COMITE DEPARTEMENTAL
DRÔME ARDECHE DE JUDO

District Centre / JC Die
Dimanche 10 décembre 2023

- ENTRAINEMENT EVEIL JUDO (2018/2019)
- ENTRAINEMENT MINI POUSSINS (2016/2017)
- ENTRAINEMENT POUSSINS (20014/2015)
- ENTRAINEMENT BENJAMINS (2012/2013) qui ne participent pas au circuit

Le club de Die et le district centre sont heureux de vous accueillir pour la première animation de la saison sportive 2023-2024.

Lieu :

Gymnase Dôme de Glandasse
Rue Léon Archimbaud,
26150 Die

Confirmation des engagements EVEIL JUDO:

EVEIL JUDO

- 8h45-9h00 : accueil
- 9h00-9H10 : échauffement
- 9h10-9h40 : ateliers (x3 : ne-waza, ukemi, opposition)
- 9h40- 9h55 : remise des récompenses

Grade minimum ceinture blanche
Au moins 1 timbre de licence (celui de la saison en cours)
Certificat médical mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique du judo.

Confirmation des engagements MINI-POUSSINS:

MINI-POUSSINS

- 9h40-9h55 : accueil
- 9h55-10H05 : échauffement
- 10h05-10h45 : ateliers (x4 : ne-waza, ukemi, exercices conventionnels et opposition)
- 10h45-11h00 : remise de récompenses

Grade minimum ceinture blanche
Au moins 1 timbre de licence (celui de la saison en cours)
Certificat médical mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique du judo.

Confirmation des engagements POUSSINS-BENJAMINS:

Poussins-Benjamins

- 10h45-11h00 : accueil
- 11h00-11h10 : échauffement
- 11h10-11h50 : ateliers (x4 : ne-waza, ukemi, exercices conventionnels et opposition)
- 11h50-12h00 : 2 randoris non arbitrés
- 12h00-12h15 : remise des récompenses

Grade minimum ceinture blanche/jaune
Au moins 1 timbre de licence (celui de la saison en cours)
Certificat médical mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique du judo.

RAPPEL CONCERNANT L'ORGANISATION :

Dans le but de faciliter le démarrage de l'animation, il est nécessaire et essentiel que L'horaire prévu pour les contrôles soit respecté.

Inscription :
Inscription sur extranet pour toutes les catégories d'âge.
Il est important d'inscrire aussi les judokas qui ne sont pas certains de participer, cela par « commodité » informatique.
Fermeture de l'évènement le mercredi 6 décembre 2023

Responsable de club :
Aucun judoka ne pourra faire l'animation sans un responsable de son club qui devra Veiller au bon comportement de ses judokas tant à l'intérieur qu'à l'extérieur des salles et se conformer au règlement local.
Profs et/ou responsables de clubs arrivent 30 mn avant pour faire un point (8h15 à 8h30).

Fonctionnement :
On prévoit :
- Table centrale : Deux personnes avec PC pour pointer des présents. (Yan)
- Filtrage : Une/deux personnes pour filtrer – donner des explications aux parents enfants si besoin.
Pour la gestion des ateliers, 1 prof par atelier avec 2, 3 ou 4 « assistants » de leurs clubs.
Le prof dirige l'atelier, les « assistants » sont là pour aider les enfants.

- Atelier UKEMI : JC Bourg-lès-Valence
- Atelier opposition : A2G
- Atelier ne-waza : AJ4V
- Atelier exercices conventionnels (pas pour les éveils) : JC Portes-lès-Valence
- Diplôme de participation : AJ4V

Accueil :
Pour tous, pas de vérification de passeports, Les responsables de club viennent à la table centrale avec leur liste pour valider les inscriptions au cours de l'échauffement.

Récompense :
Remise des médailles et de diplôme sur le tapis suite à la prestation de chaque groupe.

Sportivement

Nous comptons sur votre présence et d'avance nous vous en remercions.

26/07 JUDO

FABRE Yan / Responsable District Centre

yan.inbdx@free.fr

FRANCE JUDO