



KAMERADEN DIVISIE

Opzet Kameraden Divisie

Nathan van 't Hof, Raymond van der Meer en Marko Schuurig

29 Juni 2022

1	Introductie	2
2	Competitie opzet	3
3	Organisatie van een competitieavond	4
	3.1 Aankomst	4
	3.2 Wegen	4
	3.3 Gezamenlijke warming up	4
	3.4 Randori	5
	3.5 Gezamenlijke cooling down	5
	3.6 Nacontrole formulieren	5
	3.7 Mogelijkheid tot eten / drinken	5
4	Randori opzet	6
	4.1 Randori verloop	6
	4.2 Scores	6
5	Gewichtscategorieën	7
6	Conclusie	8

1 Introductie

Nu het corona vaccin wordt uitgerold wordt het tijd om weer vooruit te kijken. Wij lopen al enkele jaren rond met het idee een senioren competitie te organiseren en dit lijkt ons een uitgelezen mogelijkheid om dit te doen. De opzet en de gedachten achter deze competitie hopen wij met deze brief duidelijk te maken. Het is ook een startpunt voor feedback en verdere discussie. Hierbij:

de Kameraden Divisie.

Het doel van de Kameraden Divisie is om wedstrijdjudo toegankelijker te maken. In de huidige situatie zijn er enkele jeugdtoernooien die allemaal met groot succes judo promoten en enthousiasme kweken. Tegen de tijd dat judoka 12 of 15 jaar oud worden zijn er helaas nog weinig zulke toernooien en bij de senioren, topsporters uitgezonderd, is er eigenlijk geen mogelijkheid veilig aan competitie deel te nemen. In vergelijking met andere sporten zoals voetbal en waterpolo is dit een groot verlies. Wij hebben daarom het doel gesteld een wedstrijdvorm te maken waar iedereen veilig aan kan deelnemen.

Enkele jaren geleden hebben we als experiment samen met Budoclub Voorburg een ne-waza toer nooi gehouden. Dit was een groot succes met nul ongelukken en nul blessures. Met dit in gedachten hebben we de Kameraden Divisie bedacht. De opzet van deze competitie is dat enkele judoclubs samen een teamcompetitie draaien waarbij alle wedstrijden volledig in ne-waza afspelen. Elke club zou jaarlijks ´e´en keer een toernooiavond organiseren waarbij alle andere clubs uitgenodigd worden om punten te verdienen. Door deze wedstrijden verspreid over het jaar te houden komen alle deel nemers elkaar regelmatig tegen en komt er enige regelmaat in het draaien van competities, wat de veiligheid van wedstrijden ook zou moeten verhogen. Daarbij komt dat door in teamverband te judo´en de drempel voor deelname verder verlaagd wordt: je staat dan nooit alleen op de mat.

De precieze regels omtrent deze competitie liggen nog niet vast en staan dan ook open voor sug gesties. In de huidige vorm is het idee dat 4 teams meedoen (Guan Lin, Westland Kodokan, Budoclub Voorburg en Budo Gouweleeuw), ieder met 5 deelnemers. De regels omtrent gewicht sklassen zijn er speciaal gericht op dat er geen situaties ontstaan waarbij senioren met een baan en druk gezinsleven ook nog moeten afvallen. Ook hebben wij idee´en hoe gezorgd kan worden dat de competitie voor iedereen, dus expliciet ook voor vrouwen, toegankelijk is. Uiteraard zijn alle aanbevelingen welkom om dit een succes te maken.

Wedstrijden zijn tot 3 minuten beperkt zonder golden score maar met de mogelijkheid tot gelijk spel. Een andere toevoeging is dat shido gegeven zullen worden voor passief judo zoals opstaan om te ontsnappen of verdedigen op de buik ipv aan te vallen. Verder willen we het zoveel mogelijk bij het bestaande judo houden, maar veranderingen zijn natuurlijk altijd nog mogelijk.

Wij kijken uit naar een gesprek waar we het hier verder over kunnen hebben. We hopen dat we snel samen van start kunnen gaan met een uitbreiding van het judolandschap!

2 Competitieopzet

In het eerste seizoen zal de competitie bestaan uit vier teams. Elk team zal een competitie avond organiseren zodat er in totaal vier bijeenkomsten zijn over het jaar.

Bij deze competitie avonden zullen enkele partijen gedraaid worden tussen teams. Aan het eind van het seizoen zullen alle teams alle andere teams drie maal zijn tegengekomen. Dit betekent dat je niet elke keer tegen dezelfde teams judoot.

Elke competitieavond worden er dus 4 of 5 partijen gespeeld, elk bestaande uit 5 randori's (een voor elke gewicht categorie). Bij elke partij wordt bijgehouden hoeveel randori's elk team heeft gewonnen. Aan het eind van het seizoen is dan te zien hoeveel partijen en randori's elk team gewonnen heeft, vergelijkbaar met de punten en doelsaldo in de Eredivisie.

Het team dat de meeste partijen gewonnen heeft zal aan het eind een "wissel gi" winnen. Deze wordt dan natuurlijk het volgende seizoen weer doorgegeven aan de volgende winnaars.

3 Organisatie van een competitieavond

Elk team zal gedurende het seizoen eenmaal een competitieavond organiseren. In tabel 1 is te zien hoe zo'n avond ingedeeld is. Het is hierbij belangrijk dat de cooling down om 9 uur 's avond afgerond is zodat iedereen die dat wil naar huis kan. Het kan ook 's middags georganiseerd worden, dit is enkel een voorbeeld.

Tabel 1: Schema competitieavond

Tijd	Activiteit
17.45 - 18.00	Aankomst
18.00 - 18.20	Wegen
18.30 - 19.00	Gezamenlijke warming up
19.00 - 20.30	Randori
20.30 - 20.45	Gezamenlijke cooling down
20.45	Nacontrole formulieren
21.00 - 21.30	Mogelijkheid tot eten / drinken

3.1 Aankomst

Aangezien veel deelnemers nog nooit op bezoek zijn geweest bij de andere clubs is het belangrijk dat iedereen precies weet waar ze moeten zijn. Het zou daarom fijn zijn als alle clubs een routebeschrijving kunnen geven indien ze op een lastig te komen plek zitten. De organisatie zal deze dan doorsturen naar de andere teams. Ook informatie over dingen zoals parkeergelegenheden en openbaar vervoer is handig om te hebben.

Wij adviseren de teams zoveel mogelijk samen te reizen; dat is gezellig en is makkelijker parkeren.

3.2 Wegen

De precieze opzet voor de gewichtscategoriën is te vinden in hoofdstuk 5. Wel is het belangrijk dat teams ieder gezamenlijk wegen en dit gebeurt in pak. Dit betekent dus dat het gewicht van het pak meegerekend wordt in het gewicht van de judoka.

3.3 Gezamenlijke warming up

De organiserende club wordt ook gevraagd een gezamenlijke warming up te doen. Het is hierbij de bedoeling dat judoka samen judo'en met judoka van andere clubs.

De warming up begint met een groet, daarna is de vrijheid volledig aan de club zelf hoe ze de warming up willen doen, zolang dit maar veilig is. Er is dus bijvoorbeeld ook ruimte voor randori, uchi-komi of een kort judo lesje.

3.4 Randori

De regels van de randori worden beschreven in hoofdstuk 4.

Er zullen meestal 6 partijen per competitieavond plaatsvinden. Aangezien elke partij bestaat uit 5 randori van maximaal 3 minuten zou dit met één mat in ongeveer anderhalf uur moeten kunnen. In het programma staat daar nu anderhalf uur voor zodat zeker is dat het niet later uitloopt dan verwacht.

Hierbij moeten de volgende dingen aanwezig zijn:

- gediplomeerde EHBO'er
- minimaal 2 m ruimte tussen de rand van de wedstrijd mat en gevaarlijke objecten (zoals een muur, kast, tafel of bank)
- 1 scheidsrechter die op de hoogte is van de regels, zie hoofdstuk 4
- 2 tafelscheidsrechters die bekend zijn met de formulieren
- een complete wedstrijdtafel
 - 2 stopwatches
 - een scorebord
 - uitgeprinte wedstrijdformulieren
 - pennen

3.5 Gezamenlijke cooling down

Na de laatste randori is er een gezamenlijke cooling down. Deze bestaat uit enkele minuten joggen, rekken. Aan het eind wordt afgegroet.

3.6 Nacontrole formulieren

Voordat de deelnemers weg gaan worden de opgeschreven resultaten gecontroleerd door de team captains. Als deze zijn goedgekeurd zetten ze hun handtekening. Nadat dit gebeurd is worden deze resultaten niet meer aangepast.

3.7 Mogelijkheid tot eten / drinken

Aan het eind zou het fijn zijn als er mogelijkheid is om iets te eten of te drinken. De club mag zelf weten of dit te koop is of dat ze door de club worden aangeboden.

Bij de Kameraden Divisie wordt géén alcohol geschonken.

4 Randori opzet

Om te zorgen dat de randori's veilig plaatsvinden is het belangrijk dat iedereen op de hoogte is van de regels. Lees deze alstublieft aandachtig want er zijn een aantal verschillen met de standaard IJF reglementen.

De allerbelangrijkste regel is echter:

Randori gaat altijd in de geest van het judo,
het doel is dat iedereen heel naar huis gaat

4.1 Randori verloop

De judokas beginnen geknield tegenover elkaar in het midden van de mat. Nadat de scheidsrechter heeft aangegeven dat de wedstrijd begint (hajime) mogen ze proberen een punt te scoren.

De scheidsrechter legt de randori stil (mate) indien:

- De judoka volledig buiten de wedstrijd mat geraakt; indien er een houdgreep is wordt ippon gegeven
- Een judoka op staat zonder intentie van aanvallen
- Er een gevaarlijke situatie is

De randori eindigt (mate soro-made) als:

- Er een ippon is gescoord
- Een judoka twee waza-ari heeft gescoord
- Een judoka 3 shido heeft
- De wedstrijdduur is verstreken

4.2 Scores

Scores kunnen door de volgende manieren behaald worden:

- Punten kunnen gescoord worden dmv controles:
 - Houdgreep van 10 tot 20 seconden: waza-ari
 - Houdgreep van 20 seconden: ippon
 - Verwuring resulterend in aftikken: ippon
 - Armklem resulterend in aftikken: ippon
 - Indien de scheidsrechter vindt dat een controle goed genoeg is aangezet mag hier ook een ippon voor worden gegeven; dit om gebroken armen en dergelijke te voorkomen. Tegen dergelijke besluiten kan geen bezwaar worden gemaakt.
- Voor passief judo zal na een eerste waarschuwing een shido gegeven worden, voorbeelden van passief judo zijn:
 - Op de buik liggen zonder intentie aan te vallen
 - Van de mat af kruipen
 - Opstaan om te ontsnappen uit een controle
- Voor gevaarlijk judo mag direct een shido gegeven worden

De winnaar wordt als volgt bepaald:

- Indien er punten zijn gescoord (waza-ari of ippon), wint de judoka met het hoogste punt
- Als de score gelijk is, wint de judoka met de minste shido
- Als ook het aantal shido's gelijk is, is het gelijkspel

5 Gewichtscategorieën

Er zijn in totaal 5 gewicht categorieën. Er zijn speciale regels omtrent deze categorieën om het makkelijker te maken een vol team te krijgen en te voorkomen dat mensen onnodig gaan afvallen. De categorieën staan beschreven in tabel 2.

Tabel 2: Gewicht categorieën, gewicht is inclusief pak

	Gewicht
Vrouwen	open, maximaal 15 kg verschil
Gemengd	70 -
Gemengd	80 -
Gemengd	90 -
Gemengd	90 +

Er is besloten om één vrouwencategorie te maken. Als blijkt dat dit niet genoeg is kunnen we tijdens het seizoen nog besluiten een van de gemengde categorieën naar een vrouwen categorie te veranderen. Het is uiteraard ook toegestaan voor vrouwen om mee te doen met de gemengde categorieën.

De vrouwen categorie heeft geen gewichtsklasse. In plaats daarvan worden de gewichten opgeschreven en indien de deelnemers meer dan 15 kg verschillen wordt de partij als een gelijkspel genoteerd om gevaarlijke situaties te voorkomen. Indien beide deelnemers willen kan de partij nog steeds plaatsvinden voor spek en bonen.

Om te zorgen dat teams makkelijker vol kunnen worden gemaakt is er in totaal 5 kg "overvloeigewicht". Dit betekent dat het volledige team samen 5 kg teveel mag wegen. Een rekenvoorbeeld is te zien in tabel 5. In dit voorbeeld is er in totaal minder dan 5 kg teveel en kan het team dus zo meedoen. Let hierbij op dat er geen "bonus gewicht" van één judoka naar een andere kan worden overgeheveld: zie categorie 70 - in het rekenvoorbeeld.

Table 3: Rekenvoorbeeld "overvloeigewicht"

Categorie	Gewicht	Verschil
Vrouwen open	62	—
Gemengd 70 -	65	0
Gemengd 80 -	82	2
Gemengd 90 -	92	2
Gemengd 90 +	96	0
totaal		4

Als het niet lukt een team vol te krijgen mogen teams altijd judoka wisselen. Het is niet de bedoeling dit te doen om competitieverloop te beïnvloeden.

6 Conclusie

Het doel van de Kameraden Divisie is om competitie toegankelijk te maken voor senioren door middel van ne-waza randori. Om dit een succes te maken moet er extra veel aandacht zijn voor de veiligheid en laagdrempeligheid van deelname. Hoe dit gedaan kan worden is in dit bestand zo goed mogelijk uitgelegd.

Het is natuurlijk nog een eerste aanzet. Hopelijk kunnen we in oktober de eerste bijeenkomst organiseren. Tot die tijd, en ook daarna, willen we het concept zo veel mogelijk verbeteren. Voor vragen of suggesties staan wij dan ook altijd open. We zijn te bereiken op:

- bellen: 06-33816681
- whatsapp: 06-33816681
- Nathan@kameradendivisie.nl

Bedankt, en hopelijk tot gauw!