



**ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ  
ПО СУМО**

## Правила проведения соревнований по сумо

### I. Описание.

Сумо – это национальная японская борьба.

В нем сочетаются элементы единоборства, шоу и священнодействия. Такого философского ритуала, как приветствие перед поединком, нет ни в одном виде спорта. Соперники приветствуют друг друга, жестами показывая, что пришли с чистыми намерениями, без оружия, и готовы в честном бою доказать свое превосходство. Основные составляющие японского сумо – это дух, техника, тело. И один из главных принципов сумотори звучит так: победив, не возгордись; проиграв, не падай духом!

Сама площадка для борьбы сумо (дохё) представляет собой помост, приподнятый над землей и покоящийся на глиняном фундаменте, круг для борьбы огорожен жгутами из рисовой соломы, концы которых врыты в землю.

В схватке принимают участие двое борцов. Победителем считается тот, кто сумеет вытолкнуть соперника за пределы арены или заставить его коснуться земли любой частью тела кроме ступни. На схватку борцы выходят в специальном поясе, достигающем в длину 9 метров и 80 см. в ширину, который повязывается вокруг талии и между ног, образуя подобие борцовских плавок. Перед началом схватки борцы выполняют различные ритуальные действия, имеющие символические значения: ходят по дохё, рассыпая горстями соль для очищения арены от злых сил, выполняют специальные приседания сико. Схватке предшествует психологическая борьба сикири, когда, сжав руки в кулаки, борцы медленно сходятся почти вплотную и пристально сверлят друг друга взглядом (нирамиаи), пытаясь запугать противника, а затем начинают схватку.

В целом, схватка длится от нескольких секунд до нескольких минут и изобилует напряжёнными моментами, что особенно остро ощущается благодаря исполинским размерам участников весом в 150 кг. и выше.

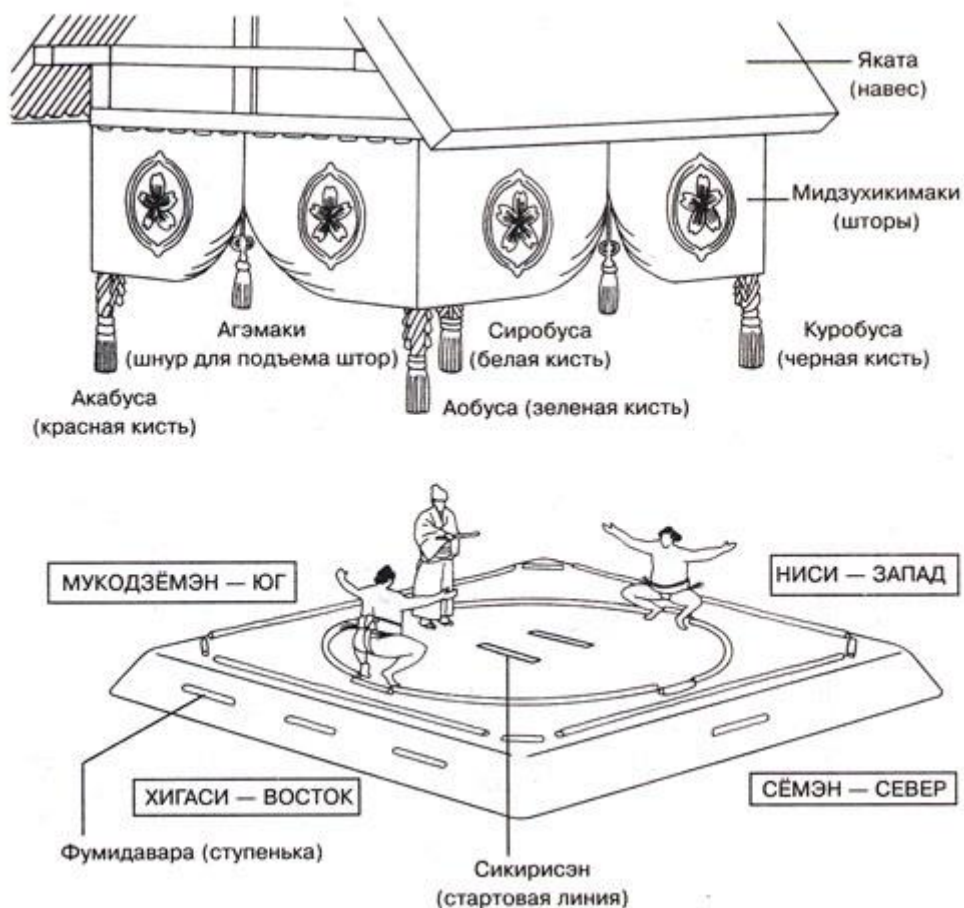
### I. Место проведения соревнований (дохё).

Соревнования по сумо проводятся на квадратной площадке со стороной 7,27 м, которая называется дохё.

Существуют два типа дохё:

- мори-дохё - глиняный или земляной трапезоид высотой 34-60 см;
- хира-дохё - плоский дохё, который используется для тренировок и для соревнований в случае отсутствия мори-дохё.

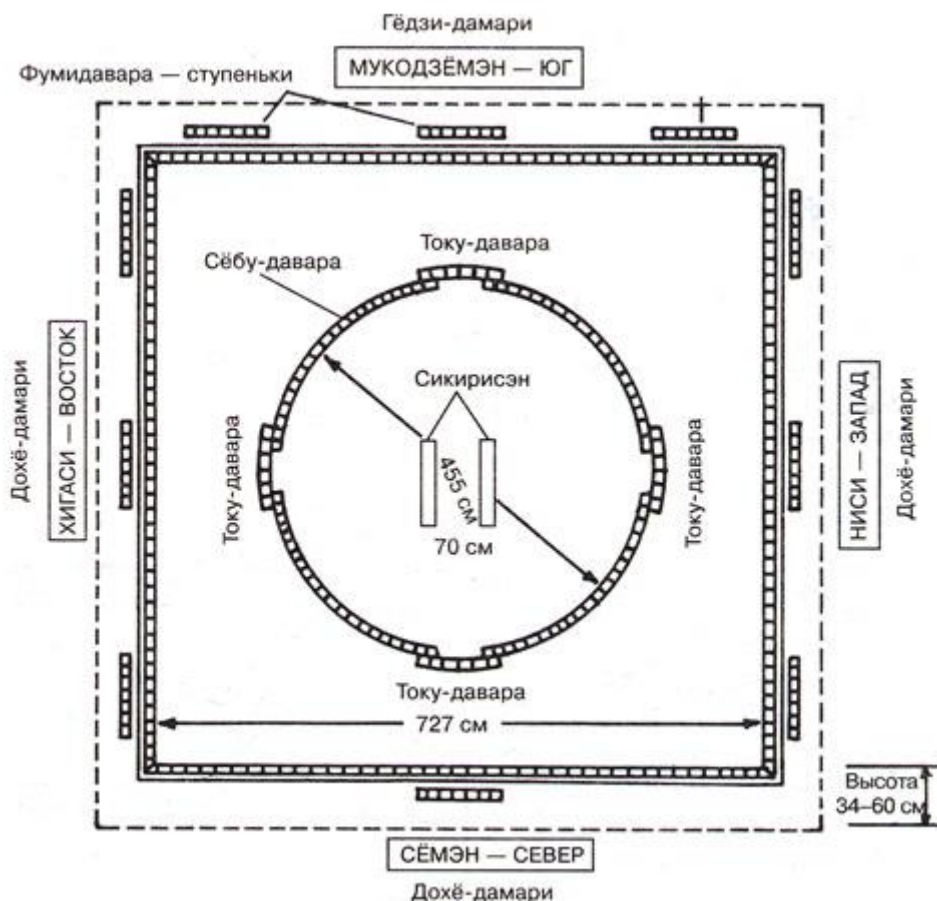




Арена схватки представляет собой круг диаметром 4,55 м, центром которого является пересечение двух диагональных линий квадрата. Арена схватки по периметру ограничена жгутом из рисовой соломы – себу-давара.

В центре круга с восточной и западной стороны дохё на поверхность наносят на расстоянии 70 см друг от друга две стартовые линии белого цвета (сикирисэн). Длина сикирисэн – 80 см, ширина – 6 см.





Внутри круг посыпается песком. Песок разбрасывается также и снаружи круга, вдоль себу-давара, на ширину около 25 см, чтобы образовалась "контрольная" полоса – дзяномэ. В спорных случаях наличие или отсутствие следов на дзяномэ помогает правильно определить исход схватки.

## II. Состав судейской коллегии.

В судейскую коллегию входят: главный судья соревнований, заместитель главного судьи, главный секретарь, судьи, информаторы и другой обслуживающий персонал.

Главный судья несет ответственность за исполнение всех положений, относящихся к общим правилам судейства, включая назначение судейских бригад.

## III. Состав судейской бригады.



Судейская бригада должна состоять из 6 человек: руководитель бригады – симпанте, рефери – гёдзи, 4 боковых судьи – симпаны.



#### **IV. Правила борьбы.**

За исключением особых ситуаций, нижеследующие положения определяют победителя схватки:

- побеждает борец, который вынуждает противника коснуться дохё любой частью тела за пределами себу-давара;

- побеждает борец, который вынуждает противника коснуться дохё любой частью тела, кроме подошв ступней, в пределах себу-давара.

К особым ситуациям относится положение синитай ("мертвое тело") – полная потеря равновесия, неизбежно приводящая к поражению.

Атакующий не проигрывает схватку, касаясь дохё рукой, с тем чтобы смягчить падение и избежать травм при завершении технического действия, в результате которого противник попадает в положение синитай. Данная ситуация называется кабайтэ.

Атакующий не проигрывает схватку, заступая за себу-давара, с тем чтобы смягчить падение и избежать травм при завершении технического действия, в результате которого противник попадает в положение синитай. Данная ситуация называется кабаиаси.

Атакующий не проигрывает схватку, заступив за себу-давара, когда он, подняв противника выносит и опускает его за себу-давара. Данная ситуация называется окуриаси. Однако атакующий проигрывает схватку, если, проводя это техническое действие, выходит за себу-давара спиной вперед.

Атакующий не проигрывает схватку, если при выполнении победного броска подъем его ноги касается дохё.

Не является поражением, если горизонтальная передняя часть маваси (орикоми) касается дохё.

Борцу могут объявить поражение по решению судей в следующих случаях:

1. если он не может продолжать схватку из-за травмы;
2. если он проводит киндзитэ (запрещенные действия);
3. если он самостоятельно заканчивает схватку;
4. если он умышленно не поднялся из исходного положения;
5. если он не выполняет команды гёдзи;
6. если он не явился в сектор ожидания после второго официального вызова;
7. если маэбукуро (гульффик) маваси развязывается и спадает во время схватки.

Если схватка длится дольше установленного времени, но победитель не определен, она останавливается и проводится повторная схватка.





### V. Запрещенные действия (киндзитэ).

В сумо запрещены следующие действия:

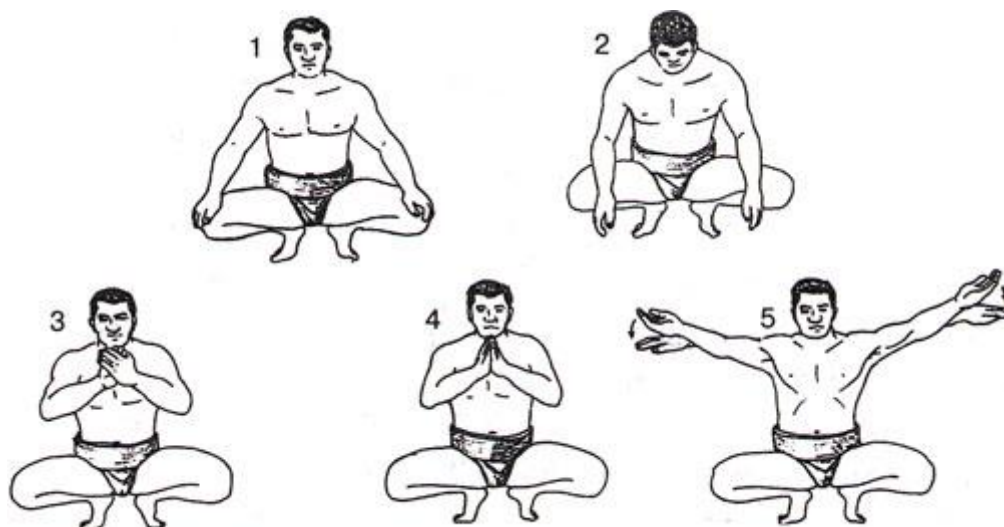
1. удары кулаком или тычки пальцами;
2. удары ногами в грудь или живот;
3. захваты за волосы;
4. захват за горло;
5. захваты за вертикальные части маваси;
6. заламывание пальцев соперника;
7. кусание;
8. прямые удары в голову.

### VI. Ритуалы.

В сумо, как и в других традиционных боевых искусствах Японии, сохраняют и чтят ритуалы и этикет.

Ритуалы состоят из рицу-рей (поклон стоя), тиритедзу (очищение водой) и сикири (изготовка).

**Тиритедзу** - это уникальный ритуал, ведущий свое начало от древнего японского обычая омовения воина перед битвой.



Ритуал тиритэдзу

Тиритедзу выполняется обоими борцами одновременно при выходе на дохё. Они опускаются на корточки в позу соноке, балансируя на носках. Пятки оторваны от пола, туловище и голова держатся прямо, руки опускаются на колени. Борцы опускают руки вниз и кивают друг другу. Затем спортсмены сводят вытянутые руки на уровне груди, разводят их в стороны ладонями вниз и вновь сводят спереди с хлопком ладонями, выпрямляют руки и разводят их в стороны параллельно земле ладонями вверх, а в завершение ритуала поворачивают ладонями вниз.

**Сикири** - предстартовые подготовительные движения. Борцы садятся на корточки, широко расставив ноги и наклонив туловище вперед. Бедра и плечи



при этом держат горизонтально, а руками, стиснутыми в кулаки, опираются на поверхность дохё вдоль сикирисэн, не касаясь, что соответствует положению "готов!"



Переход из сикири в татай (стартовый рывок-подъем) должен осуществляться спортсменами одновременно.

Ритуалы являются неотъемлемой и важной составной частью сумо и должны выполняться без спешки, достойно и спокойно, подчеркивая гармонию и величие сумо.

## **VII. Схватка.**

Продолжительность схватки для взрослых 18 лет и старше составляет 5 минут.

Если после указанного времени победитель не определен, назначается повторная схватка (торинаоси).

Какой-либо перерыв между схватками не установлен. Следующая схватка начинается сразу по окончании предыдущей.

## **VIII. Вызов участников.**

Участники соревнований выходят на дохё-дамари в следующем порядке:

- в командных соревнованиях две команды, которым предстоит выступать следующими, должны выйти и расположиться в дохё-дамари до окончания предшествующей встречи;
- в личных соревнованиях борец должен находиться в дохе-дамари за 2 схвати до своей собственной.

Находясь на дохё и дохё-дамари, участники соревнований должны вести себя достойно, не допускать грубых выражений, чтобы не ущемлять чувства окружающих.

Борцы приглашаются на дохио судьей-информатором по микрофону громким и внятным голосом 2 раза. Если после второго официального вызова участник не выходит на дохё, ему засчитывается поражение.





### **IX. Представление участников.**

Борцы принимают участие в соревнованиях под теми номерами, которые они получили на жеребьевке. Судья-информатор представляет всех борцов в каждой весовой категории в начале соревнований поименно. Перед началом каждой схватки участников представляют поименно с указанием их данных (возраст, рост, вес), титулов и званий.

### **X. Начало схватки.**

Схватка начинается по команде гёдзи после выполнения необходимых ритуалов.

### **XI. Остановка схватки.**

Гёдзи может остановить схватку один или несколько раз из-за травмы, беспорядка в одежде (маваси) или по какой-либо другой причине, не зависящей от желания участника.

Время, затраченное на перерывы на одного борца, может быть установлено Положением о соревнованиях.

### **XII. Конец схватки.**

Схватка заканчивается, когда гёдзи, определив исход схватки, объявляет: "Себу атта!" - и указывая рукой в ту сторону дохё (Восток или Запад), с которой начинал схватку победитель.

Борцы по этой команде должны прекратить борьбу.

### **XIII. Объявление победителя (катинанори).**

После окончания схватки и объявления "Себу атта!" гёдзи и борцы возвращаются на исходные позиции.

Проигравший выполняет поклон (рэй) и покидает дохё. Победитель принимает позу сонкё и, после того как гёдзи, указывая на него рукой, объявит: "Хигаси-но кати!" ("Победа Востока!") или "Ниси-но кати!" ("Победа Запада!"), протягивает правую руку в сторону и вниз.

В случае прекращения схватки из-за применения одним из борцов запрещенного приёма объявление победителя происходит в установленном порядке.

В случае невозможности продолжения схватки одним из борцов из-за травмы его противник принимает позу сонкё, и гёдзи в установленном порядке объявляет его победителем.

В случае неявки одного из борцов вышедший на дохе борец принимает позу сонкё, и гёдзи в установленном порядке объявляет его победителем.

### **XIV. Одежда.**





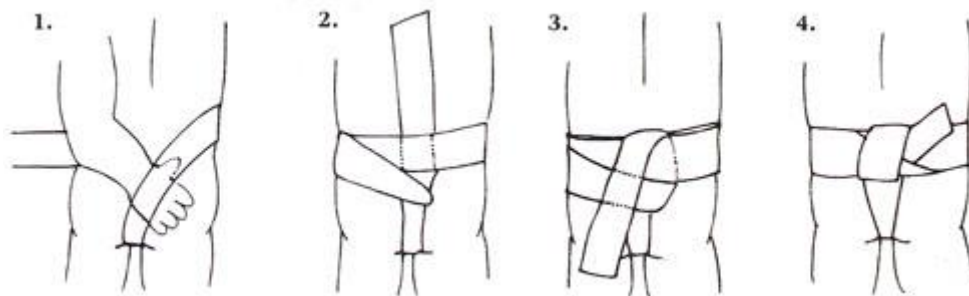


Участники соревнований должны надевать набедренный пояс-повязку - маваси. Однако в любительском сумо разрешено под маваси одевать плавки или облегающие шорты черного цвета.

Ширина маваси составляет 40 см, определенная длина не предписана, но длина маваси должна быть достаточной для того что бы его можно было обернуть вокруг торса спортсмена 4-5 раз.

Спортсменам запрещается выходить на схватку с надетыми на себя предметами, которые могут травмировать противника. Это в первую очередь относится к металлическим украшениям (кольца, браслеты, цепочки и т.д.). Тело борца должно быть совершенно чистым и сухим, ногти на руках и ногах коротко острижены. Эмблему клуба, федерации, номер и т.д. разрешается прикреплять (привязывать) к маваси.

#### Порядок завязывания маваси:



Принятая в Международной федерации сумо форма одежды:



Арбитр (Гёдзи)  
(Гёдзи)



Судья  
(Симпай и Симпантё)



Борец  
(Сумотори)

