

ПРАВИЛА ЛЮБИТЕЛЬСКОГО СУМО

Любительское сумо — это вид борьбы в набедренной повязке (маваси), который проходит на специальной площадке — дохё. Правила включают требования к экипировке, условия проведения схватки, способы победы, а также перечень разрешённых и запрещённых действий.

Экипировка и требования к участникам

Спортсмены выступают в набедренной повязке — маваси. В любительском сумо разрешается, а иногда требуется надевать под маваси облегающие шорты чёрного цвета. Ширина маваси составляет около 40 см, а длина должна позволять обернуть его вокруг тела спортсмена 4–5 раз.

Участникам запрещено выходить на схватку с предметами, которые могут травмировать соперника. Это касается металлических украшений — колец, браслетов, цепочек и других подобных вещей. Тело борца должно быть чистым и сухим, а ногти на руках и ногах — коротко острижены.

На маваси дополнительно закрепляется кусок белой ткани с коротким обозначением страны.

Место проведения соревнований

Схватки проходят на площадке, называемой дохё. Обычно это квадрат со стороной 7,27 м.

Существуют два вида дохё:

- **мори-дохё** — возвышенная глиняная или земляная площадка высотой 34–60 см;
- **хира-дохё** — плоская площадка, используемая для тренировок или соревнований при отсутствии возвышенного дохё.

Арена для борьбы представляет собой круг диаметром 4,55 м. Граница круга обозначается жгутом из рисовой соломы — себу-давара.

В центре круга находятся две стартовые линии белого цвета — сикирисэн. Они расположены на расстоянии примерно 70 см друг от друга и служат точкой начала схватки.

Правила борьбы

Победителем считается борец, который:

- вынудил соперника коснуться земли за пределами круга;
- заставил соперника коснуться дохё любой частью тела, кроме подошв ступней.

Особые ситуации

Существует положение **синитай** («мёртвое тело») — момент, когда борец полностью потерял равновесие и поражение становится неизбежным.

В некоторых случаях атакующий борец не считается проигравшим, даже если он касается земли или выходит за пределы круга:

- **Кабаитэ** — борец касается дохё рукой, смягчая падение при завершении приёма, когда соперник уже находится в положении синитай.

- **Кабаиаси** — борец заступает за край круга, чтобы избежать травмы при падении соперника.
- **Окуриаси** — борец выносит соперника за пределы круга и сам делает шаг за границу, но остаётся победителем, если выходит вперёд, а не спиной.
- При выполнении броска допустимо касание дохё поднятой ногой.

Также не считается поражением, если передняя горизонтальная часть маваси касается поверхности дохё.

Поражение может быть засчитано по решению судей, если:

- борец не может продолжать схватку из-за травмы;
- применяет запрещённые действия (кинзитэ);
- сам прекращает борьбу;
- умышленно не поднимается из исходного положения;
- не выполняет команды судьи;
- не выходит на схватку после второго официального вызова;
- маваси развязывается во время схватки;
- время схватки истекло и победитель не определён (в этом случае назначается повторная схватка).

Решения судей окончательные и не подлежат обжалованию.

Запрещённые действия

В сумо запрещается:

- наносить удары кулаками;
- бить по глазам или в область гениталий;
- хватать соперника за волосы, уши или пальцы;
- хватать за переднюю часть маваси, закрывающую гениталии;
- проводить удушающие приёмы;
- тыкать пальцами;
- наносить удары ногами в грудь или живот;
- делать захваты за горло;
- заламывать пальцы;
- кусаться;
- наносить прямые удары в голову.

Разрешённые действия

Разрешены:

- толчки и выталкивания;
- захваты;
- броски;
- подсечки;
- толчки, пощёчины открытой ладонью (харитэ) (без замаха и выхода за ширину плеч);
- толчки корпусом;
- захваты за разрешённые части тела и маваси;

Продолжительность схватки

Время поединка зависит от возраста участников:

- 13–15 лет — 3 минуты;
- 16–17 лет — 5 минут;
- 18 лет и старше — 5 минут.

Если по истечении времени победитель не определён, назначается повторная схватка (торинаоси).

Дополнительные правила

Переход от подготовительной стадии (сикири) к стартовому рывку (татай) должен происходить одновременно у обоих спортсменов.

Ритуалы являются важной частью сумо и выполняются спокойно и достойно. На дохё участники должны соблюдать уважительное поведение и не использовать грубые выражения.

На чемпионате мира и других соревнованиях любительского сумо применяется система весовых категорий.

Основные команды, которые произносит гёдзи (судья) в любительском и традиционном сумо. японская фраза → транскрипция → перевод на русский.

Команды гёдзи в сумо

Подготовка к старту

Камаете! (Камаэтэ!)

→ «*Приготовьтесь!*» / «*Займите позицию!*»

Команда борцам принять стартовую позицию перед началом схватки. ([ИФС Сумо](#))

Ryōte o dōji ni tsuite! (Рё:тэ о до:джи ни цуйтэ!)

→ «*Коснитесь поверхности обеими руками одновременно!*»

Судья требует, чтобы оба борца одновременно поставили руки на дохё перед стартом. ([ИФС Сумо](#))

Te o tsuite! (Тэ о цуйтэ!) (Дополнительно. Не всегда.)

→ «*Руки на землю!*» / «*Поставьте руки!*»

Напоминание борцам поставить руки на дохё если долго не ставят.

Nikimasu yo — (Хикимасу ё)

→ «Внимание!» / «Будьте готовы»

Начало схватки

Наккеуо! (Хаккэ-йой!)

→ «Начали!» / «Боритесь!» / «Вперёд!»

Главная команда старта атаки (татай). ([Википедия](#))

Во время схватки

Nokotta! Nokotta! (Нокотта! Нокотта!)

→ «Ещё в круге!» / «Бой продолжается!»

Судья повторяет её во время борьбы, чтобы показать, что никто ещё не проиграл.

Остановка схватки

Matta! (Матта!)

→ «Стоп!» / «Ложный старт!»

Используется при ошибке старта, нарушении или необходимости остановить бой.

Завершение схватки

Shōbu atta! (Сё:бу атта!)

→ «Исход решён!» / «Победа определена!»

Команда после окончания схватки.
