ASSOCIAÇÃO GRAMADENSE DE JIU-JITSU

GRADUAÇÃO FAIXA MARROM

Mestre Responsáveis

Daniel Neto Fazuelli

Roger Vidal

Jeferson Mewius

Rogerio de Almeida

Rafael Cavalli

Benicio Norte

Versão atualizada em março de 2026

1. HISTÓRIA DA ASSOCIAÇÃO GRAMADENSE DE JIU-JITSU

A Associação Gramadense de Jiu-Jitsu (AJJG) nasceu de um sonho: oferecer oportunidades e transformar vidas por meio da arte marcial. Fundada em 2010, a associação começou como um projeto social chamado “Jiu-Jitsu Formando Cidadãos”, idealizado para proporcionar acesso gratuito ao esporte para crianças e jovens sem condições financeiras.

Nos primeiros anos, a AJJG realizou suas atividades no Centro Municipal de Esportes José Francisco Perini, em Gramado, graças ao apoio da prefeitura municipal. Ali, o projeto ganhou forma, oferecendo aulas gratuitas de Jiu-Jitsu para crianças e, posteriormente, ampliando-se para incluir turmas de adultos.

Com o tempo, alunos adultos se destacaram, avançaram em suas graduações e se tornaram instrutores das novas gerações, criando uma verdadeira comunidade unida em torno do esporte e de seus valores.

Embora a AJJG tenha iniciado suas atividades em 2010, sua formalização como associação ocorreu em março de 2013. Este marco trouxe novas oportunidades, como a integração com programas assistenciais da prefeitura de Gramado, incluindo os projetos SAPECA e PRÓ-JOVEM.

Essas iniciativas reforçaram o compromisso da AJJG com a formação cidadã. Mais do que ensinar técnicas de Jiu-Jitsu, o objetivo era estimular valores como disciplina, respeito, colaboração e elevar a autoestima das crianças e jovens participantes.

O sucesso do projeto foi evidente: em seu primeiro ano formal, cerca de 150 alunos participaram, muitos deles conquistando medalhas em campeonatos e representando com orgulho a associação.

Desde sua fundação, a AJJG tem colhido resultados impressionantes. Sua estreia competitiva, na I Copa Gaúcha, realizada em Porto Alegre em 5 de maio de 2013, rendeu três medalhas de ouro e uma de prata.

De 2010 até a presente data, a AJJG participou de competições municipais, estaduais e nacionais, somando centenas de medalhas e dois títulos de campeões estaduais. Hoje, a academia é reconhecida e registrada nos principais órgãos reguladores

de Jiu-Jitsu, como a CBJJ (Confederação Brasileira de Jiu-Jitsu) e a IBJJF (International Brazilian Jiu-Jitsu Federation), sob o nº 11076.

2. OBJETIVOS

Promover a integração e desenvolvimentos das pessoas participantes do projeto ao ofertar horas semanais de aulas de Jiu-jitsu, atividade que possibilita a criança e ao adolescente sua proteção e promoção junto à comunidade e família através de atividades de convívio social. Sendo que ao ofertamos aulas de Jiu-Jitsu percebemos ajuda no crescimento e desenvolvimento, disciplinar, corporal, mental bem como recreativo e de integração, tornando-se uma diversão afastando seus praticantes das drogas lícitas e ilícitas tendo em vista que se trabalha a disciplina, sendo uma forma de reflexão, conscientização, valorização da autoestima e de transformação social.

3. A ORGANIZAÇÃO

A AJJG é mais do que um local de treino: é uma família. Desde seu início, a associação tem se destacado por unir pessoas em torno do Jiu-Jitsu, criando laços de amizade e companheirismo.

Com perseverança e dedicação, a AJJG se tornou um núcleo único, comprometido com a formação de cidadãos melhores e a construção de um futuro promissor para crianças e jovens. Por meio do esporte, plantamos sementes de valores verdadeiros e colhemos histórias de superação e conquistas.

3.1 Visão

Ser referência no ensino e promoção do Jiu-Jitsu na região de Gramado, formando atletas e cidadãos comprometidos com os valores de respeito, disciplina e evolução constante, dentro e fora dos tatames.

3.2 Missão

Promover a prática do Jiu-Jitsu como uma ferramenta de transformação pessoal e social, oferecendo um ambiente seguro, inclusivo e motivador, onde crianças, jovens e adultos possam desenvolver suas habilidades técnicas, físicas e emocionais.

3.3 **Valores**

- **Respeito:** Honramos nossos companheiros de treino, adversários e toda a comunidade.
- **Disciplina:** Compromisso com o aprendizado contínuo e a prática ética do esporte.
- **União:** Cultivamos uma atmosfera de apoio mútuo, onde todos crescem juntos.
- **Superação:** Incentivamos a persistência e a busca constante por melhorias em cada etapa da jornada.
- **Ética:** Agimos com integridade em todas as nossas atividades

4. HISTÓRIA DO JIU JITSU

4.1 Teorias sobre o surgimento do Jiu-Jitsu

Segundo algumas teorias, monges budistas da Índia praticavam técnicas de autodefesa sem armas, pois viajavam com frequência e não podiam carregar armamentos.

De acordo com essa teoria, o Jiu-Jitsu teria suas origens nos templos budistas da Índia. Com o passar do tempo, essas técnicas teriam se espalhado junto com o Budismo, chegando primeiro à China e posteriormente ao Japão.

No entanto, não existe um consenso histórico sobre o surgimento exato do Jiu-Jitsu. Muitos estudiosos também associam o desenvolvimento dessas técnicas aos primeiros grandes conflitos e batalhas entre sociedades antigas, onde surgiu a necessidade de métodos eficientes de combate corpo a corpo. Os monges dos monastérios indianos eram proibidos, pela religião, de se defender com armas. Mas em suas longas caminhadas, eram atacados por bandidos, nascendo então à necessidade de defesa corpo-a-corpo. Em função de suas características físicas e por sua alimentação ser baseada grande parte em cereais os monges tinham aspecto frágil, de corpo franzino. Preocupados com a autodefesa desenvolveram uma técnica baseada nos princípios do equilíbrio, do sistema de articulação do corpo e das alavancas, evitando o uso da força e de armas.

4.2 O Jiu-Jitsu como arte de guerra – Período Edo (1603–1868)

No Japão feudal, o Jiu-Jitsu era um conjunto de técnicas de combate utilizado principalmente pelos samurais.

Seu desenvolvimento se consolidou durante o Período Edo (1603–1868), época marcada pelo governo do Clã Tokugawa. Nesse período surgiram diversas escolas (ryu) que ensinavam técnicas de projeção, imobilização, estrangulamentos e chaves articulares, utilizadas especialmente quando o guerreiro perdia suas armas no campo de batalha.

Nesse período o Japão viveu relativa estabilidade política, mas os guerreiros samurais continuavam treinando diversas artes de combate. O Jiu-Jitsu foi desenvolvido principalmente para situações em que o guerreiro estivesse desarmado ou com a espada inutilizada, especialmente quando enfrentava um oponente armado ou usando armadura. As técnicas priorizavam:

- Alavancas articulares
- Projeções
- Estrangulamentos
- Imobilizações

A lógica era usar técnica e eficiência em vez de força bruta, princípio que está no próprio nome "ju-jutsu", que significa aproximadamente "arte suave" ou "arte da flexibilidade".

Diversas escolas tradicionais, chamadas **ryu**, surgiram nessa época, cada uma com seu próprio sistema de combate. Essas escolas formaram a base técnica do que mais tarde evoluiria para o judô e o jiu-jitsu moderno.

4.3 A transição do Período Meiji e o surgimento do Judô

Em 1868, ocorreu a Restauração Meiji, que marcou o fim do sistema feudal japonês e o início da modernização do país. Com o fim da classe samurai, muitas artes marciais tradicionais perderam espaço na sociedade. Algumas escolas de jiu-jitsu entraram em declínio, pois eram vistas como práticas antigas associadas ao período feudal.

Foi nesse contexto que surgiu uma das figuras mais importantes da história das artes marciais: Jigoro Kano. Kano estudou diferentes escolas de jiu-jitsu e percebeu que muitas técnicas eram eficazes, mas que o método de ensino poderia ser melhor estruturado. Em 1882, ele fundou o Judô e criou o Kodokan.

As principais transformações feitas por Kano foram:

- Organização pedagógica do treinamento

- Retirada de técnicas consideradas muito perigosas

- Introdução do **randori** (treino livre) como método central
- Criação de um sistema educacional baseado em valores

Kano também estabeleceu princípios filosóficos importantes, como:

- **Seiryoku Zenyo** – melhor uso da energia
- **Jita Kyoei** – prosperidade e benefício mútuo

O Judô rapidamente se tornou uma arte marcial respeitada no Japão e começou a se espalhar pelo mundo.

4.4 A expansão internacional – Mitsuyo Maeda (Conde Koma)

Um dos grandes responsáveis pela expansão do Judô e do jiu-jitsu pelo mundo foi Mitsuyo Maeda, também conhecido como Conde Koma. Maeda era aluno do Kodokan e participou de diversas viagens internacionais promovendo demonstrações e desafios de luta. Ele viajou pela Europa, Estados Unidos, Caribe e América Latina demonstrando a eficácia do jiu-jitsu/judô em combates reais. Em 1914, Maeda chegou ao Brasil e passou a ensinar sua arte em diferentes cidades. Foi nesse período que ele conheceu a família Gracie e iniciou um processo que mudaria a história das artes marciais no país.

4.5 O desenvolvimento do Jiu-Jitsu brasileiro – Era Gracie

No Brasil, Maeda ensinou a arte para Carlos Gracie, que posteriormente transmitiu o conhecimento para seus irmãos, incluindo Helio Gracie. A família Gracie passou então a adaptar as técnicas aprendidas, dando grande ênfase a:

- Luta no chão
- Controle posicional
- Finalizações
- Eficiência para pessoas fisicamente menores

Esse processo levou ao surgimento do Brazilian Jiu-Jitsu, que se tornou uma evolução prática do sistema original, com grande foco em combate real e eficiência técnica. Durante o século XX, a família Gracie promoveu diversos desafios de luta para demonstrar a eficácia do jiu-jitsu. Essas lutas ajudaram a consolidar a reputação da arte no Brasil.

Décadas depois, o jiu-jitsu brasileiro ganhou projeção mundial com o crescimento do Ultimate Fighting Championship, onde Royce Gracie demonstrou a eficiência da arte contra diferentes estilos de luta.

A história do jiu-jitsu mostra uma grande evolução ao longo dos séculos. A arte nasceu como um sistema de combate dos samurais no Japão feudal, passou por uma reformulação educacional com Jigoro Kano, expandiu-se internacionalmente através de Mitsuyo Maeda, e finalmente ganhou uma nova identidade no Brasil com a família Gracie.

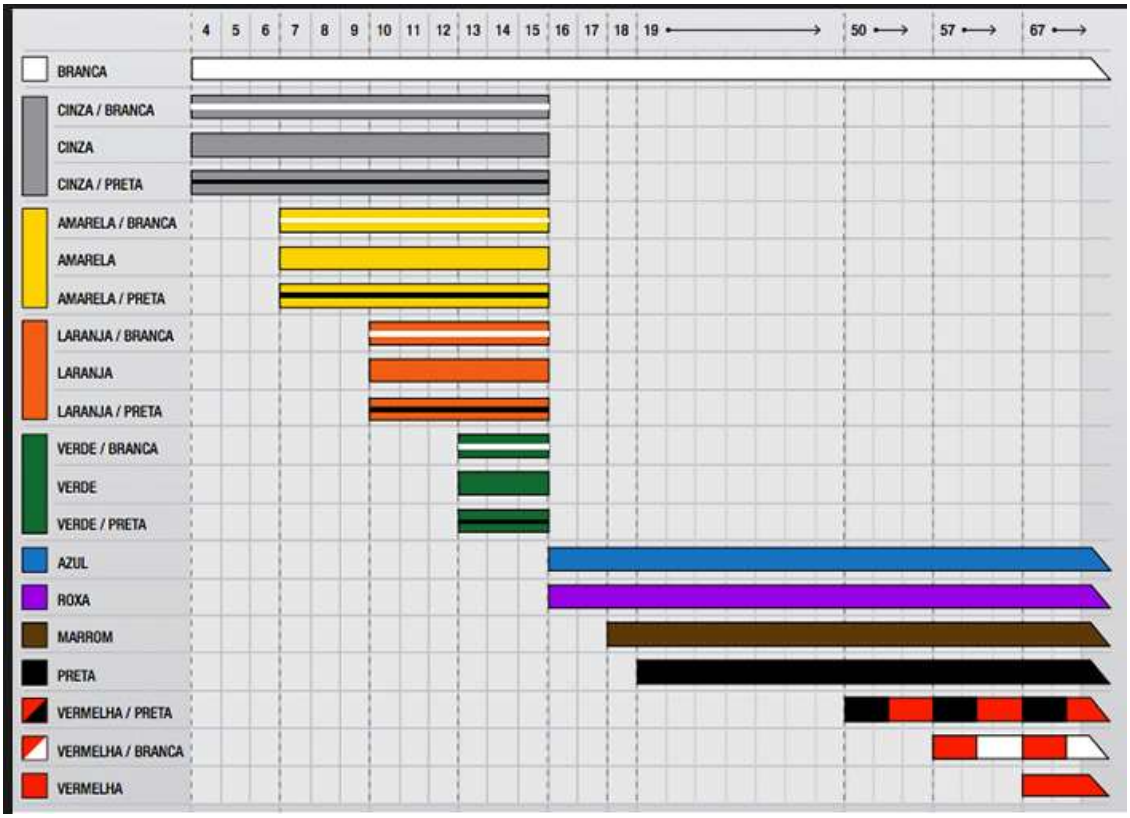
Hoje, o jiu-jitsu é praticado em todo o mundo, tanto como arte marcial, esporte e ferramenta educacional, mantendo princípios antigos de técnica, disciplina e eficiência.

Linha do tempo do Jiu-Jitsu

- **Antiguidade** – Possíveis influências de técnicas de combate sem armas na Índia.
- **Séculos XV–XVI** – Desenvolvimento de escolas de Jiu-Jitsu no Japão.
- **1603–1868** – Consolidação das técnicas no Período Edo.
- **1882 –** Jigoro Kano cria o Judô.
- **1914 –** Mitsuyo Maeda chega ao Brasil.
- **Século XX** – Desenvolvimento do Jiu-Jitsu Brasileiro.

5. GRADUAÇÃO NO JIU-JITSU.

Imagem 1 – Sistema de graduação no Jiu-Jitsu



Fonte: Pôster de graduação acessado no site www.cbjj.com.br

5.1 Período mínimo por faixa

A graduação dos praticantes obedece aos seguintes períodos mínimos de permanência em cada cor de faixa:

5.1.1 Atletas entre 04 e 15 anos (Pré-Mirim 1 até Infanto-Juvenil 3)

Não há período mínimo de permanência em cada faixa.

5.1.2 Atletas de 16 e 17 anos (Juvenil 1 e Juvenil)

a. **Faixa Branca:** Não há tempo mínimo

b. **Faixa Azul:** não há tempo mínimo se o atleta tiver cadastro anterior na Faixa Verde.

c. **Faixa Roxa**: encontre no Artigo 3.1.3. III os períodos mínimos de permanência na Faixa Roxa na Categoria Adulto. Os atletas são elegíveis a Faixa Marrom apenas na Categoria Adulto.

5.1.3 Atletas a partir dos 18 anos

Faixa Branca à Faixa Preta (Adulto e Masters), sendo permitida a graduação à faixa preta aos 18 anos apenas para atletas campeões mundiais adultos na faixa marrom.

a. **Faixa Branca:** Não há tempo mínimo

b. **Faixa Azul:**

- 2 (dois) anos.
- 1 (um) ano se o atleta tiver cadastro anterior na Faixa Cinza, Amarela ou Laranja.
- Não há tempo mínimo se o atleta tiver cadastro anterior na Faixa Verde.
- Não há tempo mínimo se o atleta tiver cadastro anterior na Faixa Azul Juvenil.
- Não há tempo mínimo se o atleta for o Campeão Mundial adulto na faixa azul.

c. **Faixa Roxa:**

- 1 (um) ano e meio.
- 1 (um) ano se o atleta tiver cadastro anterior na Faixa Azul Juvenil.
- Não há tempo mínimo se o atleta tiver cadastro anterior como faixa Laranja ou faixa Verde e como faixa Azul Juvenil.
- Não há tempo mínimo se o atleta tiver cadastro anterior como faixa Roxa Juvenil.
- Não há tempo mínimo se o atleta for o Campeão Mundial adulto na faixa Roxa.

d. **Faixa Marrom:**

- 1 (um) ano.
- Não há tempo mínimo se o atleta for o Campeão Mundial adulto na faixa Marrom.

e. **Atletas a partir da Faixa Preta**

- Faixa Preta: 31 anos.
- Faixa Vermelha e Preta: 7 anos.
- Faixa Vermelha e Branca: 10 anos.
- Faixa Vermelha: indefinido.

Os prazos descritos para atletas a partir da faixa preta são obrigatórios. Esses prazos determinam quanto tempo o atleta deve permanecer em cada faixa.

Imagem 2 – Período mínimo de tempo nas faixas azul, roxa e marrom

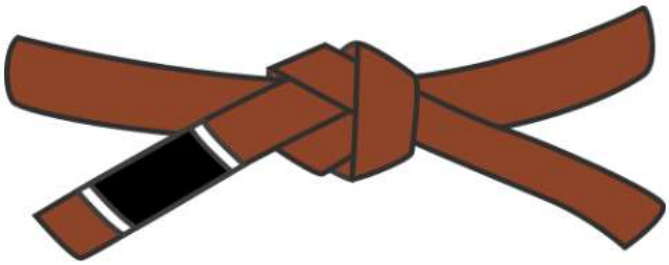
Fonte: Pôster de graduação acessado no site www.cbjj.com.br

Imagem 3 – Período mínimo de tempo a partir da faixa preta

Fonte: Pôster de graduação acessado no site www.cbjj.com.br

FAIXA MARROM

ASSOCIAÇÃO GRAMADENSE DE JIU JITSU



6. FUNDAMENTOS DO JIU JITSU E TECNICAS DE DEFESA PESSOAL.

FUNDAMENTOS DE JIU-JITSU	
1	AMARRAR A FAIXA.
2	ROLAMENTO DE FRENTE.
3	ROLAMENTO DE COSTAS.
4	ROLAMENTO LATERAL.
5	FUGA DE QUADRIL.
6	FUGA DE QUADRIL DE FRENTE.
7	FUGA VIRANDO DE QUATRO APOIOS.
8	FUGA DE QUADRIL BATE E VOLTA.
9	CHAMAR PARA GUARDA FECHADA.
10	CHAMAR PARA GUARDA ABERTA.
11	CHAMAR PARA A MEIA GUARDA.
12	PEGADAS BÁSICA ESTANDO EM PÉ.

DEFESA PESSOAL	
13	DEFESA DA SEGURADA NO OMBRO.
14	DEFESA DE SEGURADA NO GOGÓ.
15	DEFESA DA SEGURADA DO GOGÓ NA PAREDE.
16	SAÍDA DO ABRAÇO DE URSO DE FRENTE.
17	SAÍDA DO ABRAÇO DE URSO DE COSTAS. (COM E SEM BRAÇOS).
18	SAIDA DA GRAVATA DE LADO.
19	DEFESA GUILHOTINA DO DOBLE LEG (COM BRAÇO E SEM).
20	SAÍDA DA GRAVATA NO CHÃO.
21	DEFESA DO DOBLE LEG E DO SINGLE LEG.
22	LEVANTADA TECNICA NO CHÃO COM PISÃO.
23	DEFESA DO MATA LEÃO
24	DEFESA DO MATA LEÃO QUANDO PUXADO PARA TRÁS.
25	SAÍDA DO PISÃO FRONTAL INDO PARA AS COSTAS E DERRUBANDO.
26	SAÍDA DO PUXÃO DE CABELO.
27	PISÃO.
28	DEFESA DA PEGADA DO SEGURANÇA.
29	LEVANTADA TÉCNICA DA GUARDA FECHADA.
30	DEFESA CONTRA SOCO (JAB OU MATA COBRA)

6.1 TECNICAS E FORMA DE AVALIAÇÃO PARA FAIXA ROXA

NA PROVA SERÃO ESCOLHIDAS 20 POSIÇÕES, COM O ALUNO PODENDO TER SOMENTE 5 ERROS:

QUEDAS	
31	KOUCHI GARI
32	SEOI NAGE
33	SUMI GAESHI (DEFESA DO SINGLE LEG)
34	ANKLE PICK (PEGADA DE CALCANHAR)

ATAQUES PASSANDO A GUARDA	
35	LEG LOCK COM ADVERSÁRIO COM GUARDA ABERDA
36	AMERICANA DE PÉ COM ADVERSÁRIO COM GUARDA ABERTA

ATAQUES DA GUARDA	
37	PEGAR AS COSTAS DA DELARIVA
38	PEGAR AS COSTAS DA GUARDA X
39	FINALIZAÇÃO DA DELARIVA
40	CHAVE DE BÍCEPS DA GUARDA LAÇO
41	TRIÂNGULO PARTINDO DA DELARIVA
42	ARMLOCK PARTINDO DA GUARDA X

ATAQUES LATERAIS	
43	ESTRANGULAMENTO DE LAPELA DO NORTE SUL
44	TARIKOPLATA
45	BARATOPLATA
46	CANTO CHOKE
47	BASEBALL CHOKE

ATAQUES DA MONTADA	
48	3 ESTRANGULAMENTOS DE LAPELA

MEIA-GUARDA	
49	RASPAGEM LAÇANDO O BRAÇO
50	RASPAGEM FIO DENTAL
51	RASPAGEM DE MEIA PROFUNDA FECHANDO TRIÂNGULO NA PERNA
52	RASPAGEM DE MEIA PROFUNDA ABRINDO A LAPELA
53	PASSAGEM COM CABEÇA NO CHÃO INDO PARA CEM QUILOS 2 NO LADO OPOSTO À CABEÇA
54	PASSAGEM COM CABEÇA NO CHÃO INDO PARA MONTADA
55	PASSAGEM ABRINDO O CASACO
56	PASSAGEM DE MEIA INVERTIDA

PASSAGENS DE GUARDA	
57	PASSAGEM DE GUARDA ARANHA COLOCANDO OS PÉS DO ADVERSÁRIO NO CHÃO
58	PASSAGEM DE GUARDA ARANHA COM BARRIGADA FECHANDO OS COTOVELOS
59	PASSAGEM DE GUARDA GANCHO
60	PASSAGEM DE GUARDA DELARIVA
61	PASSAGEM DE GUARDA X
62	2 PASSAGENS DE GUARDA LAÇO

RASPAGENS DE GUARDA	
63	RASPAGEM NA MIRAGAYA SEGURANDO MANGA E PERNA
64	RASPAGEM NA MIRAGAYA SEGURANDO FAIXA E PERNA
65	JOGA FORA NO LIXO
66	2 RASPAGENS NA DELARIVA
67	2 RASPAGENS DE GUARDA LAÇO
68	3 RASPAGENS DA GUARDA X

ESCAPADAS E SAÍDAS	
69	TRANSIÇÃO DA GUARDA GANCHO PARA GUARDA X
70	TRANSIÇÃO DA GUARDA DELARIVA PARA GUARDA X

7. CATEGORIAS DE IDADE NO JIU-JITSU

Imagem 4 – Categorias de idade no Jiu-Jitsu

Categoria	Idade pelo ano de nascimento ANO CORRENTE – O ANO DE NASCIMENTO = IDADE DO ATLETA
Pré-Mirim 1	4
Pré-Mirim 2	5
Pré-Mirim 3	6
Mirim 1	7
Mirim 2	8
Mirim 3	9
Infantil 1	10
Infantil 2	11
Infantil 3	12
Infanto-Juvenil 1	13
Infanto-Juvenil 2	14
Infanto-Juvenil 3	15
Juvenil 1	16
Juvenil 2	17
Adulto	18 - 29
Master 1	30 - 35
Master 2	36 - 40
Master 3	41 - 45
Master 4	46 - 50
Master 5	51 - 55
Master 6	56 - 60
Master 7	61 e acima

Fonte: Sistema geral de graduação acessado em www.cbjj.com.br

8. CATEGORIAS DE PESO NO JIU-JITSU

Imagem 5 – Categorias de peso no Jiu-Jitsu – categorias Kids

CRIANÇAS DOS 4 ANOS ATÉ AO ANO EM QUE FAZEM 15 ANOS (NO ANO DE 2026)

PESO	PRÉ MIRIM			MIRIM			INFANTIL			INFANTO JUVENIL		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
	NASCIDO EM 2022	NASCIDO EM 2021	NASCIDO EM 2020	NASCIDO EM 2019	NASCIDO EM 2018	NASCIDO EM 2017	NASCIDO EM 2016	NASCIDO EM 2015	NASCIDO EM 2014	NASCIDO EM 2013	NASCIDO EM 2012	NASCIDO EM 2011
Galo												
Kimono Trançado	12.00	14.70	17.90	18.20	21.00	24.00	27.00	30.20	32.20	36.20	40.30	44.30
Pluma												
Kimono Trançado	14.70	17.90	18.90	21.00	24.00	27.00	30.20	33.20	36.20	40.30	44.30	48.30
Pena												
Kimono Trançado	18.00	20.00	22.00	24.00	27.00	30.20	33.20	36.20	40.30	44.30	48.30	52.50
Leve												
Kimono Trançado	21.00	24.00	25.00	27.00	30.20	33.20	36.20	39.30	44.30	48.30	52.50	56.50
Médio												
Kimono Trançado	24.00	26.00	28.00	30.20	33.20	36.20	39.30	42.30	48.30	52.50	56.50	60.50
Meio Pesado												
Kimono Trançado	27.00	29.00	31.20	33.20	36.20	39.30	42.30	45.30	52.50	56.50	60.50	65.00
Pesado												
Kimono Trançado	30.00	32.00	34.20	36.20	39.30	42.30	45.30	48.30	56.50	60.50	65.00	69.00
Super Pesado												
Kimono Trançado	33.00	35.00	37.20	39.30	42.30	45.30	48.30	51.50	60.50	65.00	69.00	73.00
Pesadíssimo	Não há limite de peso	Não há limite de peso	Não há limite de peso	Não há limite de peso	Não há limite de peso	Não há limite de peso	Não há limite de peso	Não há limite de peso	Não há limite de peso	Não há limite de peso	Não há limite de peso	Não há limite de peso

Fonte: imagem obtida no site www.fjjgo.com.br

Imagem 6 – Categorias de peso no Jiu-Jitsu – Juvenil, adulto e master

JUVENIS (16 E 17 ANOS), ADULTOS (18 A 29 ANOS), E MASTERS (+ DE 30 ANOS)

WEIGHT DIVISIONS DIVISÕES DE PESO		JUVENILE MALE JUVENIL MASCULINO	ADULT, MASTERS MALE/MASCULINO	ADULT, MASTERS FEMALE/FEMININO	JUVENILE FEMALE JUVENIL FEMININO
ROOSTER *GALO*	MAXIMUM WEIGHT PESO MÁXIMO	53,50 kg	57,50 kg	48,50 kg	44,30 kg
LIGHT FEATHER *PLUMA*	MAXIMUM WEIGHT PESO MÁXIMO	58,50 kg	64,00 kg	53,50 kg	48,30 kg
FEATHER *PENA*	MAXIMUM WEIGHT PESO MÁXIMO	64,00 kg	70,00 kg	58,50 kg	52,50 kg
LIGHT *LEVE*	MAXIMUM WEIGHT PESO MÁXIMO	69,00 kg	76,00 kg	64,00 kg	56,50 kg
MIDDLE *MÉDIO*	MAXIMUM WEIGHT PESO MÁXIMO	74,00 kg	82,30 kg	69,00 kg	60,50 kg
MEDIUM HEAVY *MEIO-PESADO*	MAXIMUM WEIGHT PESO MÁXIMO	79,30 kg	88,30 kg	74,00 kg	65,00 kg
HEAVY *PESADO*	MAXIMUM WEIGHT PESO MÁXIMO	84,30 kg	94,30 kg	79,30 kg	69,00 kg
SUPER HEAVY *SUPER PESADO*	MAXIMUM WEIGHT PESO MÁXIMO	89,30 kg	100,50 kg	No maximum weight Sem peso máximo	No maximum weight Sem peso máximo
ULTRA HEAVY *PESADÍSSIMO*	MAXIMUM WEIGHT PESO MÁXIMO	No maximum weight Sem peso máximo	No maximum weight Sem peso máximo		
OPEN CLASS *ABSOLUTO*		Check the tournament rules. Confira as regras do campeonato	Free/Livre	Free/Livre	Check the tournament rules. Confira as regras do campeonato

Fonte: imagem obtida no site www.fjjgo.com.br

9. CATEGORIAS E TEMPO REGULAMENTAR DE LUTA

As categorias de idade são definidas pela idade que o atleta completou ou completará no ano de realização da edição de cada campeonato. Nas categorias adulto e máster não há limite máximo de idade, mas apenas limite mínimo.

As categorias obedecem aos limites de idade e tempo regulamentar de luta estabelecidos na tabela abaixo:

Imagem 7 – Categorias e tempo regulamentar de luta

CATEGORIA	FAIXA-ETÁRIA	TEMPO REGULAMENTAR DE LUTA
PRÉ-MIRIM I	(Ano atual) - (ano de nascimento) = 4	02 minutos
PRÉ-MIRIM II	(Ano atual) - (ano de nascimento) = 5	02 minutos
PRÉ-MIRIM III	(Ano atual) - (ano de nascimento) = 6	02 minutos
MIRIM I	(Ano atual) - (ano de nascimento) = 7	03 minutos
MIRIM II	(Ano atual) - (ano de nascimento) = 8	03 minutos
MIRIM III	(Ano atual) - (ano de nascimento) = 9	03 minutos
INFANTIL I	(Ano atual) - (ano de nascimento) = 10	04 minutos
INFANTIL II	(Ano atual) - (ano de nascimento) = 11	04 minutos
INFANTIL III	(Ano atual) - (ano de nascimento) = 12	04 minutos
INFANTO-JUVENIL I	(Ano atual) - (ano de nascimento) = 13	04 minutos
INFANTO-JUVENIL II	(Ano atual) - (ano de nascimento) = 14	04 minutos
INFANTO-JUVENIL III	(Ano atual) - (ano de nascimento) = 15	04 minutos
JUVENIL I	(Ano atual) - (ano de nascimento) = 16	05 minutos
JUVENIL II	(Ano atual) - (ano de nascimento) = 17	05 minutos
ADULTO	(Ano atual) - (ano de nascimento) ≥ 18	05 minutos – Branca 06 minutos – Azul 07 minutos – Roxa 08 minutos – Marrom 10 minutos – Preta
MASTER 1	(Ano atual) - (ano de nascimento) ≥ 30	05 minutos – Branca / Azul 06 minutos – Roxa / Marrom / Preta
MASTER 2	(Ano atual) - (ano de nascimento) ≥ 36	05 minutos
MASTER 3	(Ano atual) - (ano de nascimento) ≥ 41	05 minutos
MASTER 4	(Ano atual) - (ano de nascimento) ≥ 46	05 minutos
MASTER 5	(Ano atual) - (ano de nascimento) ≥ 51	05 minutos
MASTER 6	(Ano atual) - (ano de nascimento) ≥ 56	05 minutos
MASTER 7	(Ano atual) - (ano de nascimento) ≥ 61	05 minutos

Fonte: Livro de Regras CBJJ

Os tempos mínimos de descanso entre cada luta são os definidos na tabela abaixo:

- Lutas até a semifinal: Igual ao tempo regulamentar de luta de cada categoria.
- Lutas finais: Dobro do tempo regulamentar de luta de cada categoria.

10. SISTEMA DE PONTUAÇÃO NO JIU-JITSU

Imagem 8 – Sistema de pontuação no Jiu-Jitsu

Sistema de pontuação do Jiu-Jitsu	
Montada / Pegada pelas costas	4
Passagem de guarda	3
Queda / Raspagem / Joelho na barriga	2
Vantagens	1
Punições	-1

Fonte: autor

Os pontos serão assinalados pelo árbitro central da luta sempre que o atleta estabilizar por 3 (três) segundos a posição conquistada.

Quando o movimento correto de defesa de um golpe de finalização acarretar na saída da área de luta, o árbitro assinalará 2 (dois) pontos para o atleta que estava aplicando a finalização (como previsto na regra).

A luta deve seguir uma sequência crescente de domínio técnico em direção à finalização. Por isso, o atleta que voluntariamente abandona uma posição pela qual recebeu pontos para repeti-la em busca de nova pontuação não terá os novos pontos assinalados.

O atleta que chegar a posições de pontuação, mas que estiver sob o ataque de um golpe de finalização do adversário, só terá os pontos assinalados quando se livrar do ataque e estabilizar a posição por 3 (três) segundos.

Caso o atleta conquiste posições de pontuação estando sob golpe de finalização encaixado, mas apenas se livre do golpe após não estar mais nessas posições, não receberá pontos nem vantagens por estas movimentações.

A contagem dos 3 segundos de estabilização de uma ou de várias posições de pontuação será interrompida caso o adversário encaixe uma posição de finalização.

Quando isso acontecer, o atleta receberá uma vantagem para cada uma dessas posições que alcançou, mesmo que seu adversário não esteja mais nessas posições quando soltar o golpe ou se encerre o tempo de luta.

O atleta que chegar a uma ou várias posições (pontos cumulativos), mas que estiver sob o ataque de um golpe de finalização do adversário terá apenas uma vantagem assinalada se não se livrar do ataque até o término da luta.

O atleta poderá receber pontos cumulativos quando evoluir a movimentação através de diversas posições de pontuação no caso do domínio de três segundos da última posição de pontuação representar também o domínio das posições de pontuação anteriores alcançadas na sequência. Nesse caso, o árbitro contará apenas 3 (três) segundos de domínio ao final da sequência para assinalar os pontos.

Ex: Passagem seguida de montada somará 7 (sete) pontos (3+4).

Quando os dois atletas puxam para a guarda ao mesmo tempo, o atleta que for para cima primeiro recebe uma vantagem.

Obs: Caso esse atleta suba diretamente para a imobilização lateral, não receberá pontos ou vantagem pela passagem de guarda.

11. VANTAGENS

A vantagem se caracteriza quando o atleta conquista uma posição passível de pontuação que exige domínio sobre o adversário pelo tempo mínimo de 3 (três) segundos, mas não consegue manter tal domínio.

A vantagem se caracteriza pela movimentação quase completa de uma posição passível de pontuação. O árbitro deve avaliar se o atleta levou real perigo ao adversário, chegando muito próximo de atingir a posição passível de pontuação.

O atleta também terá uma vantagem assinalada quando aplicar uma tentativa de finalização que venha a expor o adversário ao perigo real de desistência. Mais uma vez cabe ao árbitro avaliar a proximidade da finalização.

Imagem 9 – Vantagens

Fonte: Livro de regras CBJJ

A vantagem poderá ser assinalada pelo árbitro mesmo após o término do tempo de luta e antes da proclamação do resultado.

O árbitro só poderá assinalar a vantagem para o atleta quando este não tiver mais possibilidade de chegar à posição de pontuação.

12. PUNIÇÕES

As punições serão aplicadas pelos árbitros com o intuito de garantir o bom andamento da luta e o respeito às regras do esporte e da competição.

As punições são divididas em três níveis de gravidade, são elas:

- Faltas gravíssimas;
- Faltas graves;
- Punição por falta de combatividade.

12.1 Faltas Gravíssimas

12.1.1 Faltas disciplinares: Desclassificação sumária da luta e da competição no momento da infração. Caso o atleta seja desclassificado em uma competição com uso de kimono e também esteja inscrito na competição sem kimono, ele será desclassificado de ambas as competições.

12.1.2 Faltas técnicas: Desclassificação sumária da luta no momento da infração.

12.2 Faltas graves

O árbitro seguirá a seguinte sequência de punições.

- **1ª Falta** – Marcação no placar da primeira punição para o atleta.
- **2ª Falta** – Concessão de uma vantagem para o adversário do atleta punido e marcação no placar da segunda punição para o atleta.
- **3ª Falta** – Concessão de dois pontos para o adversário do atleta punido e marcação no placar da terceira punição para o atleta.

Obs: Nas situações em que os dois atletas forem punidos por falta de combatividade resultando na terceira falta para ambos, a luta será reiniciada em pé.

- **4ª Falta** – Desclassificação do atleta.

As faltas graves são cumulativas entre si e infrações diferentes incidirão na sequência crescente de punições.

Caso o atleta já possua punições marcadas no placar por falta de combatividade, estas punições irão somar com as punições por falta grave.

12.2.1 Faltas graves em categorias até 15 anos

Nas categorias até 15 anos, na quarta e quinta faltas do atleta o árbitro concederá dois pontos em cada falta para o oponente e uma punição por cada falta para o atleta. Apenas na sexta falta o árbitro desclassificará o atleta.

12.3 Punições por falta de combatividade

O árbitro contará 20 (vinte) segundos consecutivos e fará o gesto por falta de combatividade, com o comando verbal "Lute", fazendo referência à punição a ser aplicada ao atleta de acordo com a sequência de punições.

Caso o atleta já possua punições marcadas no placar por faltas grave, estas punições irão somar com as punições por falta de combatividade.

13. Regras de conduta de atletas e punições administrativas

Existem punições que o atleta pode receber antes ou depois da sua luta que serão sempre julgadas de forma individual pela arbitragem do evento, seguem as principais para exemplo:

- Quando o atleta retira qualquer parte do kimono ou do uniforme de luta quando dentro da área de competição.
- Quando o atleta pula por cima das barreiras de contenção que separam a área de competição da área do público.
- Quando o atleta não utiliza calçados e caminha descalço dentro da área de competição, em locais em que for permitido o uso de calçados.
- Quando o atleta ou professor tiver atitudes consideradas incompatíveis ao ambiente de competição, mesmo que antes do início ou após o encerramento do combate.

Obs: O atleta que infringir uma ou mais de uma das regras de conduta descritas neste item poderá receber punições administrativas a serem definidas segundo critério da IBJJF.

14. Faltas disciplinares e técnicas (capítulo copiado do livro de regras da CBJJ)

As faltas são infrações Disciplinares ou Técnicas previstas na regra, que podem ser cometidas pelos atletas antes, durante e depois dos combates.

14.1 Faltas disciplinares

São consideradas faltas disciplinares passíveis de punição:

a. Quando o atleta proferir palavras de baixo calão ou gestos obscenos em direção ao adversário, à mesa central, aos mesários, ao árbitro ou ao público, antes, durante ou após a luta.

b. Quando o atleta agredir o adversário, o árbitro ou qualquer outro membro da organização ou do público, antes, durante ou após a luta.

c. Quando o atleta morder, puxar cabelos, aplicar golpes nos órgãos genitais, nos olhos, ou qualquer golpe traumático intencional, tal como soco, cotovelada, joelhada, cabeçada, pontapé, etc.

d. Quando o atleta durante a luta ou ao comemorar a vitória age de forma ofensiva ou desrespeitosa ao adversário ou ao público utilizando palavras ou gestos.

e. Quando um ou os dois atletas desrespeitam a seriedade da competição ou realizam ato de simulação de combate.

f. Quando o atleta tiver atitudes consideradas incompatíveis ao ambiente de competição, bem como a prática de qualquer delito, mesmo que antes do início ou após o encerramento do combate.

14.2 Faltas técnicas

As faltas técnicas são divididas em três classificações: falta de combatividade, faltas graves e faltas gravíssimas.

14.2.1 Falta de combatividade

As faltas de combatividade recebem classificação similar às faltas graves. Segue abaixo alguns exemplos de situações de luta e como eles são avaliadas dentro das regras referentes a falta de combatividade em uma luta:

a. Quando os dois atletas puxarem para guarda ao mesmo tempo, será iniciada a contagem de 20 segundos e, mesmo que os atletas estejam se movimentando, se ao final desses 20 segundos um dos atletas não tiver ido para cima, não estiver

com finalização encaixada ou na iminência de completar movimento passível de pontuação, a luta será paralisada, os dois atletas punidos e a luta será reiniciada em pé.

b. Não será configurada falta de combatividade quando o atleta estiver defendendo ataques do adversário a partir da montada, da pegada das costas e das imobilizações.

c. Não será configurada falta de combatividade quando um dos atletas possuir domínio em posição de montada ou pegada pelas costas, desde que se mantenham as características técnicas das posições.

d. Caso o atleta esteja na guarda 50/50 e faça uma pegada na lapela ou na faixa do adversário, esse atleta terá 20 (vinte) segundos para buscar progredir suas posições dentro da luta antes de receber a penalidade por falta de combatividade. Se a progressão não for alcançada após 20 (vinte) segundos o atleta receberá uma penalidade, independentemente da intenção.

e. Seguem exemplos de situações que serão julgadas como falta de combatividade em um combate:

- Quando um atleta claramente não buscar evoluir suas posições dentro da luta.
- Quando os dois atletas demonstrarem simultânea falta de combatividade em qualquer situação de luta.
- Quando o atleta após dominar o adversário na imobilização lateral, não buscar a evolução da posição.
- Quando o atleta na guarda fechada do adversário não buscar a passagem e ao mesmo tempo evitar que o adversário busque a evolução da luta a partir da guarda.
- Quando o atleta por baixo na guarda fechada abraçar as costas ou usar qualquer outro movimento de controle para manter o adversário que está por cima colado ao seu peito sem o intuito de finalizar ou pontuar.
- Quando o atleta em pé segurar e mantiver a mão na faixa do adversário impedindo que o adversário complete os movimentos de queda, sem ele mesmo tentar qualquer ataque.

14.2.2 Faltas graves

São consideras faltas graves as seguintes situações dentro de um combate:

a. Quando o atleta ajoelhar ou sentar (permanecendo na posição) ou pular na guarda, sem que haja uma pegada estabelecida.

b. Quando o atleta, em pé, foge para as extremidades da área de luta, evitando o combate com o adversário.

c. Quando o atleta empurra o adversário para fora da área de luta sem a clara intenção de finalizar ou pontuar.

d. Quando o atleta no chão foge do combate arrastando-se para fora da área de luta.

e. Quando o atleta no chão fica em pé fugindo da luta e não retorna ao combate no chão.

f. Quando o atleta quebra a pegada do oponente que está puxando para a guarda e não retorna ao combate no chão.

g. Quando o atleta retira propositalmente o próprio kimono ou a própria faixa, causando a interrupção da luta.

h. Quando o atleta segura nas bocas das mangas do paletó ou bocas da calça do adversário com um ou mais dedos virados para dentro mesmo que seja para efetuar uma raspagem ou qualquer outro movimento de luta.

i. Quando o atleta faz uma pegada no lado interno do paletó ou da calça do kimono do adversário, quando ele pisa na parte interna do paletó do kimono e quando ele passa a mão por dentro do kimono do adversário para fazer uma pegada na parte externa do mesmo.

j. Quando o atleta se comunica com qualquer pessoa, através da fala ou de gestos, de forma que conteste uma decisão do árbitro durante a luta.

k. Quando o atleta desobedece uma ordem do árbitro.

l. Quando o atleta sai da área de tatames ao final do combate antes da proclamação do resultado pelo árbitro.

m. Quando o atleta foge deliberadamente da área de luta para evitar posição de inferioridade ou consolidação de pontuação do adversário. (Exclusivamente nesse caso, o árbitro deve assinalar dois pontos para o adversário do atleta que fugiu da

área de luta, bem como marcar para o infrator uma punição no placar. A punição marcada deve seguir a sequência de penalidades).

n. Na modalidade Jiu-Jitsu sem kimono, quando o atleta faz qualquer pegada no seu próprio uniforme ou no uniforme do adversário.

o. Quando o atleta coloca a mão ou pé sobre a parte frontal do rosto do adversário.

p. Quando o atleta prende propositalmente o pé na faixa do adversário.

q. Quando o atleta coloca propositalmente o pé na lapela do kimono do adversário sem ter uma pegada feita com a mão para proporcionar tração ao pé.

r. Quando o atleta coloca o pé na lapela atrás do pescoço do adversário com ou sem pegada na mesma.

s. Quando o atleta utiliza a própria faixa ou a faixa do adversário como auxílio em estrangulamento ou qualquer outra situação de luta quando a mesma estiver desamarrada.

t. Quando o atleta levar mais de 20 segundos para arrumar seu uniforme será punido de forma consecutiva (20 segundos para arrumar paletó e faixa, 20 segundos para faixa de identificação e 20 segundos para amarrar a calça, quando necessário).

u. Quando o atleta corre em volta da área de luta e não busca contato com o adversário.

v. Quando o atleta realiza movimento não intencional que coloca seu adversário em posição passível de penalização.

w. Quando, nas categorias de idade até 15 anos (todas as faixas) e em todas as idades para a faixa branca, o atleta pular para colocar o adversário que está em pé na guarda fechada, incluindo todo e qualquer ataque que se inicie pulando na guarda, assim como, mas não apenas, Triângulo Voador e Armlock Voador. Quando tal movimentação ocorrer, o árbitro reiniciará a luta com os dois atletas em pé.

Obs: Caso um atleta esteja se defendendo de uma queda ou raspagem e pular na guarda, a punição será acompanhada por 2 pontos para o adversário.

x. Quando o atleta durante a luta ou ao comemorar vitória antes de ser proclamado o resultado tiver atitudes que não sejam adequadas ao ambiente da luta.

14.2.3 Faltas gravíssimas

São consideras faltas gravíssimas as seguintes situações dentro de um combate:

a. Quando o atleta tiver o kimono inutilizado e não conseguir trocar por um novo dentro do prazo determinado pelo árbitro.

b. Quando o atleta fugir deliberadamente da área de combate para evitar a desistência frente a um golpe de finalização aplicado pelo adversário.

c. Quando ao ser atacado por um golpe de finalização, o atleta cometer uma falta que obrigue o árbitro a interromper o combate.

d. Quando um atleta intencionalmente tentar a desqualificação de seu oponente fazendo movimentação que coloque o oponente em posição ilegal.

e. Quando o atleta não estiver usando roupas de baixo ou estiver utilizando peças de vestuário em desacordo com o livro de regras da CBJJ.

f. Quando o atleta utilizar cremes, óleos, géis ou qualquer substância escorregadia em qualquer parte do corpo.

g. Quando o atleta utilizar qualquer substância que aumenta a aderência em qualquer parte do corpo.

h. Quando o atleta utilizar qualquer substância que deixe o kimono escorregadio.

i. Quando o atleta sem o auxílio do kimono estrangula o adversário circundando o pescoço do mesmo com uma ou as duas mãos ou utiliza o polegar para pressionar a “glote” do adversário.

j. Quando o atleta tapa o nariz ou boca do adversário com as mãos.

k. Quando o atleta, ao se defender de uma situação de single leg em que o atleta que ataca esteja com a cabeça virada para fora, intencionalmente projetar o adversário ao chão segurando na faixa do oponente, para que o mesmo atinja o solo com a cabeça.

l. Realizar a técnica de queda suplex jogando o adversário de cabeça ou pescoço ao solo. Obs: A queda Suplex é definida pela movimentação em que um dos atletas cintura e levanta o oponente para derrubá-lo de costas ou de lado ao solo. O uso desta técnica continua sendo permitida desde que essa movimentação não leve o adversário de cabeça ou pescoço ao solo.

m. Quando o atleta aplicar um dos golpes proibidos para cada categoria, como indicado na tabela de golpes proibidos.

15. GOLPES RESTRITOS/PROIBIDOS POR IDADE/CATEGORIA

Imagem 10 – Tabela de golpes restritos/proibidos

TABELA - Golpes Proibidos

	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 Adulto 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	●	●					Omoplata
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 (ler detalhes na página 32)
20	●	●	●	●	●		No mata-leão no pé, aplicar a presão 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.

Fonte: Livro de regras CBJJ

Imagem 11 – Ilustração referente a imagem 10 – Tabela de golpes proibidos/restritos

Fonte: Livro de regras CBJJ

Imagem 12 - Ilustração referente a imagem 10 – Tabela de golpes proibidos/restritos

Fonte: Livro de regras CBJJ

15.1 Tiro de guarda – faixa branca

Imagem 13 – Cruzada de perna - Falta Grave na faixa branca

Fonte: Pôster de faltas técnicas e movimentos ilegais CBJJ

15.2 Cruzada de perna

A cruzada de perna 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.

a. Para os atletas até a Faixa Roxa

Quando os dois atletas estiverem sentados com a perna cruzada mas em posição legal como ilustrada pela primeira foto na imagem 13, e um dos atletas levanta, fazendo que o adversário por baixo fique em posição ilegal como ilustrada na segunda foto. 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.

Imagem 14 – Cruzada de perna – Regra para faixa roxa

Fonte: Livro de regras CBJJ

Se a situação demonstrada na imagem 13 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.

b. Para atletas das Faixas Marrom e Preta

O árbitro não interromperá o combate. Nenhuma penalidade será aplicada exclusivamente neste caso.

15.2.1 Cruzada de perna – Gravidade das faltas

a. Será considerado falta gravíssima:

Quando o atleta executa o movimento nas características citadas acima, passando o pé do limite vertical do corpo do adversário.

Imagem 15 – Cruzada de perna – Falta gravíssima

Fonte: Livro de regras CBJJ

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.

Imagem 16 - Cruzada de perna – Falta gravíssima

Fonte: Livro de regras CBJJ

Quando o atleta girar para dentro na guarda 50/50 e no início do giro seu adversário estiver pisando no solo com o pé que está na guarda, caracterizando pé preso (como exemplificado na imagem ao lado).

Imagem 17 - Cruzada de perna – Falta gravíssima

Fonte: Livro de regras CBJJ

Imagem 18 - Cruzada de perna – Falta gravíssima

Fonte: Livro de regras CBJJ

b. Será considerado 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.

Imagem 19 – Cruzada de perna – Faltas Graves

Fonte: Livro de regras CBJJ

c. Posições normais que não devem ser consideradas faltas

Imagem 20 – Cruzada de perna - Posições normais que não devem ser consideradas faltas

Fonte: Livro de regras CBJJ

16. Arbitragem (capítulo copiado do livro de regras da CBJJ)

16.1 Autoridade do árbitro

a. O árbitro é a autoridade máxima de cada luta.

b. O resultado de cada luta proclamado pelo árbitro é soberano.

c. O resultado proclamado de uma luta só poderá ser alterado nos seguintes casos:

- Se houver interpretação errada do placar.
- Se o atleta declarado vencedor tiver finalizado o adversário utilizando golpes restritos não observados pelo árbitro.
- Se o atleta tiver sido desclassificado por ter aplicado golpe permitido. Nesse caso, quando a interrupção da luta e a desclassificação acontecerem antes do atleta que sofreu o ataque ter batido, o combate retornará ao centro da área de luta e o atleta que aplicou o golpe receberá dois pontos. No caso do atleta que sofreu o golpe ter batido antes da interrupção da luta e da desclassificação, o atleta que aplicou o golpe será declarado vencedor.

  Obs: Interpretações subjetivas do árbitro na marcação de pontos, vantagens ou punições não serão alteradas.

d. Para alterar o resultado proclamado de uma luta, as seguintes condições devem ser observadas:

- O árbitro poderá consultar o diretor de arbitragem do evento, mas caberá ao árbitro a decisão final de alterar ou não o resultado proclamado.
- O diretor de arbitragem deverá consultar a mesa central do evento sobre o andamento das chaves. Nos casos em que as chaves já tenham avançado para a fase posterior ou as premiações das categorias tenham sido concedidas, a alteração dos resultados não poderá mais ser realizada.

16.2 Deveres e obrigação da arbitragem durante uma luta de Jiu Jitsu

a. Caberá ao árbitro chamar os atletas para a área de luta no início do combate.

b. Caberá ao árbitro fazer a checagem final de todas as exigências de vestimenta, higiene, etc. Caso um dos atletas não atenda a qualquer das exigências, caberá ao árbitro determinar que a exigência seja cumprida em tempo determinado.

c. Caberá ao árbitro posicionar os atletas na área de luta antes do início do combate.

- O atleta que ficar à direita do árbitro terá a sua pontuação assinalada pelo braço direito do árbitro, diferenciado do esquerdo por uma braçadeira que indicará que os pontos do atleta serão marcados na seção colorida do placar.

- O atleta que ficar à esquerda do árbitro terá a sua pontuação assinalada pelo braço esquerdo do árbitro, que não apresenta a braçadeira e seus pontos serão marcados na seção sem cores do placar.

d. Caberá ao árbitro fazer o posicionamento dos atletas de acordo com a cor do kimono que usam.

- Caso os dois atletas estejam de kimono da mesma cor, o primeiro atleta a ser chamado ficará à direita do árbitro, receberá a faixa verde e amarela de identificação, mantendo também a sua própria faixa amarrada na cintura.
- Caso um atleta esteja de kimono branco e outro atleta de kimono azul, o atleta de kimono azul ficará à direita do árbitro.
- Caso um atleta esteja de kimono preto e o outro atleta de kimono azul, o atleta de kimono azul ficará à direita do árbitro.
- Caso um atleta esteja de kimono preto e o outro atleta de kimono branco, o atleta de kimono preto ficará à direita do árbitro.

e. Caberá ao árbitro dar início à luta.

f. Caberá ao árbitro interromper a luta quando achar necessário. Obs: Quando o árbitro central interromper a luta por qualquer motivo, os atletas devem sempre que possível manter a posição e aguardar instruções do árbitro.

g. Caberá ao árbitro fazer com que os atletas cumpram a obrigação de lutar no centro da área de combate.

- Quando os atletas estiverem com 2/3 do corpo fora da área de combate, em posição no solo estabilizada, o árbitro interromperá a luta e, observando a posição de cada atleta, reiniciará o combate no centro com os atletas em posições idênticas às do momento da interrupção.
- Quando um dos atletas pisar na área de segurança na luta em pé (salvo quando já houver iniciado uma queda), ou quando os atletas estiverem com 2/3 do corpo fora da área de combate em luta no solo não estabilizada, o árbitro interromperá a luta e reiniciará o combate com os dois atletas em pé no centro da área de combate.

- Quando um atleta estiver com um golpe de finalização encaixado na área de segurança, o árbitro não interromperá o combate.
- Quando um atleta estiver com um golpe de finalização encaixado e no movimento de defesa do adversário os dois atletas forem para fora da área de segurança, o árbitro interromperá o combate e recomeçará a luta no centro com os atletas em pé. Nesse caso, quando o árbitro tiver clareza que o movimento que levou à saída da área de combate foi iniciado pelo atleta que estava sob o ataque da finalização, ele assinalará 2 (dois) pontos para o atleta que tinha o golpe de finalização encaixado, conforme previsto no livro de regras da CBJJ.
- Quando um dos atletas leva seu adversário para a área de segurança enquanto busca estabilização de uma posição de pontuação, o árbitro deverá sempre que possível aguardar a estabilidade da posição por 3 segundos para então parar a luta, dar os pontos e então reiniciar o combate no centro da área de luta.
- Toda movimentação que ultrapassa a área de segurança deve ser paralisada e a luta retornada em pé no centro da área de combate. A avaliação de pontos ou vantagens será feita até a área de segurança e os movimentos que acontecem após o limite da área de segurança serão desconsiderados.
- Quando a saída da área de combate é motivada pelo movimento do atleta atacando a finalização, o árbitro não assinalará os 2 (dois) pontos após interromper a luta. O árbitro deve apenas dar a vantagem pela quase finalização, respeitando as regras da vantagem (Artigo 5º do livro de regras da CBJJ).

h. Caberá ao árbitro nas categorias de idade até 12 anos proteger a cervical do atleta se posicionando atrás dele quando ele for retirado do solo pelo adversário em caso de triângulo ou guarda fechada.

i. Caberá ao árbitro assinalar toda e qualquer punição, vantagem ou pontuação referente a cada atleta.

j. Caberá ao árbitro advertir e desclassificar os atletas.

k. Caberá ao árbitro solicitar a entrada do atendimento médico na área de luta.

l. Caberá ao árbitro encerrar a luta ao final do tempo regulamentar.

m. Caberá ao árbitro proclamar o resultado da luta.

n. Caberá ao árbitro levantar o braço do vencedor da luta e somente do vencedor, mesmo em caso de acordo entre dois atletas da mesma academia.

16.3 Gestos e ordens verbais do árbitro

O árbitro utilizará uma série de gestos e comandos verbais para se comunicar com os atletas e mesários durante a luta. A seguir, a relação de gestos e comandos para cada situação de luta:

a. Chamar os atletas para dentro da área de luta

O árbitro com os braços dobrados em um ângulo de 90º fará movimentos de flexão em direção ao seu corpo.

Ordem verbal: (sem ordem verbal).

Imagem 21 – Árbitro chamando os atletas para dentro da área de luta

Fonte: Livro de Regras CBJJ

b. Início da luta

O árbitro esticará o braço à frente seguido de movimento vertical do braço em direção ao solo.

Ordem verbal: **Combate!**

Imagem 22 – Árbitro indicando início de luta

Fonte: Livro de Regras CBJJ

c. Interrupção da luta e do cronômetro ou encerramento da luta

O árbitro elevará os braços até a altura dos ombros.

Ordem verbal: **Parou!**

Imagem 23 – Árbitro indicando interrupção ou encerramento da luta

Fonte: Livro de Regras CBJJ

d. Punição por falta de combatividade ou falta grave

O árbitro com o braço referente ao atleta a ser punido apontará para o centro do peito do atleta a ser punido e em seguida elevará o braço à altura do ombro com o punho fechado.

Obs: Caso não seja possível apontar claramente o atleta a ser punido o árbitro tocará levemente o ombro do atleta que receberá a punição.

Ordem verbal: **Lute!** (no momento em que apontar para o peito do atleta a ser punido por falta de combatividade), ou **Falta!** (no momento em que apontar para o peito do atleta a ser punido em situação de falta grave).

Imagem 24 – Árbitro indicando punição por falta de combatividade ou falta grave

Fonte: Livro de Regras CBJJ

e. Desclassificação de um dos atletas –

O árbitro sinalizara com os braços acima da cabeça com punhos cruzados e mãos fechadas seguido de indicação do atleta desclassificado com o braço referente ao mesmo esticado em direção à faixa do atleta.

Ordem verbal: (sem ordem verbal).

Imagem 25 – Desclassificação

Fonte: Livro de Regras CBJJ

f. Vantagem

O árbitro irá elevar e esticar o braço referente ao atleta que receberá a vantagem paralelo ao ombro com a mão aberta e a palma da mão virada para solo.

Ordem verbal: (sem ordem verbal).

Imagem 26 – Vantagem

Fonte: Livro de Regras CBJJ

g. Pontuação

O árbitro indicará com o número de dedos abertos a pontuação que o atleta conquistou utilizando o braço que representa o atleta.

Ordem verbal: (sem ordem verbal).

Imagem 27 – Conquista de pontos por um atleta

Fonte: Livro de Regras CBJJ

h. Retirada de pontos

O árbitro irá erguer o braço referente ao atleta que recebeu os pontos e o balançará com a mão espalmada na altura da cabeça.

Ordem verbal: (sem ordem verbal).

Imagem 28 – Retirada de pontos

Fonte: Livro de Regras CBJJ

i. Declaração do resultado da luta

O árbitro erguerá o Braço do atleta vencedor de frente para a mesa de arbitragem mantendo o braço do atleta perdedor abaixado.

Ordem verbal: (sem ordem verbal).

Imagem 29 – Declaração do resultado da luta

Fonte: Livro de Regras CBJJ

j. Arrumação do uniforme pelo atleta

O árbitro após indicar o atleta com o braço estendido em direção à cintura do mesmo, cruza os braços em direção ao solo na altura da cintura.

Ordem verbal: (sem ordem verbal).

Imagem 30 – Arrumação do uniforme pelo atleta

Fonte: Livro de Regras CBJJ

k. Sinalização que o atleta deve se manter dentro da área de luta

O árbitro após indicar o atleta com o braço estendido em direção à cintura, mão na altura do ombro com dedo indicador estendido e fazendo movimento circulares.

Ordem verbal: (sem ordem verbal).

Imagem 31 – Sinalização que o atleta deve se manter dentro da área de luta

Fonte: Livro de Regras CBJJ

l. Sinalização que o atleta deve ficar de pé

O árbitro indicará com o braço estendido o atleta que deverá se levantar seguido do mesmo braço elevado até a altura do ombro.

Ordem verbal: (sem ordem verbal).

Imagem 32 – Sinalização que o atleta deve ficar de pé

Fonte: Livro de Regras CBJJ

m. Sinalização que o atleta deve retornar a luta no solo

O árbitro indicará o atleta com o braço estendido na altura do ombro seguido do braço apontando o solo cruzando o corpo.

Ordem verbal: (sem ordem verbal).

Imagem 33 – Sinalização que o atleta deve retornar a luta no solo

Fonte: Livro de Regras CBJJ

n. Sinalização quando o atleta segura nas bocas das mangas do paletó ou bocas da calça do adversário com um ou mais dedos virados para dentro.

O árbitro indicará com uma das mãos virada para cima sobre o braço oposto, segurando a braçadeira.

Ordem verbal: (sem ordem verbal).

Imagem 34 – Sinalização quando o atleta segura nas bocas das mangas do paletó ou bocas da calça do adversário com um ou mais dedos virados para dentro.

Fonte: Livro de Regras CBJJ

o. Pausa na luta para comunicação com arbitragem externa para verificação de decisão do árbitro central com acesso a recurso de vídeo e replay.

O árbitro tocará a orelha com a ponta dos dedos duas vezes, pausadamente.

Ordem verbal: (sem ordem verbal).

Imagem 35 – Pausa na luta para comunicação com arbitragem externa para verificação de decisão do árbitro central

Fonte: Livro de Regras CBJJ

17. DECISÃO DE LUTAS

As lutas serão decididas por uma das seguintes formas:

a. Desistência

b. Interrupção

c. Desclassificação

d. Perda dos sentidos

e. Contagem do placar

f. Decisão do árbitro

g. Sorteio

17.1 Desistência

a. Quando o atleta dá duas batidas com a palma da mão no adversário, no chão, ou em si próprio, de forma manifesta e visível.

b. Quando o atleta bate duas vezes com os pés no chão quando tem os braços presos pelo adversário.

c. Quando o atleta anuncia sua desistência verbalmente ao árbitro, pedindo ao mesmo que interrompa a luta.

d. Quando o atleta grita ou emite som que expressa dor ao ser vítima de um golpe encaixado.

17.2 Interrupção

a. Quando um dos atletas alega estar sentindo câimbras, este será declarado perdedor da luta.

b. Quando o árbitro percebe que um golpe encaixado pode expor o atleta a sérios danos físicos.

c. Quando o médico declara que um dos atletas não tem condições de continuar no combate.

d. Quando um atleta apresenta sangramento que não é possível ser estancado mesmo após os dois atendimentos médicos a que cada atleta tem direito para cada contusão, que devem ser solicitados segundo avaliação do árbitro.

e. Quando um dos atletas vomita ou perde o controle de suas necessidades fisiológicas, apresentando micção ou evacuação involuntária.

17.3 Desclassificação

Quando um ou os dois atletas cometerem faltas previstas no artigo Golpes restritos / proibidos por idade/categoria, o árbitro aplicará as punições previstas no art. 13.

17.4 Perda dos sentidos

O atleta será declarado perdedor da luta quando perder os sentidos por golpe legal aplicado pelo adversário ou por acidentes que não forem causados pelo adversário de forma ilegal.

17.5 Contagem do placar

Será declarado vencedor da luta o atleta que tiver mais pontos que o adversário ao término do tempo regulamentar de combate ou em caso de interrupção do combate por contusão dos dois atletas.

a. Vantagens: Quando houver empate no número de pontos, será declarado vencedor o atleta que tiver mais vantagens.

b. **Punições:** Quando houver empate no número de pontos e vantagens, será declarado vencedor o atleta que tiver menor número de punições.

17.6 Decisão do árbitro

Se ao término do combate, os atletas apresentarem o mesmo número de pontos, vantagens e punições, caberá ao árbitro ou aos árbitros, quando a luta tiver três árbitros, declararem o vencedor. Para determinar o vencedor, o árbitro deve observar que atleta foi mais ofensivo durante a luta e chegou mais perto de conseguir posições passíveis de pontuação ou finalizações.

17.7 Sorteio

Caso os dois atletas se acidentem numa luta final de categoria, com a luta empatada no momento do acidente, e nenhum dos dois atletas tenha condição de continuar no combate a mesma será decidida por sorteio.

REFERÊNCIAS

CBJJ. Confederação brasileira de Jiu-Jitsu. Disponível em: http://cbjj.com.br. Acesso em: 07 de março de 2026.

FJJGO. Federação de Jiu-Jitsu de Goiás. Disponível em: http://fjjgo.com.br. Acesso em: 28 de fevereiro de 2026.

IBJJF. International Brazilian Jiu-Jitsu Federation. Disponível em: http://ibjjf.com. Acesso em: 07 de março de 2026.

Livro de Regras IBJJF. Versão 6.2 (última atualização em junho de 2024). Disponível em www.cbjj.com.br. Acesso em: 07 de março de 2026.

Livro Sistema Geral de Graduação IBJJF. Versão 3.2 (última atualização em dezembro de 2025). Disponível em www.cbjj.com.br. Acesso em: 28 de fevereiro de 2026.