

Le judo club Sanclaudien a le plaisir de vous inviter à participer à sa rencontre amicale au Palais des Sports 7 rue Reybert à SAINT-CLAUDE.

### Le Dimanche 18 Octobre 2020

Catégories d'âges concernées : judokas et judokates nés en 2011, 2012, 2013 et 2014.

**Inscription** : Les inscriptions doivent se faire **sur le site fédéral** via le code club ([www.fjudo.com](http://www.fjudo.com); rubrique extranet).  
Ouverture des inscriptions : le 14 septembre 2020. **Cloûture des inscriptions : mercredi 14 octobre 2020.**

Aucune inscription ne sera prise sur place.

Chaque club doit présenter au moins un arbitre et / ou un commissaire sportif.  
Merci de transmettre par mail la liste de vos arbitres et ou commissaires sportifs au plus tard pour le mercredi 14 octobre à [sandrine.piet@orange.fr](mailto:sandrine.piet@orange.fr)

Chaque judoka doit posséder la licence judo 2020/2021 et un certificat médical d'aptitude à la pratique du judo datant de moins d'un an, ceci étant sous la responsabilité des clubs.

#### PROGRAMME :

**9H30** : Appel des judokas nés en 2011 et 2012.

**9H45** : Echauffement collectif.

**10H10** : Début de la rencontre (remise au fur et à mesure des médailles pour tous les judokas).

**12H** : Fin prévisionnelle de la rencontre.

**Clubs invités** : Clubs du Jura + Judo Club du Haut Bugey

REGLEMENT des rencontres des « petits tigres » du comité du Jura.

**13H30** : Appel des judokas nés en 2013 et 2014.

**13H45** : Echauffement collectif.

**14H10** : Début de la rencontre (remise au fur et à mesure des médailles pour tous les judokas).

**16H30** : Fin prévisionnelle de la rencontre.

**Clubs invités** : Lons, Arinthod-Saint Julien, Moirans en Montagne, Orgelet, Cousance, Bletterans, Thoirette, St Amour, Clairvaux, Voiteur, Champagnole, Montmorot, Mièges, Salins, Judo 39, Morez, Saint Laurent en Grandvaux.

#### REGLEMENT des minis poussins:

Groupe morphologique : poule de 5 ou 6 judokas.

Chaque judoka devra :

1° Faire une expression technique style nage komi avec un partenaire, d'une durée de 30'' ; une note de 10, 15 ou 20 sera mise.

2° Rencontrer 4 ou 5 judokas sous la forme d'un randori éducatif, d'une durée de 1' avec 30'' d'attaque, 30'' de défense chacun, noté également 10, 15 ou 20. L'enchaînement au sol sera autorisé sur attaque directe mais pas à la suite d'un contre.

Afin de garder un caractère éducatif, le juge devra intervenir aussi souvent qu'il sera nécessaire (bms autour du cou, bras tendus, saisie de jambe...)

#### NOTE FINALE :

Les points obtenus au cours des randoris, seront additionnés puis divisés par le nombre de randoris. Nous obtenons une moyenne sur 20 à laquelle nous ajoutons la note d'expression technique pour avoir une note finale sur 40 points.

**Récompenses** : Tous les judokas poussins et mini-poussins seront récompensés par une médaille + classement par club à l'issue de la journée.

Mini-Poussin :

Récompenses : Médaille d'or entre 36 et 40 points,

D'argent entre 32 et 35 points,

De bronze entre 20 et 31 points.

**Mesures liées au Covid** : Port du masque obligatoire pour toute personnes de + de 11 ans.

1 seul accompagnant par judoka (afin de respecter la distanciation physique dans les tribunes).