

RÈGLEMENT OFFICIEL

Règlement sur la tenue en NoGi

- **Rash guards**
- **Shorts pour les hommes**
- **Shorts et pantalons de compression pour les femmes**

RASH GUARDS

Les femmes comme les hommes doivent porter un **rashguard** (ou lycra) de matière élastique (collé à la peau) et assez long pour couvrir la taille du short.

Ils devront être **noir, blanc** ou **noir et blanc** et doivent **obligatoirement** contenir **au moins 10% de la couleur du grade de l'athlète.**

Les rashguards entièrement de la couleur de ceinture de l'athlète sont également autorisés.

Note : Pour les ceintures noires, une petite partie rouge sera tolérée, mais ne doit pas faire perdre le caractère de la couleur du rang de l'athlète.

EXEMPLES DE RASHGUARDS AUTORISÉS

(Les exemples exposés concernent un athlète grade violet)



EXEMPLES DE RASHGUARDS INTERDITS

(Les exemples exposés concernent les athlètes grade violet)



EXEMPLES DE RASHGUARDS INTERDITS

(Les exemples exposés concernent tous les athlètes)



SHORTS POUR LES HOMMES

Les shorts peuvent être tout noir, tout blanc ou noir et blanc, et/ou la couleur du grade de l'athlète.

Sont strictement interdits : Les poches, les fermetures éclair ainsi que les parties plastiques ou métalliques qui présentent des risques de blessures.

Le short doit être assez long pour couvrir au moins jusqu'à la mi-cuisse (maximum 15 cm en haut du genou) mais ne doit pas dépasser le genou.

Les pantalons de compression (leggings ou spats), de matière élastique et collés à la peau, sont autorisés sous le short. Ils peuvent être tout noir, tout noir, tout blanc ou noir et blanc, et/ou la couleur du grade de l'athlète.

EXEMPLES DE SHORTS AUTORISÉS

(Les exemples exposés concernent les athlètes grade bleu)



EXEMPLES DE SHORTS INTERDITS

(Les exemples exposés concernent les athlètes grade bleu)



EXEMPLES DE SHORTS INTERDITS

(Les exemples exposés concernent tous les athlètes)



SHORTS ET PANTALONS DE COMPRESSION **POUR LES FEMMES**

Les shorts, pantalons de compression (leggings ou spats) et/ou shorts de compression peuvent être **tout noir, tout blanc** ou **noir et blanc, et/ou la couleur du grade de l'athlète.**

Sont strictement interdits : Les poches, les fermetures éclair ainsi que les parties plastiques ou métalliques qui présentent des risques de blessures.

Le short doit être assez long pour couvrir au moins jusqu'à la mi-cuisse (maximum 15 cm en haut du genou) mais ne doit pas dépasser le genou.

EXEMPLES DE LEGGINGS AUTORISÉS

(Les exemples exposés concernent les athlètes grade marron)



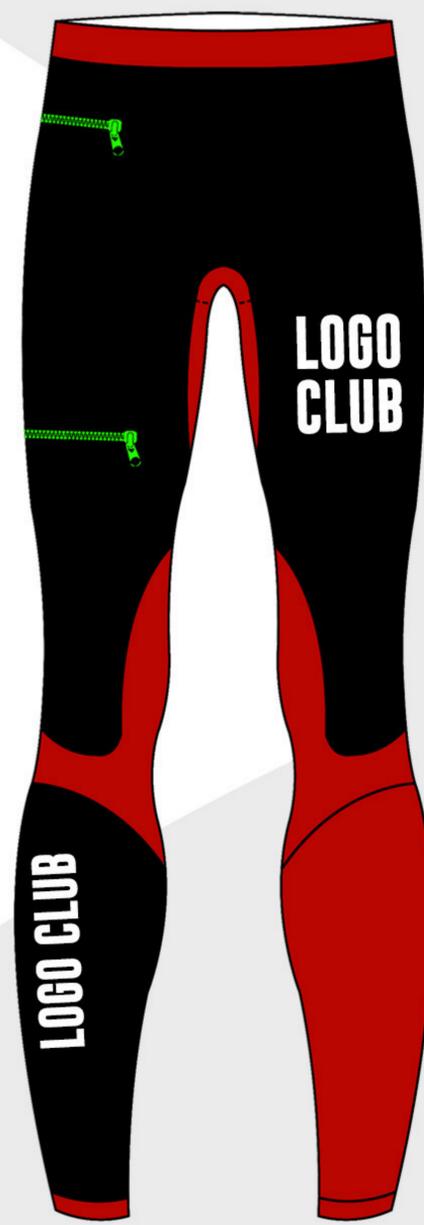
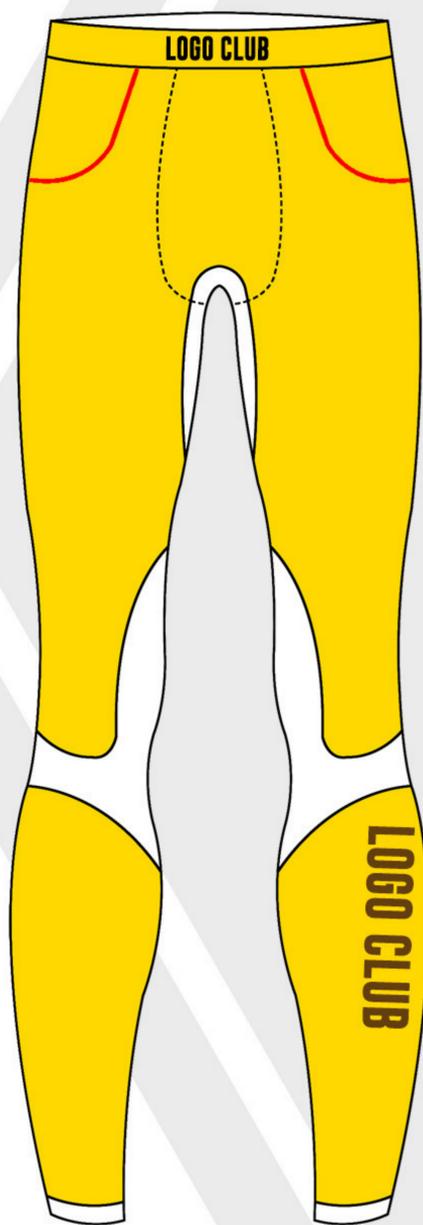
EXEMPLES DE LEGGINGS INTERDITS

(Les exemples exposés concernent les athlètes grade marron)



EXEMPLES DE LEGGINGS INTERDITS

(Les exemples exposés concernent tous les athlètes)



EXEMPLES DE TENUES AUTORISÉES

(Les exemples exposés concernent les athlètes grade violet)

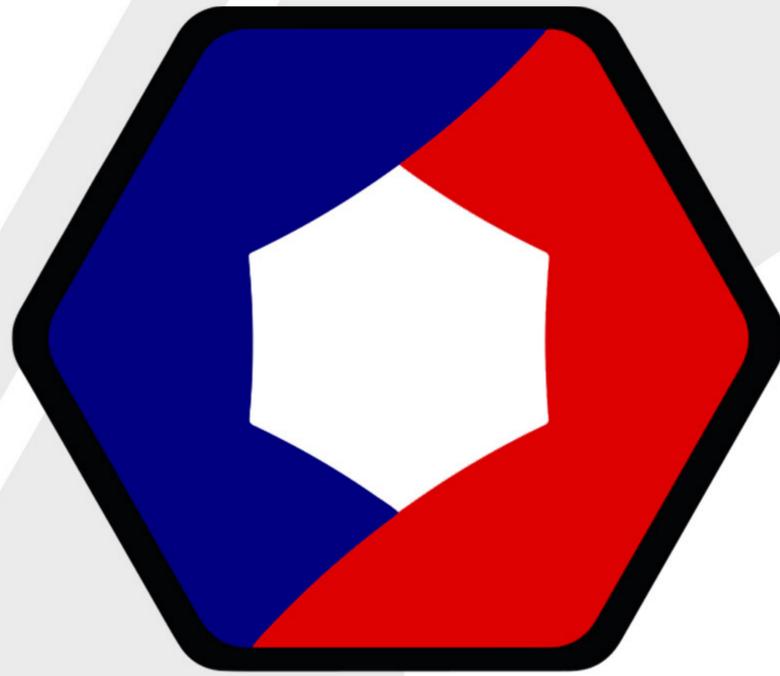


RÈGLES VESTIMENTAIRES

Les athlètes doivent obligatoirement porter des **sous-vêtements**. Il est interdit de porter des sous vêtements similaires à des strings. Seuls les sous-vêtements de type **boxers** ou **slips** sont autorisés.

Aucun couvre-chef, bijoux, barrette, vêtement ou accessoire ne pourra être porté sur les tatamis ni le podium.

La tenue ne peut pas être déchirée ou trouée, être mouillée, sale ou dégager une odeur désagréable.



CFJJB

CONFÉDÉRATION FRANÇAISE DE JIU JITSU BRÉSILIEN