
FICHE TECHNIQUE

COMPÉTITION PAR EQUIPE DE REGION

Benjamins (2012/2013) - Minimes 1 (2011) (catégories judo)

REGLEMENT :

Ce championnat promotionnel s'adresse aux judokas Benjamins et Minimes qui ne sont pas qualifiés sur le championnat élite.

Chaque équipe sera composée de 5 couples (à chaque tour les couples peuvent changer mais la liste devra être donnée avant le début de ceux-ci).

L'équipe sera comprise entre 6 et 20 judokas d'un même territoire, garçons, filles ou mixte.

DEROULEMENT

Deux équipes s'affrontent dans une compétition technique.

Un tirage au sort est fait pour déterminer l'équipe qui commence. Ensuite c'est à tour de rôle qu'il tire la fiche. L'équipe qui a le bénéfice du tirage au sort commence 3 fois et l'autre 2 fois.

Après avoir tiré au sort une fiche sur laquelle sont notées deux techniques :

2 tachi-waza ou 1 en tachi-waza et 1 en ne-waza avec les photos correspondantes.

- les deux judokas se concertent et chacun doit faire une des deux techniques
- les 2 techniques doivent être réalisées par le couple.
- une seule exécution est possible
- le couple à 2 minutes maximum après le tirage au sort pour s'organiser et démontrer les 2 techniques.

Ensuite le couple B tire au sort une fiche, s'organise et démontre. Ainsi de suite jusqu'à ce que les 5 couples de l'équipe soient passés.

EVALUATION DES TECHNIQUES

De 0 à 5 points en prenant en compte :

- Tachi-waza : l'équilibre, la vitesse, la fluidité et posture de uke, le contrôle, la projection sur le dos.
- Ne-waza : le contrôle dans la liaison à partir de la situation d'étude, le contrôle final, la fluidité et la posture de uke.
- Si la technique se fait sans déplacement ou sans situation d'étude, la note maximale ne peut pas être supérieure à 3.
- Un malus d'un point peut être attribué sur la note du couple si les saluts ne sont pas faits ou mal faits.
- Si les deux équipes ont le même nombre de point, l'arbitre annonce IKIWAKE.
- En cas d'égalité entre les deux équipes, un tirage au sort est effectué pour savoir quel couple commencera la démonstration (la fiche est tirée par le jury).

Calcul des points

Chaque couple rapporte 1 point à son équipe. L'équipe qui a le plus de points a gagné.

ARBITRAGE

Par les enseignants de judo et membres de la CTN

PROGRAMME TECHNIQUE

| TACHI WAZA | NE WAZA |
|-------------------|--------------------|
| O-GOSHI | HON-GESA-GATAME |
| O-SOTO-GARI | YOKO-SHIHO-GATAME |
| KO-UCHI-GARI | KUZURE-GESA-GATAME |
| IPPON-SEOI-NAGE | KAMI-SHIHO-GATAME |
| TAI-OTOSHI | TATE-SHIHO-GATAME |
| O-UCHI-GARI | |
| MOROTE-SEOI-NAGE | |
| HIZA-GURUMA | |
| ERI-SEOI-NAGE | |