

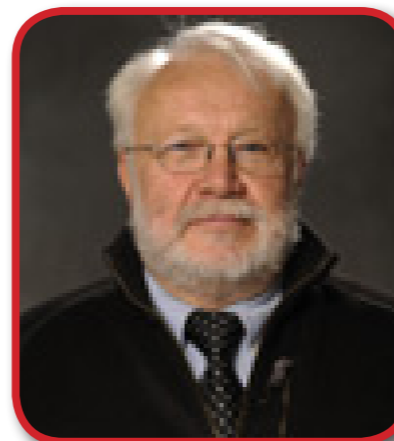
Comité de Judo du Bas-Rhin

LE GUIDE DU JUDO BAS-RHINOIS SAISON 2009/2010



Sommaire

Éditorial	1
Formation (judo, jujitsu, disciplines associées)	3
Arbitrage	7
Conseil des Ceintures Noires	9
Animations sportives / Stages sportifs	11
Compétitions	13
Préparations aux passage de grade	19
Communication	21
Informations pratiques	23



La saison sportive 2008/2009 s'achève avec son cortège de satisfactions et d'inquiétudes.

Satisfactions pour les organisateurs des compétitions, stages, séquences de formation, passages de grades, d'avoir pu répondre aux demandes dans quasi toutes les composantes de notre belle mais exigeante discipline. Inquiétudes, aussi, face à l'avenir! Faut-il refaire de même ? Saurons-nous faire ? Sommes nous

assez nombreux, compétents, pour relever le défi ?

La saison écoulée a permis d'engranger de l'expérience. Il nous reste à exploiter cet enseignement pour trouver des formules plus performantes ou simplement plus adaptées aux différents publics qui constituent notre sympathique monde du judo bas-rhinois.

Pour la saison à venir, il nous faut un fil d'Ariane, une marche à suivre. Voici donc le nouveau programme qui a été concocté en fonction des dates nationales, interrégionales, régionales, pour s'ajuster au mieux aux besoins pressentis dans le Département. Certes ce programme n'est pas parfait! Il ne peut pas l'être! Mais je formule le vœu sincère et engagé, que la saison prochaine, ainsi construite, sera une belle et grande saison, pour tous collectivement et même pour chacun à sa façon.

D'avance je remercie les clubs qui s'engagent à organiser et réorganiser dans leurs installations les championnats et tournois. Ces moments forts confèrent au judo bas-rhinois une identité et surtout une animation précieuse. Chaque club se doit de participer à ces événements selon ses possibilités : avec des participants, des arbitres, des commissaires, des juges, des responsables. La participation aux événements sportifs est un objectif pour le club. Les résultats deviennent des indicateurs permettant de moduler les entraînements, les cours, la vie des groupes et des sections.

S'il vous plait, affichez ce programme pour qu'il puisse être lu par le plus grand nombre ! **A bientôt sur et autour des tapis !**

François BLUEM

Président du Comité du BAS-RHIN de JUDO

LA FORMATION

Personnes référentes :

Gilbert WALTER, gilbert.walter@comitejudo67.fr

Mickaël MERVELET, mickael.mervelet@comitejudo67.fr

> Pourquoi une formation au niveau départemental ?

Relancer une dynamique qui permettra à tous de s'informer, d'apprendre ou rafraîchir ses connaissances. Un outil de proximité pour continuer à former de bons judokas dans nos clubs. Former aux deux premiers niveaux de qualification proposés par la FFJDA. Vous trouverez donc un programme de sessions de formations courtes (2h en soirée et deux matinées) réparties sur le département afin de limiter les déplacements.

> Pour qui ?

Pour tous bien sûr : judokas, professeurs, futurs professeurs, judokas curieux, ...

> Les formations en dehors du tatami Ces formations sont assurées par le CROSA

▶ GESTION ET CADRE JURIDIQUE

Connaissance du cadre associatif, rôles et responsabilités des dirigeants, cadre juridique et spécificités locales, convention collective

▶ MANAGEMENT

Préparer, manager et gérer un projet, construire et animer son équipe, mettre en œuvre la communication appropriée

▶ LANGUES VIVANTES

Connaissances de base en anglais, perfectionnement

▶ INFORMATIQUE

Excel : Calculs, fonctions mathématiques, concevoir des tableaux croisés dynamiques.

Power Point : mettre en forme un diaporama, créer des présentations

Acess : apprendre à utiliser une base de données.

CROS - Alsace

CROSA - Maison des Sports

4 rue Jean Mentelin - BP 28 - 67035 STRASBOURG Cedex 2

Tél. : 03 88 26 94 37 / Fax : 03 88 26 94 40

<http://alsace.franceolympique.com/>

Courriel : secretariat@crosa.com



> Les formations sur le tatami

▶ REGROUPEMENTS KATA

Les vendredis ou les mercredis de 19h à 21h au Dojo Robert Schaeffer de Schiltigheim.

▶ REGROUPEMENTS JUJITSU

- Les premiers lundis de chaque mois à Schiltigheim de 19h à 21h (sauf jours fériés).

- Les judokas désirant pratiquer le jujitsu en compétition pourront s'adresser à la ligue d'Alsace de judo.

- Open JuJitsu de Gundershoffen.

Pas de sélection pour un échelon supérieur

- Intervention en club, regroupement « district »

Dates en fonction des disponibilités.

- Les interventions sollicitées par les districts seront prises en charge par le Comité Départemental, les clubs qui souhaitent une intervention spécifique (en dehors du district) prendront en charge les frais du cadre technique.

▶ STAGES

Jujitsu : une fois par saison, Eschau (inscription préalable) / Schiltigheim

Arbitrage, école d'arbitrage en districts, voir pp. 6-7

Stages élites, voir p. 11

Taiso

Judo éveil

> Quelles qualifications peut-on obtenir?

(extraits des textes officiels)

▶ ASSISTANT CLUB

«Assistant club» est une qualification fédérale, délivrée par les «ligues», qui permet à son titulaire d'assister avec une réelle efficacité pédagogique, et en sa présence, un enseignant titulaire d'une certification lui conférant l'autonomie pédagogique pour l'enseignement du judo-jujitsu (BEES, CFEB). L'assistant-club est sous la dépendance fonctionnelle de cet enseignant qui est son tuteur, il ne peut intervenir seul.

Exigences préalables à l'entrée en formation : être présenté(e) par le président et le professeur du club où le candidat est licencié, être au moins cadet(te) 1ère année, au moins ceinture marron, être licencié(e) à la F.F.J.D.A. pour l'année en cours, être titulaire d'un passeport sportif en cours de validité.

Chaque candidat est titulaire d'un carnet de formation qui présente le contenu de la formation et les enseignements suivis. Pour conserver leur qualification les assistants-club doivent participer à au moins 10 heures de formation continue sur la saison sportive.

▶ ANIMATEUR SUPPLÉANT

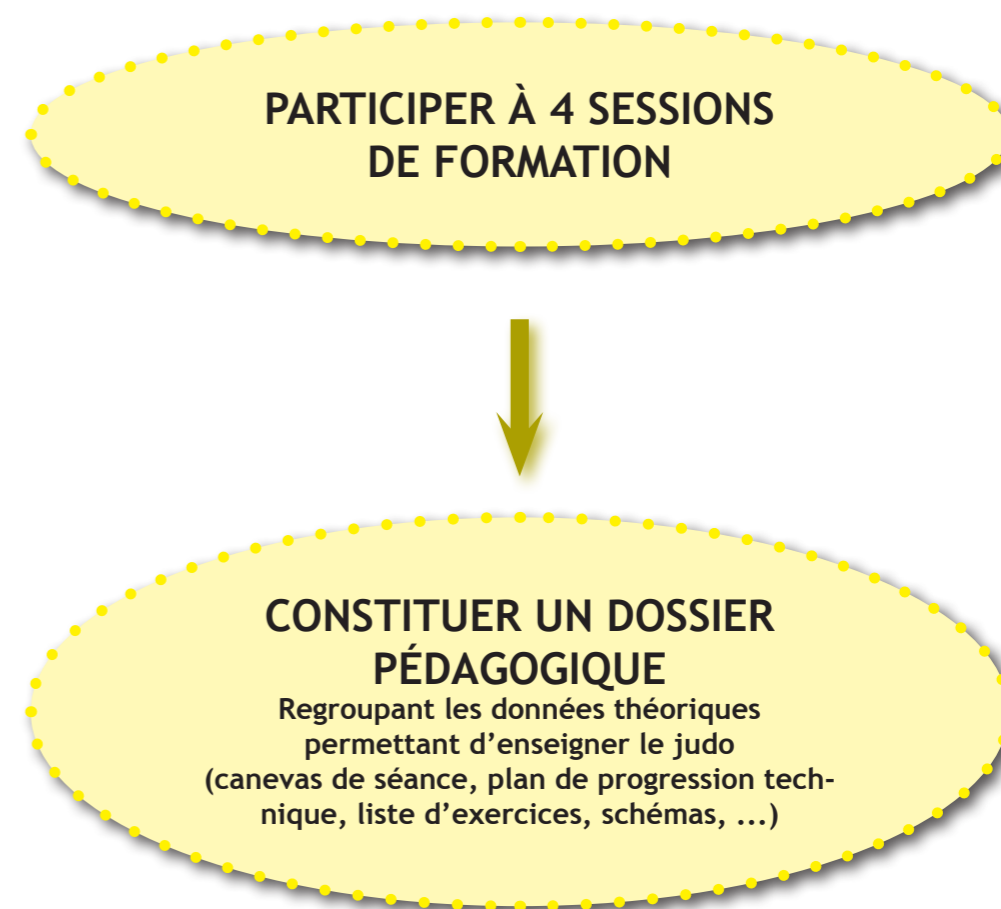
«Animateur suppléant» est une qualification fédérale, délivrée par les ligues, qui permet à son titulaire d'assister avec une réelle efficacité pédagogique un enseignant titulaire d'une certification lui conférant l'autonomie pédagogique pour l'enseignement du judo-jujitsu (BEES, CFEB). L'animateur suppléant est sous la dépendance fonctionnelle de cet enseignant qui est son tuteur, il intervient dans un cadre bénévole. Il ne peut exercer que dans le cadre des activités de l'association où il est licencié. Il peut intervenir seul en cas d'absence de l'enseignant pour cause de maladie, encadrement de compétition, formation continue fédérale, empêchement exceptionnel. Cette qualification ne permet pas de délivrer des grades.

Exigences préalables à l'entrée en formation être présenté(e) par le président et le professeur du club où le candidat est licencié, être titulaire de la qualification d'assistant club (sauf pour les candidats au moins 1 dan qui en seront dispensé), être âgé d'au moins 18 ans au jour de l'évaluation finale, être au moins ceinture marron, être licencié(e) à la F.F.J.D.A. pour l'année en cours, être titulaire d'un passeport sportif en cours de validité, être titulaire de l'AFPS.

Pour conserver leur qualification les animateurs suppléants doivent participer à au moins 20 heures de formation continue organisées ou reconnues par l'ERJJ sur la saison sportive.

> Pour obtenir la qualification (assistant club ou animateur suppléant)

Deux étapes :



> Les nouveautés 2009/2010

▶ DANS CHAQUE DISTRICT

Intervention d'un expert une fois par saison en Kata / JuJitsu / Pédagogie judo; les judokas en formation peuvent valider la partie théorique en participant à ces formations.

▶ AU NIVEAU DÉPARTEMENTAL

Des entraînements mensuels en Jujitsu Combat - Kata - Jujitsu - Judo
Les séances Kata seront «à la carte» selon les attentes des participants (nage no, kimeno, etc.)

▶ DES STAGES

Taïso : une fois par saison

Jujitsu : une fois par saison

Katas : préparation au passage de grade, durant les vacances de la Toussaint, février et Pâques, voir pp. 20-21

Un stage discipline associée (Ne Waza, Jodo, Chanbara)

L'ARBITRAGE

Responsable de l'arbitrage départemental :

Sébastien CAQUAS, sebastien.caquas@comitejudo67.fr

Responsable des commissaires sportifs :

Jean-Luc DANY, jean-luc.dany@comitejudo67.fr

> L'école d'arbitrage

L'école d'arbitrage a pour but de former les judokas qui souhaitent connaître l'arbitrage, soit pour devenir arbitre ou commissaire sportif, soit pour passer l'unité de valeur (UV 1) ou encore former les judokas au sein de leur club.

Le fonctionnement est différent cette saison : les intervenants de la commission départementale d'arbitrage se déplaceront en district, les dates seront communiquées à la suite des réunions de district. Ainsi, tous les judokas pourront bénéficier d'une formation en arbitrage, et ceci en limitant les déplacements.



> Stage d'arbitrage

Ce stage de formation théorique des arbitres Bas-Rhinois constitue un apport considérable d'informations, surtout concernant les nouvelles règles. Tous les enseignants qui souhaitent être informés des nouvelles dispositions en matière d'arbitrage sont les bienvenus à ce stage.

Rendez-vous le 18 octobre au dojo de Duppigheim à 14h

> La coupe du jeune arbitre

▶ La coupe du jeune arbitre est une compétition fédérale qui s'adresse aux minimes, et cadet(te)s licenciés F.F.J.D.A. Le grade minimum est ceinture verte.

▶ Cette compétition a pour objectif de donner des bases théoriques et pratiques d'arbitrage à des jeunes judokas, de susciter des vocations d'arbitre, d'impliquer les jeunes arbitres dans le corps arbitral départemental et ainsi

initier des vocations quant aux prises de responsabilités au sein des clubs.

▶ À l'instar des autres compétitions fédérales, la coupe du jeune arbitre se déroule sur plusieurs niveaux :

**Département et région pour les Minimes
Département, région et inter-région pour les cadets**

▶ La coupe du jeune arbitre se déroule sur une journée où les candidats subissent une épreuve théorique et une épreuve pratique. Les meilleurs sont alors sélectionnés à l'échelon supérieur.

▶ Les dates de la coupe départementale sont :

**le 13 décembre pour les cadets
le 14 mars pour les minimes**

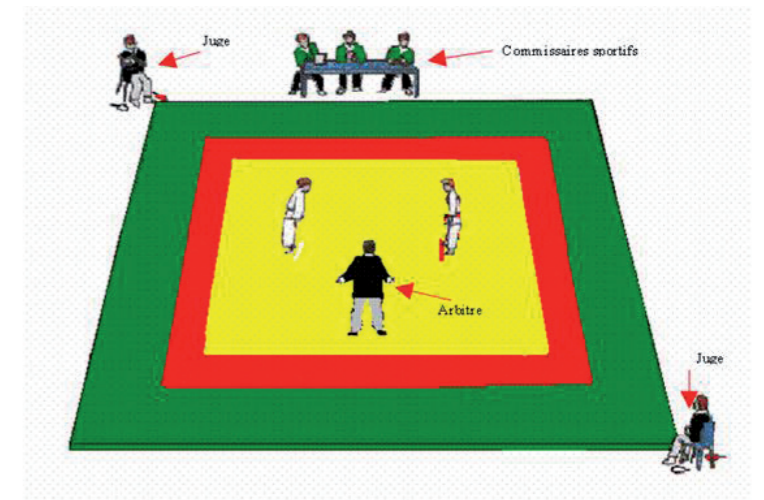
En dehors de ces dates nous sollicitons les jeunes arbitres désireux de s'entraîner à venir le faire soit dans leur district soit au sein du corps départemental d'arbitrage en se faisant connaître auprès de l'instructeur départemental.

▶ Équivalences

À partir du niveau départemental, la note de 14/20 à la coupe du jeune arbitre pourra servir d'équivalence pour l'obtention du requis de connaissances de l'environnement d'organisation des manifestations sportives du premier dan.

Les jeunes arbitres classés

sur le podium interrégional se verront attribuer le titre d'arbitre départemental à l'obtention du grade de ceinture noire 1^{er} dan. Les jeunes arbitres podiums régionaux et interrégionaux participeront aux manifestations et animations sportives de niveau départemental et régional.



> UV - Arbitrage

Les Candidats à l'UV arbitrage pour la saison 2009-10 sont priés de se faire connaître un mois à l'avance afin de les inclure sur les différents plannings auprès de :


DANY Jean-Luc, jean-luc.dany@comitejudo67.fr, pour les UV 1^{er} dan
CAQUAS Sébastien, sebastien.caquas@comitejudo67.fr,
pour les UV 2^{ème} et 3^{ème} dan

LE CONSEIL DES CEINTURES NOIRES

Responsable de la Commission Conseil Départemental des Ceintures Noires :

Huguette VAETH

huguette.vaeth@comitejudo67.fr



Le Conseil des Ceintures Noires du Bas-Rhin regroupe **toutes les Ceintures Noires** de judo, kendo, jujitsu et disciplines associées. Le responsable est nommé par le comité bas-rhinois de judo pour la durée de l'olympiade et ses membres sont choisis en fonction de leurs compétences. Le Conseil suit les préceptes de son fondateur Maître Jigoro Kano (1860-1938).

> Quel est son objectif ?

Le Conseil se veut proche des clubs, particulièrement des Ceintures Noires, qui appliquent les valeurs **Shin** (la moralité, l'esprit, le caractère), **Ghi** (la technique, l'habilité), **Tai** (la force du corps, la forme physique), ainsi que le principe de «la meilleure utilisation de l'énergie», facilité grâce à «l'entraide et la prospérité mutuelle», «JITA KYOEI».

> Quelles sont ses compétences?

1. Il se pose en gardien des traditions et de l'éthique spécifique au judo

- ▶ La tradition c'est la transmission du passé au présent.

Le Conseil a pour devoir de conserver l'esprit de notre discipline ainsi qu'un devoir de mémoire, mais aussi la transmission du kata.

- ▶ L'éthique ou ensemble de règles morales que tout judoka doit respecter : le code moral du judo

2. Il organise la rencontre des Ceintures Noires

autour d'un thème choisi, le mondo.

3. Il détecte les judokas bénévoles ou à récompenser

- ▶ met les judokas et bénévoles à l'honneur,
- ▶ analyse les actes de candidatures.

4. Il remet les distinctions et récompenses

- ▶ les décorations départementales et fédérales,
- ▶ les diplômes de ceinture noire,
- ▶ le prix du fair-play

la coupe du fair play est remise à plusieurs reprises au cours de la saison sportive. Plusieurs critères sont généralement retenus par le jury composé des membres du Comité Départemental du Bas-Rhin : le comportement, l'esprit sportif, le respect des règles, des adversaires et des arbitres, la technique donc la beauté du geste. Durant la saison 2008/2009, le choix fut des plus difficiles, et c'est tant mieux, car nos judokas ont démontré que les valeurs du judo/ jujitsu ne sont pas de vains mots, et qu'ils s'appliquent sur et en dehors du tatami.

> Diplômes et distinctions :

- ▶ Les diplômes de vos ceintures noires arrivent au comité et sont triés par les membres du CDCN. N'hésitez pas à nous appeler pour venir les chercher. Nous vous proposons également de nous déplacer et de remettre ces diplômes en club !

- ▶ Tous les formulaires de récompenses, ainsi que les guides sont à télécharger sur le site du comité, à la page du CDCN

> Les dates importantes à retenir pour 2009/2010 :

le 8 mai 2010 : Rencontre annuelle des Ceintures Noires
au club de La Claquette

les 5 et 6 juin 2010 : remise du prix du fair play

ANIMATIONS SPORTIVES

Personnes référentes :

Claude PREVOST, claud.prevost@comitejudo67.fr
Éric Bresch, eric.bresch@comitejudo67.fr

> L'inscription aux animations et compétitions

▶ Deux types de contrôles seront mis en place :

1er contrôle :

Pour un judoka qui participe à sa première compétition de la saison, il devra présenter son passeport en règle (certificat médical d'aptitude à la compétition de moins d'un an, deux timbres de licence dont celui de la saison en cours, grades signés) et si l'ensemble des données sont valides pour la saison, les commissaires apposeront sur son passeport une vignette qui le dispensera de contrôle pour les manifestations suivantes. Il se présente ensuite à la pesée.

2è contrôle :

Pour les judokas dont le passeport possède déjà la vignette de validité pour la saison en cours, un accès direct à la pesée leur sera réservé.

Pour les animations mini-poussins et poussins, la pré-inscription est obligatoire, et un code couleur sera utilisé pour différencier les catégories de poids et faciliter la gestion des jeunes judokas.

> Entraînements de Masse Seniors

Des entraînements mensuels

Constitution d'une équipe du Bas-Rhin seniors

Participation à une coupe par équipes de département seniors

STAGES SPORTIFS

Personnes référentes :

Claude PREVOST, claud.prevost@comitejudo67.fr
Mickaël MERVELET, mickael.mervelet@comitejudo67.fr

> Groupe Elite Benjamins Minimes

▶ C'est un groupe de judokas sélectionnés en fonction des résultats aux compétitions. Des stages et tournois pris en charge par le CD 67 seront proposés en plus des entraînements CPS (Centre de Perfectionnement Sportif) cf plus bas groupe 67 : entraînements décentralisés.

▶ Stages Groupe Élite :

Benjamins : 27 et 28 février 2010 à La Claquette; 1^{er} et 2 mai au CREPS
Minimes : 19 décembre à Schiltigheim; 6 et 7 mars à La Claquette; 24 et 25 avril au CREPS
Cadets : judo multi-activités les 19 et 20 décembre à Barr; stage Élite cadets les 5 et 6 décembre au CREPS

▶ Des poules de sélection seront organisées pour la participation à divers tournois. Le groupe évoluera en fonction du comportement des judokas. Chaque judoka du groupe devra mériter sa place.

> Groupe 67

▶ Les entraînements du Groupe 67

Entraînements Décentralisés

Sont destinés en priorité aux benjamins et minimes. Ces entraînements ont lieu une fois par mois dans des dojos de clubs de différents secteurs du Bas-Rhin.

Dates et horaires : diffusés par les clubs suite aux réunions de districts courant octobre

▶ Les stages du Groupe 67

Sont destinés au même public et auront lieu au dojo de Schiltigheim (côté gauche de la piscine) de 9h à 17h, repas compris

Du 26 au 28 octobre 2009

Du 8 au 10 février 2010

Du 12 au 14 avril 2010

Coût du stage 35 €

COMPÉTITIONS

Personnes référentes :

Claude PREVOST, claud.prevost@comitejudo67.fr
Mickaël MERVELET, mickael.mervelet@comitejudo67.fr
Eric BRESCH, eric.bresch@comitejudo67.fr

Nouveauté : animations déconcentrées en grands districts et nouveau circuit pour les cadets (cf. schéma)

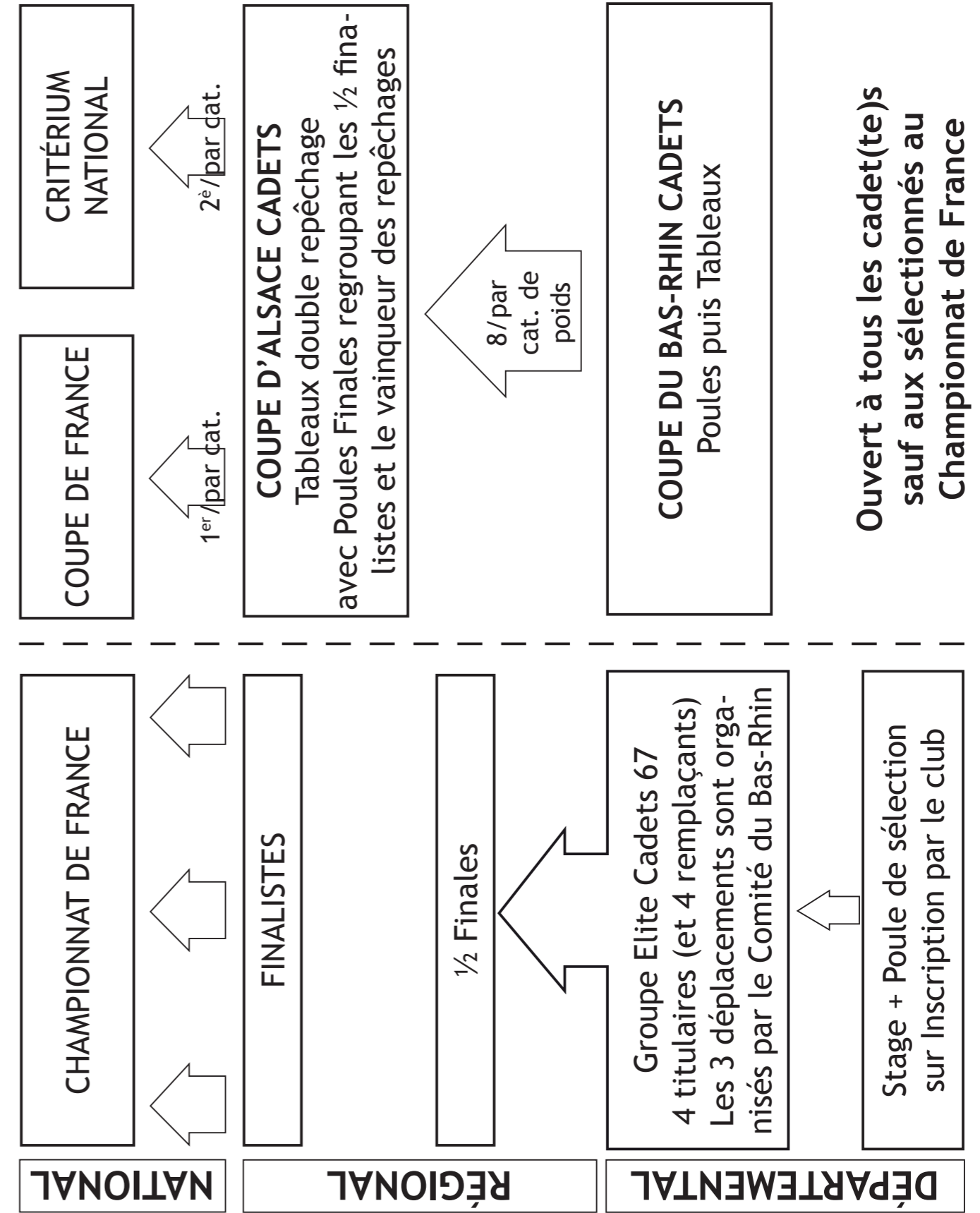
► Benjamins/Minimes

Trois tournois sont organisés selon un cahier des charges défini par le comité départemental. Ces compétitions serviront de support à un classement établi en fonction du quota de sélection fixé par la ligue d'Alsace. En plus de permettre une sélection réaliste, cette formule permet aux judokas désireux de pratiquer la compétition en loisir, d'avoir le choix entre plusieurs tournois. Nous conjugons animation et compétition.

► Cadet(te)s

Nouveauté : un groupe Élite 67 a été créé avec des stages, des tournois et un suivi des compétiteurs.

De plus, un nouveau circuit a été mis en place pour les cadets :



> Mini-Poussin(e)s nés en 2002-2003

Inscription
préalable !

Animation déconcentrée en Grands Districts et prise en charge par le Comité Départemental (Élus et CT)

▶ Coupe Ne Waza / Date communiquée par les clubs

Animation Randori

Début du randori à genoux, pas de saisie installée

Pas de catégories de poids : regroupements par gabarits équivalents

Durée : 1 minute (minimum 3 randoris par judoka)

Échauffement dirigé, pas de coach

Arbitrage favorisant l'action et l'attitude dynamique :

Yuko : renverser sans parvenir à un contrôle final, sortir d'une immobilisation

Wazari : marquer une contrôle de uke sur le dos, une immobilisation sans parvenir à la maintenir 10 secondes.

Ippon : Immobilisation maintenue 10 secondes

> Poussin(e)s nés en 2000-2001

Inscription
préalable !

▶ Coupe Morphologique le 13/12/09 à Barr - 9h

Animation Randori

Pas de catégories de poids : regroupements par gabarits équivalents

Rencontres en poules (minimum 3 randoris par judoka)

Un arbitre par tapis, échauffement dirigé, pas de coach

Présence de tous les judokas à 9h (pour l'inscription car il n'y a pas de pesée)

> Benjamin(e)s nés en 98-99

▶ Coupe Vollmer - Tournoi de Lauterbourg le 15/11, garçons : 9h, filles : 11h

▶ Tournoi de Bischwiller le 24/1, garçons : 9h, filles : 11h

▶ Tournoi de Barr le 14/3 (à confirmer), garçons : 9h, filles : 11h

Grade minimum : ceinture jaune

Rencontres en poules, puis sortie des 1^{ers} en tableau (minimum 3 combats par judoka)

ou repêchage systématique (minimum deux combats)

Un arbitre par tapis, coaching éducatif, échauffement dirigé

Catégories de poids officielles

Classement général sur trois tournois pour la participation au niveau régional

▶ Entraînements groupe 67 - voir page 11

> Minimes nés en 96-97

▶ Coupe Vollmer - Tournoi de Lauterbourg le 15/11, garçons : 13h30, filles : 14h30

▶ Coupe du Bas-Rhin à Barr le 13/12, garçons : 14h, filles : 12h

▶ Tournoi de Bischwiller (support à la coupe du jeune arbitre) le 24/1 garçons : 14h30, filles : 13h

Grade minimum : ceinture orange

Rencontres en poules puis tableaux

Un arbitre par tapis, coaching éducatif, échauffement en commun

Catégories de poids officielles

Classement général sur trois tournois pour la participation au niveau régional

▶ Grands Districts

▶ Entraînements groupe 67 - voir page 11

> Cadet(te)s nés en 94-95

▶ Coupe du Bas-Rhin à Schiltigheim le 17/04, filles : 14h

garçons : -46 à -55kg : 8h, -60 à -73 kg : 10h30, -81 à +90 kg : 12h30

Règlement fédéral - voir textes officiels

▶ Coupe du Bas-Rhin par équipes à Schiltigheim (masculins uniquement) le 6/03 à 13h30. Règlement fédéral - voir textes officiels

> Juniors nés en 91-92-93

▶ Championnat du Bas-Rhin à Schiltigheim le 21/11, filles : 13h30

garçons : -55 à 66 kg : 14h30, -73 à -81 kg : 15h30, -90 à +100 kg : 16h30

Règlement fédéral : voir textes officiels

▶ Championnat par Équipes à Schiltigheim le 6/03 à 15h

Règlement fédéral : voir textes officiels

▶ Les juniors peuvent participer aux compétitions seniors

Championnat du Bas-Rhin 2^e division individuels, équipes

Championnat du Bas-Rhin 3^e division

Critérium des Ceintures de couleur

> Seniors

▶ Championnat du Bas-Rhin 2^eème Division à Schiltigheim le 31/01 filles : 14h

garçons : -60 à -66 kg : 8h30, -73 à -81 kg : 10h30, -90 à +100 kg : 12h30

Règlement Fédéral : voir textes officiels

▶ Championnat par équipes 2^eème division à Bischwiller le 23/01

Soirée de gala

Règlement Fédéral : voir textes officiels

▶ Championnat du Bas-Rhin 3^eème division à Schiltigheim le 18/04 (masculins uniquement)

-60 à -66 kg : 8h30, -73 à -81 kg : 10h30, -90 à +100 kg : 12h30

Règlement Fédéral : voir textes officiels

▶ Critérium Ceintures de Couleurs à Schiltigheim les 27/11, 29/01 et 12/3

garçons : -60 à -81 kg : 19h30, -90 à + 100 kg : 20h30, filles : 19h30

Ceintures Orange à Marron, catégories de poids officielles, temps de combat : 3 minutes. Arbitrage assuré par les responsables des clubs présents.

> Quotas de qualification pour les championnats régionaux

Compétitions	Quota
SENIORS 2ème division Masculins (7 catégories)	Quota global : 56 + bonus Mini : 3 par caté. Maxi : 12 par caté.
SENIORS 2ème division Féminines (7 catégories)	Quota global : 56 + bonus Mini : 3 par caté. Maxi : 12 par caté
JUNIORS Masculins (8 catégories)	Quota global : 64 + bonus Mini : 3 par caté. Maxi : 12 par caté.
JUNIORS Féminines (7 catégories)	Quota global : 56 + bonus Mini : 3 par caté. Maxi : 12 par caté.
CADETS Masculins (9 catégories)	Quota global : 72 + bonus Mini : 3 par caté. Maxi : 12 par caté.
CADETTES Féminines (7 catégories)	Quota global : 56 + bonus Mini : 3 par caté. Maxi : 12 par caté.
MINIMES Masculins (10 catégories)	Quota global : 100 Mini : 3 par caté. Maxi : 12 par caté.
MINIMES Féminines (9 catégories)	Quota global : 90 Mini : 3 par caté. Maxi : 12 par caté.

> Coupe Technique : Poussins / Benjamins / Minimes

Les techniques sont à choisir dans la progression française et en rapport avec le grade porté.

Date de la coupe technique : samedi 20 mars à Schiltigheim

1. POUSSINS : deux catégories (Blanc/Jaune-Jaune et Jaune/Orange et +)

► Poussins (Ne Waza)

Kagari Geiko : soit - Uke à 4 pattes, Tori dessus / soit - Uke à genoux avec Tori assis devant, Tori doit garder l'avantage de sa position (dominante) en usant de tous les principes du judo au sol.

Démonstration : Uke à 4 pattes - deux phases :

Vidéo sur le site :
www.judo67.fr

Tori renverse Uke par une technique de son choix.

Reprise de la position de départ puis Tori tente de renverser Uke qui réagit et s'oppose. Tori reprend l'initiative et conclut.

► Poussins (Tachi Waza)

Uchi Komi : Technique au choix dans la progression française et en rapport avec le grade porté

En statique

En déplacement dans 4 directions (avant, arrière, droite, gauche)

► Critères de jugement - Poussins

Kagari Geiko : 1 min. dans chaque rôle

Attitude tonique d'Uke

Pertinence et efficacité des solutions proposées par Tori

Bonus à la variété technique

Démonstration : 30 secondes, chacun des deux partenaires

Respect des principes de déséquilibre, placement, contrôle

L'originalité ne doit pas prévaloir sur la précision et l'efficacité

Uchi Komi : 1 à 2 répétitions en statique, puis 10 secondes en déplacement.

Action de déséquilibre par Tori

Pas de temps d'arrêt entre déséquilibre-placement

Justesse de la forme de corps

2. BENJAMINS / MINIMES : tous grades confondus

► Benjamins (Tachi Waza)

Yaku Soku Geiko : entraînement souple et libre en déplacement

Nage Komi : dans 4 directions sans variations majeures du Kumikata

Kagari Geiko : Tori attaque sur un thème (Te waza, Ashi waza, Koshi waza)

tandis que Uke esquive

► Benjamins (Ne Waza)

Démonstration : Uke 4 pattes - deux phases :

Tori renverse Uke par une technique de son choix.

Reprise de la position de départ puis Tori tente de renverser Uke qui réagit et s'oppose. Tori reprend l'initiative et conclut.

► Critères de jugement - Benjamins

Nage Komi : dans les 4 directions différentes, durant 30 secondes

Action de déséquilibre par Tori

Pas de temps d'arrêt entre déséquilibre-placement-projection

Justesse de la forme de corps

Valeur de l'impact (ippon)

Kagari Geiko : les deux partenaires présentent 1 minute. Chaque couple tire un thème et les deux couples présentent chacun des deux thèmes

Attitude (positive) de Uke

Efficacité, forme de corps. Mobilité, utilisation efficace du déplacement. Efficacité des attaques et enchaînements (pas de mise en scène)

Yaku Soku Geiko : les deux partenaires présentent ensemble durant 1min30

Bonus pour la variété technique

Démonstration : 30 secondes pour chacun des deux partenaires

Respect des principes de déséquilibre, placement, contrôle

L'originalité ne doit pas prévaloir sur la précision et l'efficacité

PRÉPARATION DE PASSAGES DE GRADES

Personne référente :

Mickaël MERVELET, mickael.mervelet@comitejudo67.fr

> Connaissance de l'environnement sportif

La formation est assurée en club, par l'enseignant : il appose sa signature dans le passeport de son élève lorsqu'il le juge apte à se présenter aux épreuves pratiques (une case « théorique » est prévue).

Le test pratique se fera lors d'une compétition départementale : l'enseignant doit inscrire le candidat au CD 67 qui convoque le judoka dans les meilleurs délais. Il n'existe pas de formulaire spécifique, cette inscription pour le test pratique doit toutefois comporter les coordonnées du club et celles du candidat (téléphone obligatoire).

Cette U.V. est un requis pour l'homologation du grade.

> Kata (U.V.1)

Trois tests sont proposés, précédés d'un stage de perfectionnement (pas d'initiation)

Stage octobre : 1^{er} dan

Stage février : 2^{ème} dan

Stage avril : 1^{er} dan

Coût du stage : 30 €

Horaires : de 19h à 21h

Attention !
Inscription préalable
à envoyer un mois avant le stage

Test le 7 novembre à 14h : 1^{er}, 2^{ème} dan

Test le 26 février à 19h : 1^{er}, 3^{ème}, 4^{ème} dan

Test le 29 mai à 14h : 1^{er}, 2^{ème}, 3^{ème}, 4^{ème} dan

Lieu : Dojo de Schiltigheim (côté gauche de la piscine)

Horaires : samedi 14h - vendredi 19h

Attention !
Inscription au test :
Un mois avant la date du test

> Grades Expression technique

Préparation des UV durant les soirées kata et jujitsu, une fois par mois au dojo de Schiltigheim, voir pp. 2-3

> Tests Compétition :

Dimanche 15 novembre - CREPS

Dimanche 7 mars - l'Illberg,
Mulhouse

Dimanche 2 mai - CREPS



Inscriptions à la Ligue d'Alsace de Judo

Horaires : attention ! Selon convocation envoyée par la ligue, dès réception de votre inscription

QUI FAIT QUOI?

Petit tour d'horizon des têtes du comité...

PRÉSIDENT



François BLUEM

Secrétaire Générale



Marthe BALDAUF-VONESCH

Trésorier



Lionel BRECKLE

CTF



Mickael MERVELET

Informatique

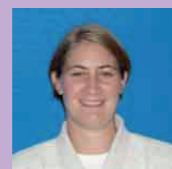


Responsable : Giuseppe IURILLI



Joseph ALBALADEJO

Médical



Responsable : Géraldine BOSS

Lionel LOUIS

SPORTIF



Responsable : Claude PREVOST

Commission Arbitrage



Responsable : Sébastien CAQUAS
Éric BRESCH - Sara SGHAIER - Géraldine BOSS - Samson KADOUCHE - Gaël MATUSZEWSKI

Commission Commissaires sportifs



Responsable : Jean-Luc DANY

Commission Organisation des compétitions

Responsable : Éric BRESCH
Géraldine BOSS - Joseph Iurilli - Sara SGHAIER - Huguette Vaeth

Commission des districts

Responsable : Claude PREVOST

Commission sélection et stages

Responsable : Mickaël MERVELET

Formation



Responsable : Gilbert WALTER



Eric BRESCH

Commission katas

Bruno VONPIERRE - Éric BEFORT

Finances

+

Relations avec les institutionnels

Lionel BRECKLE
François BLUEM

CDCN



Responsable : Huguette VAETH



Lionel LOUIS



Delphine BOUCHOUCHA

Joseph ALBALADEJO
Marthe BALDAUF
Claudine BERI
Giuseppe IURILLI
Sara SGHAIER

Communication



Responsable : Sara SGHAIER
Pierre CORDIER - Huguette VAETH

Webmaster



Pierre CORDIER

Comité de Judo du Bas-Rhin

Maison Départementale des Sports
4, rue Jean Mentelin B.P. 28 - 67 035 STRASBOURG Cedex 2
03 88 26 94 09

E-mail : cd67judo@crosa.com

Site : www.judo67.fr

Permanences secrétariat : lundi 16h30 à 19h - jeudi 17h30 à 19h

Cadre Technique : Mickaël Mervelet

06 70 76 61 11 - mickael.mervelet@comitejudo67.fr

Toutes les infos sur :
www.judo67.fr

Comité de Judo du Bas-Rhin

Maison Départementale des Sports

4, rue Jean Mentelin B.P. 28
67 035 STRASBOURG Cedex 2

03 88 26 94 09

E-mail : cd67judo@crosa.com
www.judo67.fr

Permanences secrétariat :
lundi de 16h30 à 19h - jeudi de 17h30 à 19h