

SAMEDI 21 Janvier 2015

A partir de 14h

GYMNASE Jean MONNET - PORT LA NOUVELLE

INVITATION AU 6 ième
TOURNOI DE LA VILLE
DE PORT LA NOUVELLE

Gymnase : salle Jean Monnet, rue Alain Colas 11210 Port La Nouvelle
Suivre les flèches, la salle est indiquée par un rond noir.
Contact téléphonique : 06 07 72 90 11. / 04 68 48 29 74.



⇒ RÈGLEMENT MINI POUSSIN : Année : 2007-2008 (6-7 ans)

⇒ Mixte

⇒ Une partie technique : - Durée 30sec. Fait une seule fois lors de l'animation.

- Roulade, équilibre, 1 technique.
- Note globale pour la technique : soit 5, soit 10, soit 15 (maxi).

⇒ Une partie randori : - Durée 1 mn.

- Départ : garde saisie.
- Interdiction : sutémis, étranglements, arm-lock, saisie en dessous de la ceinture, dépasser la clavicule. Pas de pénalités, explications données.
- Passage au sol, ne doit pas se prolonger.
- Pour chaque confrontation on apprécie les déplacements, le déséquilibre, la gestuelle, le résultat des attaques.
- On donne à la fin : une note de 5 ou 10 ou 15.
- Le nombre d'ippons n'est pas limitatifs.

⇒ Récompenses : remis à tous participants, ainsi qu'un ticket pour un goûter.

⇒ RÈGLEMENT POUSSIN : Année : 2005-2006 (8-9 ans)

⇒ Mixte ou pas selon le nombre de participants.

⇒ Une partie technique : - Durée 30sec. Fait une seule fois lors de l'animation.

- Technique debout, au sol : on jugera l'exécution, la précision et surtout le contrôle de son partenaire
- Note globale pour la technique : soit 5, soit 10, soit 15 (maxi).

⇒ Une partie randori : - Durée 1 mn30

- Départ : garde saisie.
- Interdiction : sutémis, étranglements, arm-lock, saisie en dessous de la ceinture, dépasser la clavicule. Pas de pénalités, explications données.
- Passage au sol, ne doit pas se prolonger.
- Pour chaque confrontation on note les ippons, 2 ippons arrêtent l'affrontement ; seules les immobilisations amenant à un ippon sont comptabilisées. Si 2 Ippons cela annule les yukos, pour les Yukos : maxis=2
- A la fin du randori les notes possibles seront 5 ou 15 ou 20 : pas de Waza Ari, ippon=10 ; yuko=5 avec un maxi de 2 yukos.

⇒ Récompenses : remis à tous participants, ainsi qu'un ticket pour un goûter. Classement.

⇒ INFO PRATIQUE

Une buvette sera à votre disposition tout l'après-midi.

Médical : présence d'un médecin.

Le comité d'organisation décline toute responsabilité en cas de vol.

⇒ HORAIRES

*Baby: début animation à 13h30 jusqu'à 14h15. Club voisins.

*14h00-14h30 : Inscription et échauffement des mini poussins. Préparation des poules selon morphotypes

*14h30 : Début de l'animation.

*14h30-15h00 : Accueil et contrôle des poussins.

*15h00-15h15 : Echauffement poussins. Préparation des poules, puis début de l'animation vers 15h30

⇒ INSCRIPTION Possibilité d'une pré-inscription soit par mail : dho55guy@gmail.com ou courrier : Guy DHOMS 12 rue La Pérouse 11130 Sigean ou par téléphone 04 68 48 29 74 ou **évidemment sur place le jour de l'animation.**

➡ Avec l'invitation : plan. Quelques aménagements pourront être effectués selon le nombre de participants pour éviter une animation trop longue. Site internet : judo PLN.