



COMPETITION DEPARTEMENTALE 13

DE PARA JUDO ADAPTE

Entraînement pour les Non Compétiteurs

MERCREDI 2 Fevrier 2022 de 10h à 15h00.

Lieu : Dojo Bougainville,

(Boulevard Sévigné, Les Crottes,
Marseille 15^{ème} (à côté du métro de Bougainville))

RAPPEL REGLEMENTATION :

Tableau récapitulatif des prérequis spécifiques pour chaque classe FFSA, visant à garantir une pratique sécurisée.

	CLASSE AB	CLASSE BC	CLASSE CD
COMPETITIONS DEPARTEMENTALES, DE ZONE, REGIONALES ET INTER-REGIONALES	<p>Etre capable d'investir la logique d'activité dans toutes ses composantes : "C'est une activité duelle d'opposition avec préhension ayant pour but de projeter ou d'immobiliser son adversaire sur le dos dans un espace défini et un temps limité en gérant sa sécurité et celle de son adversaire."</p> <p>Connaître les règles simples d'arbitrage Hajime/Matte/Ippon/Osae Komi). Identifier la surface de combat. Savoir gérer sa sécurité et celle de l'adversaire lors d'une chute. Mettre en place une opposition lorsqu'il est attaqué.</p>		
CHAMPIONNAT DE FRANCE	<p>Les compétences suivantes viennent en complément de celles citées ci-dessus. Connaissance globale des règles d'arbitrage. Organiser un système de défense. Organiser un système d'attaque. La participation aux championnats des échelons inférieurs est obligatoire. Il faudra être classé dans les 5 premiers lorsque le championnat s'est déroulé en tableau et dans les 3 premiers (avec au moins un combat gagné) lorsque le championnat s'est uniquement déroulé en poule.</p>		

A. Arbitrage spécifique en fonction des classes pour les seniors et vétérans

	CLASSE AB	CLASSE BC	CLASSE CD
ADAPTATIONS SPECIFIQUES	DEBUT DU COMBAT		
	<ul style="list-style-type: none"> garde installée (manche et revers) pieds du judoka alignés sur le repère au sol. 	<ul style="list-style-type: none"> À distance Après le premier matte, l'arbitre pourra faire démarrer les judokas en garde installée en cas d'écart de niveau trop important 	<ul style="list-style-type: none"> À distance Après le premier matte, l'arbitre pourra faire démarrer les judokas en garde installée en cas d'écart de niveau trop important
	FIN DU COMBAT		
	<ul style="list-style-type: none"> soit Ippon (immobilisation et/ou projection) soit waza-ari awasate ippon soit à la fin du temps de combat réglementaire 	<ul style="list-style-type: none"> soit Ippon (immobilisation et/ou projection) soit waza-ari awasate ippon soit à la fin du temps de combat réglementaire 	<ul style="list-style-type: none"> soit Ippon (immobilisation, projection ou soumission) soit waza-ari awasate ippon soit à la fin du temps de combat réglementaire
CONDITIONS DE VICTOIRE			
<ul style="list-style-type: none"> Le vainqueur est le judoka ayant le plus de points à la fin du combat Ou en cas d'égalité, le vainqueur est désigné par l'arbitre. 	<ul style="list-style-type: none"> Le vainqueur est le judoka ayant le plus de points à la fin du combat Ou l'adversaire a cumulé 3 pénalités ou En cas d'égalité, le vainqueur est désigné par l'arbitre. 	<ul style="list-style-type: none"> Le vainqueur est le judoka ayant le plus de points à la fin du combat Ou l'adversaire a cumulé 3 pénalités. Ou en cas d'égalité, le vainqueur est désigné par l'arbitre après prolongation (durée 2 mn). 	
ARBITRAGE SPECIFIQUE	<ul style="list-style-type: none"> Pas de pénalités (arbitrage éducatif, explication des décisions et fautes) 	<ul style="list-style-type: none"> 1ère pénalité gratuite par faute (arbitrage éducatif, explication des décisions et fautes) 	
	TECHNIQUES INTERDITES		
	<ul style="list-style-type: none"> Shime Waza / Kantsetsu Waza Sutemi Saisie en dessous de la ceinture Attaque directe à une main Saisie au cou avec contrainte cervicale 	<ul style="list-style-type: none"> Shime Waza / Kantsetsu Waza Sutemi Saisie en dessous de la ceinture Attaque directe à une main 	<ul style="list-style-type: none"> Kantsetsu Waza Saisie en dessous de la ceinture
COACH			
<ul style="list-style-type: none"> Possibilité de demander un temps-mort par coach et par combat (durée 15 secondes) 	<ul style="list-style-type: none"> Possibilité de demander un temps-mort par coach et par combat (durée 15 secondes) 		

ARBITRAGE GENERAL	DEFINITION DU IPPON
	<ul style="list-style-type: none"> • OSAE KOMI : 20 secondes. • NAGE WAZA : projection avec force, vitesse et contrôle sur le dos. • SHIME WAZA : par abandon ou décision de l'arbitre.
	DEFINITION DU WAZA ARI
	<ul style="list-style-type: none"> • OSAE KOMI : 10 à 19 secondes. • NAGE WAZA : projection de Uke sur le côté ou sur le dos avec absence de l'un des éléments du IPPON.
	JUDO GI
<ul style="list-style-type: none"> • Chaque compétiteur doit se présenter avec un judogi blanc propre en bon état et conforme au règlement IJF/FFJDA en cours. 	
ARBITRE	<ul style="list-style-type: none"> • Les gestes et termes utilisés sont ceux appliqués lors des compétitions FFJDA/IJF.
COACH	<ul style="list-style-type: none"> • Le coach doit être porteur d'une licence FFSA. • Coaching au Matte uniquement

L'âge à prendre en compte est celui du 1^{er} janvier de l'année sportive en cours

Catégorie d'âge (cf. Règlements Généraux FFSA)	+35 ANS	- 35 ANS	- 21 ANS	- 18 ANS	- 16 ANS	- 14 ANS	- 12 ANS	- 10 ANS
CATEGORIES DE POIDS ⁽¹⁾	MASCULIN							
	-60kg / -66kg / -73kg / -81kg / -90kg / -100kg / +100kg	-55kg / -60kg / -66kg / -73kg / -81kg / -90kg / -100kg / +100kg	-46kg / -50kg / -55kg / -60kg / -66kg / -73kg / -81kg / -90kg / +90kg	-34kg / -38kg / -42kg / -46kg / -50kg / -55kg / -60kg / -66kg / -73kg / +73kg	-30kg / -34kg / -38kg / -42kg / -46kg / -50kg / -55kg / -60kg / -66kg / +66kg	Regroupement de poids.		
	FEMININ							
	-48kg / -52kg / -57kg / -63kg / -70kg / -78kg / +78kg	-44kg / -48kg / -52kg / -57kg / -63kg / -70kg / -78kg / +78kg	-44kg / -48kg / -52kg / -57kg / -63kg / -70kg / +70kg	-36kg / -40kg / -44kg / -48kg / -52kg / -57kg / -63kg / -70kg / +70kg	-32kg / -36kg / -40kg / -44kg / -48kg / -52kg / -57kg / -63kg / +63kg	Regroupement de poids.		
LICENCE ET CERTIFICAT MÉDICAL	Titulaire d'une licence FFSA Compétitive sans contre-indication à la pratique du Judo en compétition.							
NIVEAU DE PRATIQUE MINIMUM	L'éducateur sportif inscrivant le judoka s'engage à ce que le compétiteur ait acquis les compétences techniques minimum garantissant sa sécurité et celle de son adversaire. (cf. A.1 – Prérequis et organisation territoriale)							
TEMPS DE COMBAT ⁽²⁾	AB : 3 min BC : 3 min CD : 3 min	AB : 3 min BC : 4 min CD : 4 min		AB : 1 min 30 BC : 2 min CD : 3 min		AB : 1 min 30 BC : 2 min CD : 2 min	AB : 1 min 30 BC : 1 min 30 CD : 1 min 30	
NB COMBATS MAXI	5 combats	7 combats		6 combats		5 combats		

Rappel des catégories d'âge et de poids

Ces catégories de poids vous sont données à titre indicatif. Elles pourront varier en fonction du poids réel des combattants engagés, du niveau de la compétition ou du nombre de combattants dans une catégorie.

Merci d'indiquer sur la fiche d'inscription le poids réel et la date de naissance de chaque participant.

LICENCE FFSA et PASS SANITAIRE VACCINAL A JOUR vous seront demandés a votre arrivée

Résidence Corot Bat F, 58 Avenue Corot 13013 Marseille. Tél : 04 91 22 85 65/ 06.84.56.25.66
Web : www.comite13sportadapte.fr E Mail: cd13sportadapte@gmail.com
Association Loi 1901. N° SIRET : 401 450 705 0025. Code APE : 9213z



**COMPETITION DEPARTEMENTALE 13
DE PARA JUDO ADAPTE
et Entraînement non compétition
MERCREDI 2 Fevrier 2022
Marseille
Dojo Bougainville**

**FICHE D'INSCRIPTION
A retourner par Mail :**

cd13sportadapte@gmail.com avant le 28 janvier 2022

Association :

Participants :

NOM	PRENOM	SEXE	AGE	POIDS	CLASSIFICATION

Frais de participation : 4€ par judoka

Inscriptions : Merci de nous renvoyer par Mail : cd13sportadapte@gmail.com la fiche d'inscription ci-jointe dûment remplie avant le 28 Janvier 2022.

Les judokas absents à l'appel de leur catégorie seront susceptibles de ne pas pouvoir participer à la compétition.

Merci de bien vouloir respecter les horaires.