FICHE TECHNIQUE

COMPÉTITION PAR EQUIPE DE REGION

Benjamins (2013/2014) catégories judo = Benjamin 1 et Poussin 2 en catégorie Ugsel

REGLEMENT :

Ce championnat promotionnel s'adresse aux judokas Benjamins.

L'équipe sera comprise entre 4 et 10 judokas d'un même territoire, garçons, filles ou mixte.

La rencontre se compose d'une démonstration de 6 techniques et 3 combats avec un regroupement de poids **sans excéder 10 % d'écart**.

DEROULEMENT

Deux équipes s'affrontent dans une compétition technique et combats.

6 judokas font la démonstration technique et ensuite 3 judokas font un combat chacun.

Les techniques

Les techniques doivent se faire en déplacement ou à partir de situations d'étude.

Un tirage au sort est fait par le jury pour déterminer les techniques.

Sur chaque fiche tirée au sort, 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 3 couples de l'équipe soient passés.

Les combats

Les combats ne sont possibles que si les catégories de poids le permettent (pas plus de 10 % d'écart de poids). Il peut y avoir 1, 2 ou 3 combats.

Les combats sont debout à partir de la ceinture JAUNE/ORANGE et au sol pour les ceintures en-dessous (sauf accord des 2 judokas pour combattre debout)

Durée du combat : 1 min 30

CALCUL DES POINTS

1 point par technique connue et réalisée.

1 point par combat gagné. Le point est attribué par l'arbitre.

En cas d'égalité, une technique est tirée au sort et effectuée par le judoka qui n'a pas fait de technique, sinon par un tirage au sort.

A l'issue de la rencontre, le vainqueur est l'équipe qui a le plus de points.

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.

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	