Judo Club Gradignan Frédéric Lebrun

INVITATION

Nous avons le plaisir de vous convier
à l'anniversaire du
Judo Club Frédéric Lebrun
qui se déroulera au dojo de La Tannerie à Gradignan
Début des festivités le Vendredi 8 Mai

8, 9 et 10
Mai
2015

10 ans
Joyeux anniversaire

Chère Présidente, Cher Président,

Le Judo Club « Frédéric Lebrun » de Gradignan a le plaisir de vous inviter le
Vendredi 8 mai et Samedi 9 mai 2015
à son tournoi annuel et à ses stages techniques

Vendredi 8 mai *: Tournoi et Entraînements avec les Champions.*

Pré poussins, Poussins, Benjamins : Entraînement et Randoris Educatifs et Arbitrés.
Minimes : Entraînement et Trophée d'ARBITRAGE.
Eveil judo : Entraînement commun avec randoris éducatifs encadrés.

De Pré-Poussins à Minimes, les judokas pourront participer à **un entraînement avec des Champions** avant chaque phase de compétition. Ces champions animeront un entraînement technique de 30-45' pour tous les judokas qui fera également office d'échauffement.
En effet, à l 'occasion de nos 10 ans, nous avons invité différentes personnalités locales du judo au palmarès prestigieux :

Stéphanie Possamaï, 3e des J.O de Pékin 2008 et 3e des Championnats du Monde 2007
Eva Bisseni, Championne du Monde Par Equipe 2006, Championne de France 1e division 2009 et 2010, 3e Championnat du Monde Ju-Jitsu 2014.
Emilie Andéol, Championne d'Europe 2014 et 3e Championnat du Monde 2014.
Cédric Claverie, Champion du Monde Junior, Champion de France 1e division 2002 et Sélectionné Olympique à Athènes 2004, Entraîneur du Pôle France Bordeaux.
Guillaume Fort, 3e Championnat d'Europe Junior 1996, 2e Tournoi Super A de Paris.
Guilaume Sevestre, Champion d'Europe de Nage-No-Kata. Formateur National.

Samedi 9 mai : *Stages Techniques Judo et Jujitsu - A partir de Minimes. (Gratuit- places limitées)*

Par séquences de 2h, cette journée sera l'occasion de se perfectionner grâce aux cours techniques dispensés par nos champions.

En attendant de vous retrouver pour notre fête du Judo, nous vous adressons nos plus cordiales salutations sportives.

Présidente
Marie Line Lamotte

ville de gradignan

FF judo

Directrice Technique
Emilie Harnichard

Judo Club « Frédéric Lebrun » Gradignan, 92 route de Pessac 33170 Gradignan **tel** : 06.64.45.35.35
site internet : http://judogradignan.fr/

Règlement et Organisation de la compétition

1. Le règlement de la F.F.J.D.A servira de référence.
2. Le passeport ou la licence FFJDA 2013-2014 **et** le certificat médical sont obligatoires.
3. Aux vues de la règlementation de la FFJDA (page 78 des textes fédéraux officiels) :

- **Les Pré-poussin(e)s, nés en 2007/2008** ne peuvent participer à une compétition sèche. Aussi il sera organisé un entraînement de masse suivi de randoris éducatifs et encadrés.
  - Tous les judokas de cette catégorie seront récompensés, ceinture blanche 1 liseré acceptée.

- **Les Poussin (e)s, nés en 2005/2006** ne peuvent participer à une compétition sèche. Aussi il sera organisé un entraînement de masse suivi de randoris éducatifs et encadrés.
  - ceinture blanche 1 liseré acceptée
  - randoris éducatifs encadrés et arbitrés par poules de groupe morphologique, la mixité y étant autorisée.
  - Tous les judokas de cette catégorie seront récompensés.
  - Temps des randoris : 1mn30

- **Les Benjamin(e)s de 2003/2004** ceinture jaune acceptée.
  - randoris éducatifs encadrés et arbitrés
  - par poules de groupe morphologique, la mixité y étant autorisée.
  - Temps des randoris : 2mn

- **Les Minimes de 2002/2001: Entraînement avec les champions et** Arbitrage / Teneurs de table

  - Stage d'arbitrage de 15' pour rappel des consignes.
  - Mise en situation d'arbitrage sur le Tournoi et petit cadeau

4. Echauffement / Entraînement de Pré poussins à Minimes
5. Pas de sur-classement.
6. Pas de coaching. Seuls seront admis autour du tatami les commissaires de table, les responsables du tournoi, les arbitres, secouristes et un professeur par club.
7. Les récompenses seront remises à la fin de chaque catégorie d'âge.

Dans un souci d'organisation, nous vous demandons de bien vouloir nous renvoyer une réponse de participation ou non pour le club en général à harnichard.emilie@gmail.com . Nous pourrons ainsi commencer à préparer informatiquement les inscriptions et établir les poules plus rapidement.

Programme

Vendredi 8 mai

Tournoi Interclubs et Entraînements avec les Champions

Horaires	**Intitulé**
9h	Inscription Minimes Trophée Arbitrage
9h	**Pesée Benjamins – Benjamines 2003-2004**
9h15 – 10h00	Entraînement avec les Champions : Benjamin(e)s et Minimes
10h15	Début Compétition Benjamins- Benjamines
11h	**Pesée Poussins – Poussines 2005-2006**
11h30	**Cérémonie d'Ouverture / Démonstrations**
12h-12h30	Entraînement avec les Champions : Poussin(e)s
12h45	Début Compétition Poussins -Poussines
13h30	**Pesée Pré Poussins – Pré Poussines 2007-2008**
14h-14h30	Entraînement avec les Champions : Pré Poussin(e)s
14h45	Début Compétition Pré Poussin(e)s
16h30	**Début Animation Eveil Judo 2009-2010**

Samedi 9 mai

Stages gratuits ouverts à tous à partir de Minimes, ceinture Orange. Places limitées.
Inscriptions sur internet via le lien ci-dessous :
http://goo.gl/forms/X8w2mCCO4y ou au 06.64.45.35.35

Horaires	**Intitulés**	**Intervenants**
9h-11h	Nage No Kata (5 séries)	Guillaume Sevestre
11h-12h30	Judo Sol	Cédric Claverie
14h-16h	Judo Debout	Guillaume Fort
16h-18h	Ju-Jitsu	Eva Bisseni
18h	Apéritif	