur sa tête pour projeter, la projection ne sera pas comptabilisée et il recevra shido. Se défendre volontairement en utilisant la tête est pénalisable par shido. Si cela est involontaire, il n'y a pas de pénalité. <u>Pour toutes les catégories d'âge</u> : Si tori plonge sur la tête vers l'avant ou l'arrière, la projection ne sera pas comptabilisée et il sera disqualifié par hansoku make. Tori pourra continuer la compétition.