



L I G U E
A U V E R G N E
R H Ô N E A L P E S
J U D O - J U J I T S U

01 JUDO TOISSIAT



FRANCE
JUDO
PARA JUDO

COUPE D'EXPRESSION TECHNIQUE PARA JUDO

SAMEDI 23 MARS 2024

- 10h00 – 11h30 :
entraînement en
commun
- 13h30 : prestations
techniques

Le Cube, route de Journans
01250 TOISSIAT

Inscriptions et règlement technique
sur extranet

Contact : Alric FRANÇON 07.76.08.61.40





Programme de la journée

9h30	Accueil
10h00 – 11h30	Entraînement en commun Ouvert à tous, à partir de benjamin (inscription extranet)
Repas tiré du sac	
13h00 – 13h30	Vérification des inscriptions
13h30 – 17h00	Coupe d'expression technique Licenciés para judo, à partir de minime (inscription extranet)

Règlement

La coupe d'expression technique prendra la forme d'un challenge où chaque participant gagnera des points pour son club d'appartenance.

Dans chaque catégorie, des points seront distribués à chaque participant.

Classement	1 ^{er}	2 ^{ème}	3 ^{ème}	Non classé
Points	10 points	5 points	3 points	1 point

Les participants seront répartis dans différentes catégories :

Catégories d'âge :	Catégories de déficience :
- Minime	- Intellectuelle
- Cadet	- Auditive
- Junior/Senior	- Visuelle
	- Motrice non-marchante
	- Motrice marchante

Un classement sera réalisé pour chacune des 15 catégories qui prennent compte la catégorie d'âge et de déficience des participants.

Un trophée sera remis au club qui aura cumulé le plus de points sur l'ensemble des catégories.

L'organisation se réserve le droit de sélectionner des athlètes avec déficience visuelle, déficience auditive et/ou déficience motrice pour les accompagner à la Coupe de France technique Para Judo qui aura lieu le Samedi 22 Juin 2024 à Paris ; en fonction des performances et de l'autonomie des athlètes (organisation d'un comité de sélection).

Tous les participants devront justifier de leur handicap avec un document officiel (certificat médical, ophtalmologique, notification de la MDPH... selon le type de handicap)

Contact : Alric FRANÇON – 07.76.08.61.40

alric.francon@ffjudo.com



Prestations techniques

- Les candidats produiront 3 démonstrations technique libres devant différents jurys
- Le choix du partenaire est de la responsabilité du candidat ; il peut autant choisir un judoka valide qu'un judoka en situation de handicap
- La prestation devra être comprise dans l'intervalle de temps sans quoi le participant se verra retirer des points

Catégorie	Minime	Cadet	Junior/Senior
Temps de prestation	1'30 à 2'00	2'00 à 3'00	3'00 à 4'00

Barème de notation (utilisé par les jurys) : critères de la Coupe de France :

Tachi-waza /40
Variété des situations proposées /10
Précision technique (déséquilibre, placement, contrôle) /10
Variété des déplacements (avant, arrière, latéral, circulaire) /10
Action-réaction /5
Combinaisons et enchaînement /5
Ne-waza/40
Mobilité /10
Variété des conclusions (osaekomi, shime, kansetsu-waza) /10
Variété des positions /10
Suppression des appuis /5
Enchaînement des séquences, liaisons debout-sol /5
Généralités /20
Attitude /5
Présentation /5
Chutes (si possible) /5
Synergie entre les partenaires /5

Le programme est libre, comme lors des passages de grade. La prestation peut tourner autour du tokui-waza (technique spéciale) ou du système d'attaque du participant.

5/100 points sont attribués sur la capacité à chuter (si possible, selon le handicap).

Nous suggérons ainsi de recevoir deux projections du partenaire.

Les personnes pratiquant le jujitsu sont libres d'intégrer des atemis (techniques de frappe) à leur prestation. Les critères seront identiques ; il n'y aura pas de classement séparé pour les jujitsukas.

Contact : Alric FRANÇON – 07.76.08.61.40

alric.francon@ffjudo.com