



柔術

Jiu-Jitsu

SÁBADO 28 DE ENERO, 2023
SAN MATEO, ALAJUELA



JUEGOS DEPORTIVOS NACIONALES 2022-2023

La Federación Costarricense de Jiu Jitsu y Disciplinas Afines les invita cordialmente a la Etapa Final de los XL Edición de los Juegos Deportivos Nacionales ICODER 2022-2023. Estamos listos para darles la bienvenida a todos los jóvenes y adultos jiujiitsuokas y al público en general, para disfrutar nuevamente de las emociones del Jiu Jitsu. Este evento forma parte del Circuito Nacional de este año, es un evento Clase A con el que se acumulan puntos para el Ranking Nacional, clasificatorio para la Selección Nacional.



• LUGAR Y FECHAS

Provincia de Alajuela, Cantón de San Mateo, Distrito de San Mateo, mercado multiuso contiguo a la plaza pública de San Mateo. 9.938636625140127, -84.52413519404541

El sábado 28 de enero de 2023.



• CATEGORIAS Y AÑOS DE NACIMIENTO

CATEGORIAS	AÑO DE NACIMIENTO
Cadetes	2005-2007
Figting	
Ne Waza(BJJ)	
Duo System	
Junior	2002-2004
Figting	
Ne Waza(BJJ)	
Duo System	
Senior	2001 y anteriores
Figting	
Ne Waza(BJJ)	
Duo System	

• INSCRIPCIONES

- 1) La Federación Costarricense de Jiu Jitsu y Disciplinas Afines se reserva el derecho de invitar e inscribir los clubes que tenga a bien para que participen en este torneo.
- 2) **CIERRE DE INSCRIPCIONES:** viernes 21 de Enero de 2023, 3:00am
- 3) Se recibirán inscripciones por el sistema de inscripción en línea, en el sitio <https://smoothcomp.com/es>, donde cada club puede ingresar mediante su usuario y contraseña. No se estará enviando ninguna planilla para realizar la inscripción, sin embargo, se dará asistencia en caso de problemas para inscripción, previo cumplimiento de los requisitos oficiales.
- 4) Puede participar todo atleta de Clubes Afiliados y No afiliados que como requisito esté debidamente habilitado en el sistema de inscripciones, asista con un entrenador y/o asistente, y haya cumplido con sus requisitos de inscripción.



- 5) En este evento los participantes pueden tener residencia o nacionalidad costarricense.
- 6) Se permite la participación de atletas con cualquier grado, de blanco a negro.
- 7) Si algún atleta no tiene carnet o lo debe renovar, los encargados del club deberán seguir el procedimiento establecido para esta gestión en el sistema en línea de FECOJJYDA, en el sitio <https://fedcostaricajiujiitsu.org.es/wordpress/>.
- 8) Recordar que el trámite de renovación y carnet nuevos tiene un plazo de 03 (tres) días hábiles para completarse, por lo que en el programa se indica la fecha máxima para hacer la solicitud en el sistema. Los carnets que no se soliciten en el plazo indicado, podrían no estar listos a tiempo para la inscripción o para el evento. Los instamos a proceder con suficiente tiempo. La FECOJJYDA no se hará responsable por la imposibilidad de participar de algún atleta, que se deba a gestiones tardías. Cualquier duda o consulta sobre los carnets pueden hacerla llegar a la Dirección Ejecutiva, con MSc. Alexander Jiménez, al correo: jjcrcjuntadirectiva@gmail.com, o Whatsapp 8823-0789. Horario de atención: De lunes a viernes de 8am a 12md y de 1pm a 4pm.

• REQUISITO DE INSCRIPCIONES

- 1) Es requisito obligatorio e indispensable realizar el pago de la inscripción y carnet con anterioridad al evento, en línea o a la cuenta bancaria que se indica a continuación:



Cuenta oficial

Banco de Costa Rica :

Oficina 001 Cuenta Corriente 0321072-3

Federación Costarricense de Jiu Jitsu y Disciplinas Afines

Cédula Jurídica 3-002-648895

CUENTA IBAN

CR74015201001032107239

2) LIMITE DE INSCRIPCIONES:

- a) Inscripciones en línea como por correo: viernes 21 de Enero de 2023
- 3) Los requisitos de inscripción deben llenarse previamente, aún si llegan a retirar atletas o no se presenten al evento.
- 4) En caso de no hacer inscripción en línea por favor enviar solicitud a los siguientes correos: a jjrcjuntadirectiva@gmail.com y jimenezgr@gmail.com. Deberán identificar bien los comprobantes para saber cuáles atletas se están inscribiendo. Por favor no subir comprobantes de inscripciones al sistema de inscripciones en línea.
- 5) Se permitirán como máximo dos inscripciones por asociación o club, tomando en cuenta que por ejemplo algunos Comités de Deportes inscriben por separado lo que corresponde a los atletas de Juegos Nacionales.
- 6) No se recibirán inscripciones individuales de atletas fuera del sistema en línea.



- 7) **LOS DIAS DEL EVENTO NO SE RECIBIRAN INSCRIPCIONES** de ninguna agrupación ni atleta individual. Todo atleta que no cuente con el carnet previo de la inscripción será removido de las listas de competición.
- 8) Para hacer factura electrónica por requisitos, por favor enviar los datos de la asociación o del CCDR al correo: jicrcjuntadirectiva@gmail.com.

• ENTRADA DEL PUBLICO

- 1) La entrada para el público es gratuita, la asistencia deberá respetar los siguientes lineamientos:
 - a) Por protocolo, debemos respetar la capacidad máxima de 300 personas por día en el gimnasio, incluyendo a todos los participantes.
 - b) El público que ingrese debe permanecer en la gradería.

• PROTOCOLOS DE SALUD ANTE LA PANDEMIA DE COVID-19

- 1) Para salvaguardar la salud de todos los participantes, no deben asistir al evento las personas que presentan síntomas de Covid-19, o aquellos que son positivos en esta enfermedad, o que hayan estado en contacto reciente con alguien confirmado o sospechoso de padecer la enfermedad.
- 2) La entrada es gratuita para las personas relacionadas directamente con el evento. Para esto, el ingreso será controlado con listas de asistencia predefinidas, donde estarán solamente los atletas, entrenadores, asistentes y chaperones que sean inscritos.



- 3) Las medidas que se indican en este documento podrían sufrir modificaciones de acuerdo con las directrices gubernamentales que se anuncien.
- 4) Todas las personas que entren a las instalaciones del mercado multiusos de San Mateo, deberán respetar y ajustarse al Protocolo para el Covid-19 de esta localidad.
- 5) Dentro del gimnasio, todos los participantes deberán respetar y ajustarse al Protocolo para el Covid-19 de la institución y al Protocolo Covid-19 de FECOJJYDA:
 - a) Al ingresar al gimnasio, todos deben aplicarse alcohol gel en las manos.
 - b) Usar mascarilla es opcional pero recomendado.
 - c) Siempre deben usar calzado, mientras no estén dentro del tatami.
 - d) Todos son responsables de asistir en las mejores condiciones de higiene personal, así como de usar uniformes e implementos limpios.
 - e) Mantener un distanciamiento prudente entre personas que no pertenezcan a la misma burbuja.
 - f) Respetar las disposiciones sobre la ubicación de las personas en las graderías, la cancha y todos los espacios del gimnasio.
 - g) Toda persona deberá lavarse sus manos con agua y jabón cuando utilice los
 - h) servicios sanitarios.
 - i) Realizar desinfección de manos y pies al pesarse, al ingresar y al salir del tatami ya sea para calentar o para competir.



- j) Cada atleta debe contar con sus propios implementos personales: uniformes, maletín, sandalias, paño, alcohol gel, botella de agua. No deberán intercambiarse estos implementos con otros participantes.
 - k) Cada agrupación será responsable de contar con suficiente cantidad de alcohol gel, jabón líquido, toallas de papel, y cualquier otro implemento para desinfección de sus participantes.
- 6) **ENTRADA DE PUBLICO:** Se permitirá la entrada de público al área de gradería.
- 7) **EN LAS GRADERIAS:** Se va a designar un espacio para cada delegación participante, donde deben ubicarse y colocar sus pertenencias. Los atletas también deben permanecer en este lugar mientras no estén en pesaje, calentando, en la zona de atletas o compitiendo. Son responsables de mantener el orden y el aseo de su área asignada.
- 8) **PESAJE:** Para realizar el pesaje no oficial y oficial, se dispondrá de horarios establecidos que deberán respetarse completamente. Cada atleta deberá permanecer en fila con un distanciamiento prudente entre una persona y otra, o bien esperar a ser llamado por los oficiales de pesaje para pesarse. Deberá colocar sus pertenencias donde se le indique, y desinfectar sus pies y manos antes de subir a la báscula.
- 9) **CALENTAMIENTO:** Se brindará un periodo de aproximadamente 30 minutos para que se pueda realizar el calentamiento de los atletas. Antes de entrar al tatami, todos deben desinfectarse pies y manos, y pueden calentar sin mascarilla y con contacto. Cada equipo deberá permanecer y trabajar juntos durante esta etapa. Cada entrenador y su cuerpo técnico será responsable de que las



pertenencias de sus atletas se mantengan en orden y en el lugar designado. Al finalizar el calentamiento, cada equipo deberá regresar a su lugar designado en la gradería.

10) **ZONA DE ATLETAS:** Se estará realizando el llamado de las personas que deben presentarse a la zona de atletas. Deberán presentarse con sus pertenencias de manera que tengan a mano todo lo que vayan a necesitar durante su participación (uniformes, protectores, sandalias, botella de agua, vendajes, alcohol gel, etc.). Estos artículos son de uso estrictamente personal y no deben intercambiarse con otras personas. Ahí podrán ver el orden de competencias y así prepararse para su próxima participación. El personal de organización estará dando la indicación para el ingreso de los competidores al tatami. Cuando termine cada competencia, los atletas deberán regresar al área de atletas y permanecer ahí hasta que se les indique volver a la zona designada para su agrupación.

11) **ZONA DE ENTRENADORES:** A los entrenadores y asistentes debidamente acreditados se les dará un brazalete especial para tener acceso a la zona de entrenadores, donde deberán permanecer sentados y guardando la distancia prudente entre personas de otras burbujas. Por favor no mover las sillas de la posición marcada. Esta zona estará situada cerca para que puedan desplazarse hacia las áreas de competición cuando requieran cochar. Las personas sin el brazalete autorizado no pueden permanecer en esta área ni cochar.

12) **COMPETENCIA:** El atleta debe prepararse para ingresar al área de competición. Debe remover sus sandalias para desinfectar con alcohol sus pies, y manos para



ingresar al tatami. Al salir del tatami, debe desinfectar sus manos y regresar al área de atletas de inmediato usando sandalias, y manteniendo el distanciamiento apropiado.

- 13) **PREMIACION:** Cerca del podio sólo se permitirá la presencia de los atletas que van a recibir medalla y de las personas de la organización encargadas de esta actividad. Los atletas serán llamados a ubicarse en una zona del gimnasio cercana al podio, manteniendo la distancia prudente entre sí. Durante la premiación el uso de mascarilla es opcional. La organización tomará fotografías de todas las premiaciones y también contará con transmisión de la ceremonia.
- 14) Todos los participantes y agrupaciones deberán seguir las instrucciones cuando se les solicite reubicarse para permitir la limpieza del recinto.
- 15) **ESQUEMA DE VACUNACION Y CODIGO QR:** El estado de vacunación contra COVID-19 y /o la presentación del código QR de cada participante solamente será requerido de acuerdo con las disposiciones que el Gobierno de Costa Rica establezca y estén vigentes en los días de competición. Cualquier situación o acción que se tome a partir de esta medida, obedecerá exclusivamente a la directriz oficial.

- **REGLAS OFICIALES SEGÚN LA FIJJ (IJJF)
ADAPTADAS AL EVENTO**

- 1) Se aplicarán las normas establecidas según la normativa aplicada por la FECOJJYDA y la FIJJ (International Ju Jitsu Federation) en eventos oficiales, así como el Protocolo Específico de Jiu Jitsu vigente.



- 2) En categorías de 6 competidores o más, se hará Llave eliminatoria con Repechaje Doble Cruzado desde de la categoría Cadete en adelante.
- 3) Las categorías de 3 a 5 competidores se harán con modalidad Round Robin.
- 4) Las categorías con sólo 2 participantes se harán con modalidad 2 de 3.
- 5) Cualquier desempate se hará por PUNTO DE ORO.
- 6) **TIEMPOS DE COMPETENCIA:**
 - i) Cadete, Junior y Senior Masculino y Femenino: 3 minutos parando en Fihting y 6 minutos en Ne Waza(BJJ).

• INDICACIONES SOBRE EL RANKING NACIONAL

- 1) Para efectos del Ranking Nacional, este evento es Tipo A. Ver cuadro de puntaje anexo a este documento.
- 2) Cuando un cuadro Round Robin presenta un triple empate y se recurre a desempate, los puntajes para el Ranking se otorgarán de acuerdo a las posiciones finales resueltas; además solamente se contabilizarán los combates ganados que quedan en el cuadro final.
- 3) Cuando un competidor no se presenta al combate, el árbitro indicará el gane del competidor presente, y se contabilizará como un combate ganado para los correspondientes puntos del Ranking.
- 4) Si un atleta queda solo en su categoría (ya sea porque era el único, o porque sus competidores se ausentaron o no dieron peso), su entrenador puede optar por:



- a) Pasarlo a competir a otra categoría que sí tenga competidores: Los puntos del Ranking serán para la categoría en que compita, de acuerdo con el tipo de evento, medalla o posición obtenida, participación y cantidad de combates ganados.
 - b) Dejarlo solo en su categoría inicial: Deberá presentarse a cumplir con el pesaje de esa categoría. Si cumple será premiado con medalla de oro y ganará los puntos del Ranking para esa categoría de peso de acuerdo con el tipo de evento, para la medalla de oro y la participación, pero no tendrá puntos por combates ganados.
- 5) En el informe de los resultados del evento se informarán los puntajes obtenidos por los atletas. Las listas actualizadas del Ranking Nacional se subirán en la página web de la Federación: <https://fedcostaricajiujiitsu.org.es/wordpress/>.

• INDICACIONES SOBRE LOS CAMBIOS Y EL PESAJE

- 1) Límite para hacer cambios: Jueves 26 de Enero, 12:00 media noche.
- 2) Se va a realizar pesaje no oficial y oficial estrictamente en los horarios que se indican en el programa, de acuerdo con las categorías correspondientes. Se va a tener un ingreso controlado al gimnasio donde se verificará en las listas si cada persona está autorizada para ingresar.
- 3) **LOS CUADROS SE SORTEAN EL DIA DEL 26 DE ENERO DE 2023**, luego de eliminar los competidores ausentes y los que no cumplen con su peso de inscripción. El sorteo se realiza en presencia del Director de Arbitraje.
- 4) Para el pesaje oficial, es obligatorio que el/la atleta porte su carnet de la Federación vigente y lo muestre a los oficiales de pesaje antes de subir a la



báscula. No se permitirá la presentación de otros documentos ni fotos de documentos. Si un atleta no presenta su carnet, se verificará que no haya cometido esta omisión en algún otro evento del año en curso, antes de permitir su pesaje; si ya ha ocurrido, no podrá pesarse ni competir. Por favor tomar esto en cuenta para evitar situaciones molestas e inconvenientes.

- 5) El/la atleta debe dar su peso corporal únicamente para verificación. Para todas las categorías, solo se permite usar prendas de ropa interior.
- 6) Para cumplir con el peso de inscripción, si el atleta por ejemplo se encuentra inscrito en categoría -77kg, no puede pesar 62kg o menos, ni 77.1 o más; en los dos ejemplos quedaría fuera de esa categoría.
- 7) Si no cumple con su peso de inscripción en la báscula, el/la atleta puede optar por las medidas necesarias para lograr su peso, pero sin bajar de la misma. No es válido tomar líquidos o usar más ropa para subir el peso sobre la báscula.
- 8) Será reportado a la Comisión Técnica cualquier caso de manejo inadecuado de peso que atente contra la salud y bienestar de los atletas, por ejemplo, inducir el vómito, ejercicio extenuante, deshidratación o inanición extrema, entre otros, con las consecuencias que esto pueda tener para el atleta o el entrenador que fomente esta conducta.
- 9) Para la categoría CADETE se dará un margen de 300 gramos para que el/la atleta se pueda pesar con una camiseta liviana y una licra. Sin embargo, este margen no aplica para pesarse sin las prendas indicadas anteriormente, es decir, si sube a la báscula únicamente en ropa interior deberá cumplir con el peso de inscripción sin contar con dicho margen.



- 10) Cuando el/la atleta no logre registrar el peso correspondiente a su categoría de inscripción, quedará automáticamente fuera de la competencia y deberá firmar la hoja de pesaje.
- 11) **PESAJE DE CONTROL DEL 5%** (ver programa). Todos los atletas de las categorías CADETE, JUNIOR y SENIOR que se pesen el día antes de su competencia, serán elegibles para el Control de Peso de 5% que se llevará a cabo el día que compite según se indica en el programa. Este control se realizará si al menos el 50% de los atletas posibles se pesaron el día anterior, o si es indicado por la Comisión Técnica. Los pesos mínimos y máximos para cada categoría se muestran en el cuadro anexo a este documento. Los atletas que no cumplan con dicho peso deberán firmar la hoja de pesaje y quedarán descalificados de la competencia.

- **PARA JIU JITSU**

El encargado de ParaJiuJitsu estará consultando con los entrenadores de estos atletas, a fin de evaluar previamente y coordinar con los entrenadores los cuadros de esta categoría de acuerdo con las capacidades especiales que los atletas poseen. Si no es posible conformar una categoría de competición con dos o más de estos atletas, se realizarán combates con otros atletas colaboradores a modo de “solo participación”.

Siempre que sea posible, la participación de los atletas de Para Jiu Jitsu, se realizarán durante la programación correspondiente a su categoría de edad, procurando darles prioridad para reducir el tiempo de espera. Por ejemplo, si el



atleta es Junior, sus combates serán programados cuando estén compitiendo los atletas Junior.

• PREMIACION

- 1) Medallas para 1°, 2° y 3° lugares en todas las categorías de CADETE en adelante, según la cantidad de atletas y la forma de desarrollar los combates. Solo las categorías con llave (6 competidores o más) cuentan con dos terceros lugares, y en los cuadros de Round Robin (5 competidores o menos), se contabiliza solo un tercer lugar.
- 2) Las medallas de competidor único de las categorías SUB13, SUB15, CADETES, JUNIOR y SENIOR, sí cuentan en el Medallero General. Las medallas de competidor único solo cuentan en el Medallero General si el competidor se queda sin rivales el día de competencia por peso o ausencia.
- 3) Premiación de la categoría de Para Jiu Jitsu: Las medallas logradas de oro, plata y bronce contarán en el medallero general si no son de “solo participación” (ver punto PARAJIUIJITSU).

• UNIFORMES Y VESTIMENTA

REGLAS GENERALES:

- Ningún atleta puede presentarse a competir usando piezas de joyería, piercings u otros artículos metálicos o similares; no puede portar objetos como celulares, o nada que no sea estrictamente su juijitsugi (uniforme de jiu jitsu) y las prendas de vestir permitidas. Tampoco puede entrar al tatami



mascando chicle, consumiendo algún alimento o tener objetos en su boca como protectores aparatos dentales removibles.

- El uso de mascarilla es opcional.
- Los atletas deberán en todo momento mientras se encuentren fuera del tatami, usar calzado apropiado para evitar llevar al tatami suciedad de otras áreas.
- Para proteger la integridad física de los atletas y evitar lesiones cervicales y de otro tipo, hombres y mujeres con cabello largo deberán recogerlo apropiadamente en un moño o trenza que no caiga sobre la nuca, usando ligas que no tengan materiales que puedan provocar alguna lesión.

JUI JITSU GI:

Es obligatorio que el uniforme tipo kimono, no se permiten uniformes de con tiras de amarre o de una sola pieza la chaqueta.

NO SERA OBLIGATORIO que los atletas participantes cuenten con gis blancos para competir. Pueden usar solo el color que tengan, pero a los atletas que tienen aprobados les instamos a usarlos según corresponda al orden de competición, tal y como es la norma de Jiu Jitsu. Los gis no tienen que ser de alguna marca específica o reconocida, ni se requiere que deban estar aprobados por la FIJJ ni contar con el sello para competencias internacionales.

REVISION DE MEDIDAS:

Se estará haciendo la revisión de las medidas de los gis antes de cada combate. Esta revisión se hará visualmente con para evitar el contacto físico, sino que será una inspección a cargo de personal que solicitará a los competidores mostrar su gi



puesto para verificar las medidas que corresponden. Los oficiales que harán la revisión indicarán a cada atleta si su gi incumple con las medidas establecidas y en este caso el atleta debe cambiar su gi y presentarse de nuevo a los oficiales para su revisión y aprobación. Si el atleta no realiza el cambio y se presenta así al combate, perderá automáticamente. Tendrán el metro a mano para cualquier caso de controversia.

REGLAS ESPECIFICAS PARA MUJERES:

Las atletas femeninas deberán vestir debajo de su chaqueta una camiseta completamente blanca, sin marcas ni estampados que sean visibles con su gi correctamente puesto. Se sobreentiende que los atletas masculinos no pueden usar ninguna prenda bajo su chaqueta.

CODIGO DE VESTIMENTA PARA ENTRENADORES:

Tanto para sentarse a cochar como para aproximarse a la mesa principal o para conversar con los árbitros, los entrenadores y asistentes deben contar con el brazalete que entrega Organización. Además, el uso de mascarilla es opcional pero recomendado, y no pueden sentarse en las sillas de cocheo, entrenadores(as) o asistentes usando gorras, anteojos oscuros, camisas sin mangas, pantalones cortos o sandalias. Tampoco pueden tener en sus manos alimentos o bebidas, celulares u otros objetos. Esto aplica tanto para hombres como para mujeres.

VESTIMENTA PARA PREMIACION:

Los atletas premiados deberán subir al podio con sandalias y gi; en la medida de lo posible, el judogi debe ser blanco y se recomienda el uso de mascarilla.



- **ASISTENCIA MEDICA**

La organización contará con médico y servicio de ambulancia para dar asistencia a las lesiones que puedan ocurrir en el evento únicamente, y realizar traslados a un centro hospitalario en caso de ser necesario.

- **SEGUROS**

Cada club o asociación de Jiu Jitsu, al inscribir a este evento, será responsable de que cada atleta cuente con su respectivo seguro y de lo que le pueda ocurrir a sus atletas en cuanto a lesiones, golpes y otros. La Federación Costarricense de Jiu Jitsu y Disciplinas no se harán responsable de dichas situaciones; por lo que se exoneran de toda responsabilidad.

- **ARBITRAJE**

El arbitraje estará a cargo de la Comisión de Arbitraje de la FECOJJYDA. Se aplicarán los cambios que se aprobaron recientemente por la FIJJ.

<https://fedcostaricajiujiitsu.org.es/wordpress/index.php/reglas-y-organizacion/>

Esperamos que este evento sea disfrutado por todos, y que puedan tener muchos éxitos.

¡Bienvenidos a la Etapa Final de los XL Edición de los Juegos Deportivos Nacionales ICODER 2022-2023!

Atentamente,



Lic. Luis Alejandro Sánchez Alpízar

Presidente

FEDERACIÓN COSTARRICENSE DE JIU JITSU Y DISCIPLINAS AFINES



JUEGOS DEPORTIVOS NACIONALES ICODER 2022-2023

PROGRAMA DEL EVENTO

Viernes 21 de Enero de 2023, 3:00am

Límite para inscripciones

En caso de no hacer inscripción en línea por favor enviar el comprobante de inscripción a los siguientes correos: a jjcrcjuntadirectiva@gmail.com y jimenezgr@gmail.com. Deberán identificar bien los comprobantes para saber cuáles atletas se están inscribiendo en que categorías. Por favor no subir comprobantes de inscripciones al sistema de inscripciones en línea.

Ultimo día para renovar y solicitar carnets nuevos

Solamente se recibirán solicitudes por el sistema en línea, en el sitio:

<https://fedcostaricajiujiitsu.org.es/wordpress/>.

La información debe estar completa y deben adjuntar el comprobante de pago de carnet para dar trámite a la gestión.

En caso de dudas: jjcrcjuntadirectiva@gmail.com

Jueves 26 de enero, 2023

Hasta las 12:00 media noche - **CONGRESILLO TECNICO VIRTUAL**

Todos los cambios se reciben por estos dos medios de comunicación únicamente:

1. Correo electrónico: jimenezgr@gmail.com
2. WhatsApp: 8823-0789 (Alexander Jiménez)

Sábado 28 de enero, 2023

COMPETICION DE CATEGORIAS:

- **CADETE MASCULINO Y FEMENINO**
- **JUNIOR MASCULINO Y FEMENINO**
- **SENIOR MASCULINO Y FEMENINO**
- **PARAJIUJITSU MASCULINO Y FEMENINO**

6:30 a.m. INGRESO AL GIMNASIO. Se autoriza el ingreso gratuito a los atletas y miembros del cuerpo técnico según listas de inscripción. El público debe comprar entrada para ingresar.

7:00 a.m. PUBLICACION DE LISTAS PARA PESAJE DE CONTROL DEL 5%.

7:00 a.m. – 8:30 a.m. PESAJE NO OFICIAL. Las básculas estarán disponibles para usarlas según el protocolo.

8:30 a.m. – 9:00 a.m. PESAJE OFICIAL.

9:30 a.m. – 9:45 a.m. PESAJE DE CONTROL 5%.

listas publicadas.

10:00 a.m.

(hora estimada)

INICIO DE COMPETENCIAS:

- **CADETE Masculino y Femenino**
- **JUNIOR Masculino y Femenino**
- **SENIOR MASCULINO Y FEMENINO**
- **PARAJIUJITSU MASCULINO Y FEMENINO**

**** PREMIACION AL TERMINAR CADA CATEGORIA ****



**FEDERACION COSTARRICENSE DE JIU JITSU Y DISCIPLINAS
AFINES
CATEGORIAS DE PESO OFICIALES ICODER, UPJJ Y FCJJYDA,
IJJF**

2022

CATEGORIA	AÑO DE NACIMIENTO	DIVISIONES	PESOS (KG)
Cadete	2005-2006-2007	Masculino	-46 kg-50 kg-55 kg-60 kg-66 kg-73 kg-81 kg+81 kg
		Femenino	-40 kg-44 kg-48 kg -52 kg -57 kg -63 kg -70 kg +70 kg
Junior	2002-2003-2004	Masculino	-56 kg -62 kg -69 kg -77 kg -85 kg -94 kg +94 kg
		Femenino	-45 kg -48 kg -52 kg -57 kg -63 kg -70 kg +70 kg
Senior	2001 y anteriores	Masculino	-56 kg -62 kg -69 kg -77 kg -85 kg -94 kg +94 kg
		Femenino	-45 kg -48 kg -52 kg -57 kg -63 kg -70 kg +70 kg

FEDERACION COSTARRICENSE DE JIU JITSU Y DISCIPLINAS AFINES PESAJE DE CONTROL 5%

CATEGORIA	PESAJE DE CONTROL DEL 5%		CATEGORIA	PESAJE DE CONTROL DEL 5%	
PESO	MINIMO	MAXIMO	PESO	MINIMO	MAXIMO
Cadete M -46 kg	No hay	48,3	Cadete F -40 kg	No hay	42,0
Cadete M -50 kg	46,1	52,5	Cadete F -44 kg	40,1	46,2
Cadete M -55 kg	50,1	57,75	Cadete F -48 kg	44,1	50,4
Cadete M -60 kg	55,1	63,0	Cadete F -52 kg	48,1	54,6
Cadete M -66 kg	60,1	69,3	Cadete F -57 kg	52,1	59,9
Cadete M -73 kg	73,1	76,7	Cadete F -63 kg	57,1	66,2
Cadete M -81 kg	81,1	85,1	Cadete F -70 kg	63,1	73,5
Cadete M +81 kg	No aplica	No aplica	Cadete F +70 kg	No aplica	No aplica
Junior M -56 kg	No hay	58,8	Junior F -45 kg	No hay	47,25
Junior M -62 kg	56,1	65,1	Junior F -48 kg	45,1	50,4
Junior M -69 kg	62,1	72,45	Junior F -52 kg	48,1	54,6
Junior M -77 kg	69,1	80,85	Junior F -57 kg	52,1	59,9
Junior M -85 kg	77,1	89,25	Junior F -63 kg	57,1	66,2
Junior M -94 kg	85,1	98,7	Junior F 70 kg	63,1	73,5
Junior M +94 kg	No aplica	No aplica	Junior F +70 kg	No aplica	No aplica
Senior M -56 kg	No hay	58,8	Senior F -45 kg	No hay	47,25
Senior M -62 kg	56,1	65,1	Senior F -48 kg	45,1	50,4
Senior M -69 kg	62,1	72,45	Senior F -52 kg	48,1	54,6
Senior M -77 kg	69,1	80,85	Senior F -57 kg	52,1	59,9
Senior M -85 kg	77,1	89,25	Senior F -63 kg	57,1	66,2
Senior M -94 kg	85,1	98,7	Senior F 70 kg	63,1	73,5
Senior M +94 kg	No aplica	No aplica	Senior F +70 kg	No aplica	No aplica

**FEDERACION COSTARRICENSE DE JIU JITSU Y DISCIPLINAS
AFINES
PUNTAJE PARA RANKING NACIONAL**

RESULTADO	TIPO		
	A	B	C
ORO	500	400	300
PLATA	400	300	200
BRONCE	300	200	100
5° LUGAR	100	50	25
POR CADA COMBATE GANADO	30	15	10
POR PARTICIPACION	15	10	5

NOTA: Se aplican los puntos según el Reglamento vigente.