

## **JUDÔ**

Única arte marcial integrante do programa, o judô Paralímpico é disputado apenas por atletas com deficiência visual. Logo, a classificação não é feita por critérios funcionais, e sim por critérios médicos.

### **CLASSIFICAÇÃO**

Os atletas estão divididos em três classes, todas elas começando com a letra B (*blind*, cego em inglês):

B1 – cegueira total. O atleta pode perceber a luminosidade, mas é incapaz de identificar qualquer objeto ou pessoa;

B2 – campo visual inferior a 5 graus. Os atletas conseguem perceber vultos e reconhecer formas;

B3 – campo visual entre 5 e 20 graus, o que significa que o lutador é capaz de perceber imagens.

### **PAPEL DA ARBITRAGEM**

O árbitro só inicia o combate quando os dois atletas estão segurando o quimono um do outro. É sua função manter a pegada entre os lutadores. Caso os dois não estejam em contato, a luta é interrompida.

### **APRENDER A CAIR**

Um dos maiores benefícios do judô Paralímpico é ensinar o atleta a cair de forma adequada. Como o judô os auxilia a se deslocarem e a se posicionarem corretamente, eles acabam evitando, com isso, acidentes na vida cotidiana.

## **JUDO**

The only martial art to be part of the programme, in Paralympic judo only those with a visual impairment can compete. Classification is not decided by functional criteria, but by medical criteria.

### **CLASSIFICATION**

Athletes are divided into three classes, all beginning with the letter B:

B1 – completely blind. The athlete can perceive light, but is incapable of identifying any object or person;

B2 – visual field below 5 degrees. Athletes can perceive figures and recognise shapes;

B3 – visual field between 5 and 20 degrees, which means that the competitor is capable of perceiving images.

### **REFEREE'S ROLE**

The referee only begins the contest when the two athletes are holding each other's kimono. Their role is to maintain contact between the competitors. If the pair are not in contact, the fight is stopped.

### **LEARNING TO FALL**

One of the biggest benefits of Paralympic judo is teaching the athletes to fall properly. As judo helps them move and position themselves correctly, the athletes end up avoiding accidents in everyday life.