



Chers amis judokas,

Après 3 années d'absence, l'Energie Judo à le plaisir de vous inviter à son tournoi interclubs qui se déroulera :

Le samedi 18 Mars 2023

À la salle des sports n°1 du May sur Evre.

Pour cette reprise, nous comptons sur l'entraide entre clubs pour venir avec des arbitres et des commissaires sportifs à partir de minimes pour le bon déroulement du tournoi. (Prise en charge des repas par le club)

Amitiés sportives,
L'ENERGIE JUDO





ENERGIE JUDO

49122 LE MAY SUR EVRE

REGLEMENT DE L'INTERCLUBS

Compétition destinée à ouvrir l'esprit des jeunes judokas à la rencontre de combattants autres que son club d'entraînement. Afin de mettre en place et d'améliorer ses techniques et son esprit de compétition.

Cette animation a un but éducatif pour tous, pour les judokas présents et parents - accompagnateurs, pour les arbitres et les commissaires en formation.

Date : Le samedi 18 Mars 2023.

Lieu : Salle des Sports N°1 Le May sur Evre (fléchage)

Participants : Interclubs ouvert à tous les grades, masculin et féminin. Tout combattant ayant une licence FFJDA en cours de validité dans un club.

En informant ses adhérents de la date et des horaires de l'interclubs du May sur Evre, le président s'engage à ce que chaque compétiteur de son club possède une licence FFJDA et un certificat médical en cours de validité. Les compétiteurs peuvent être amenés à présenter leur licence FFJDA.

Arbitrage : Règles d'arbitrage de la FFJDA, assurés par des licenciés de clubs.

Temps de combat maximum : Benjamins (es) 2 min « golden score de 30s »
Poussins(es) 1.5 min + « golden score de 30s »
Combat debout : Poussinets(tes) 1 min + « golden score de 30s »
Eveil Judo (Ne-waza : immobilisation 2 x 10s) 1 min

Organisation : Un échauffement collectif sera organisé avant chaque premier tour de compétition.

Formules de compétition : par poules de 3, 4 ou 5 selon le nombre par catégorie d'âges et de poids. Chaque judoka fera 2 à 3 combats au minimum.

Inscriptions : sur engagement de chaque club. Inscription **gratuite**.

La liste des engagements devra être envoyée **avant le 11 Mars 2023**.

À Guillaume Billaud à l'adresse @ suivante : energiejudo@hotmail.fr

Si possible sous format d'un tableau Excel pour pouvoir vous retourner les résultats.

L'équipe dirigeante de L'ENERGIE JUDO



INTERCLUBS LE MAY SUR EVRE

LE PROGRAMME

Le Samedi 18/03/2023

Catégories	Pesées de	Début des combats
Benjamin(e)s (nés en 2011/2012 – M & F)	9H00 à 9H15	9H45
éveil-judo (nés en 2017/2018 – M & F)	10H15 à 10H30	11H00 (Animation et Combat au sol)
Poussins (nés en 2013/2014 – garçons)	13H30 à 13H45	14H15
Poussinets (nés en 2015/2016 – garçons)	15H30 à 15H45	16H15 Combat debout
Poussinettes (nés en 2015/2016 – <i>filles</i>) et Poussines (nés en 2013/2014 – <i>filles</i>)	17H00 à 17H15	17H30 Combat debout

