



Comité départemental du Rhône
Métropole Lyon Judo

Comité départemental du Rhône Métropole Lyon judo

Classe Sportive judo du collège Martin Luther King (Mions)



Inscrit au sein des structures du Parcours d'Excellence Sportive de la Fédération Française de Judo, la Classe Sportive Judo Départementale de Mions a pour objectif de permettre, aux jeunes collégiens des classes de 6^{ème} à 3^{ème}, la poursuite de leur passion du Judo autour d'un double projet :

- Formation Scolaire
- Formation sportive

Situé en aval des Pôle Espoirs et Pôle France, la Classe Sportive Judo est un indispensable pour l'accession aux structures fédérales de Haut Niveau supérieures.

La compétition n'est pas le point essentiel, une formation générale sur le Judo sera apporté aux jeunes.

Vous retrouverez toutes les informations à l'intérieur de ce document.

Formation Sportive

- Entraînements dans la semaines accès aux stages et tournois de préparations ...
- Accent mis prioritairement sur le travail technique
- Approche tactique de la pratique.
- Approche Préparation physique intégrée.
- Formation générale au judo (règles d'arbitrage, étude des Katas,)
- Benjamins 2, Minimes et Cadets 1

ENTRAINEMENTS

JOUR	HORAIRE	THEME	INTERVENANTS
Lundi	11H – 13H	Technique Randori	Yanis Hadj-Arab
Jeudi	11H – 13H	Technique Randori	Yanis Hadj-Arab

Encadrement Technique:

DI ROLLO Gérard – Président Comité départemental du Rhône – Métropole Lyon Judo - Responsable Administratif
Yanis Hadj-Arab – Encadrement sportif et scolaire

Lieu d'Entraînement :

Salle des Arts Martiaux de Mions – Rue du 11 Novembre 69780 Mions



Accès Transport :

Mise à disposition d'un minibus par la municipalité pour les trajets entre le Collège et la Salle de Judo.



ENVIRONNEMENT MEDICAL



Examens Médicaux obligatoires

- Certificat Médical Obligatoire à l'entrée en Classe Sportive Judo à faire par un Médecin du Sport
- Suivi par infirmière du Collège si besoin.



FORMATION SCOLAIRE



Le Collège MARTIN LUTHER KING:

39 Avenue des Tilleuls

04 78 20 72 59

Principal du Collège : Monsieur GIRMA

Professeur d'EPS coordonateur : Mr DEBARD

- Cycle à partir de la 6^{ème}
- Possibilité de rentrer à partir de n'importe quel niveau de classe
- les sportifs de chaque niveau sont dans la même classe
- Entraîneurs présents aux conseils de classes
- Relation entre Professeur d'EPS en charge de la coordination des judoka et l'entraîneur
- Compétitions UNSS obligatoire
- Attention toutes les options ne sont pas compatibles avec l'appartenance à la Classe Sportive Judo (problème emploi du temps)

Accès :

- Depuis St Priest par Bus et Métro Ligne 62, Tramway
- Depuis Corbas , Feyzin, autres communes du Grand Lyon par Métro, bus, Tramway
- Possibilité d'accès aux transports du Conseil Général (Colombier Saugnieu et autres communes de l'Est Lyonnais ou Communes mal desservies)



DROITS ET DEVOIRS DU JUDOKA EN CLASSE SPORTIVE JUDO

Un Judoka admis en Classe Sportive Judo Départementale s'inscrit dans un double projet :

- Celui d'être un Sportif de Haut Niveau, même si leurs résultats sportifs restent différents, et doit rentrer dans une culture Haut Niveau avec l'investissement et l'assiduité correspondant
- celui d'étudier scolairement et sérieusement. Etre assidue en cours, avoir un comportement exemplaire au sein de l'Etablissement Scolaire.



Pour faire acte de candidature :

Remplir la fiche de candidature jointe, et la retourner au secrétariat du Comité départemental du Rhône – Métropole Lyon Judo – Maison du Judo - 12 Rue St Théodore 69003 Lyon.

Vous serez alors convoquer pour participer aux tests sportifs à l'issue desquels vous serez informé de votre acceptation ou non sur le plan sportif.

A partir de ce moment, vous pourrez mettre en place les démarches d'accès sur l'établissement scolaires

Pièces à fournir :

Passeport sportif afin d'indiquer vos résultats en compétitions

Bulletin scolaire Trimestriel en cas d'intégration en cours de cycle Collège et venant d'un autre collège.

Lettre de motivation.

Mot de votre professeur de Judo détaillant votre profil sportif.

INFORMATION GENERALES

Rattachement Fédérale :

Fédération Française de Judo

21 – 25 Avenue de la Porte de Châtillon 75680 Paris Cedex 14

01 40 52 16 16

www.ffjudo.com

Directeur Technique National : Jean Claude SENAUD

Contacts :

➤ **Comité départemental du Rhône - Métropole Lyon Judo**

12 Rue St Théodore 69003 Lyon

➤ **Coordonateur des Classes Sportives Judo du Rhône**

06 12 71 60 54

comite@judorhone.com

➤ **Yanis Hadj-Arab – Entraîneur de la Classe Sportive Judo, Suivi Scolaire**

06 59 16 88 92

Quelques Résultats et Judokas passés par la Classe Sportive Judo

- **KABONGO Jonathan**
Double Champion de France Cadets UNSS et FFJDA durant ses années au sein de la Classe Judo
Titulaire aux Championnat d'Europe Cadets
- **ALLARDON Jonathan**
Champion de Région Minimes en Classe Sportive Judo
Vice Champion d'Inter Région Minimes en Classe Sportive
Depuis devenu Double Champion de France Juniors -66Kg et -73 Kg
Vice Champion d'Europe Juniors en Septembre 2010
- **CAMARASA Saphia**
Championne de Région Minimes en -52Kg
- **ALLARDON Maxence**
Vice Champion de France UNSS Cadets et 5^{ème} France Cadets FFJDA
Champion d'Inter Région Minimes
- **CISTERNAS Jessica**
5^{ème} au Championnat de France UNSS Cadettes et France FFJDA Cadettes
- **ESTRADE Marina**
3^{ème} Grande Zone Minimes -63Kg
- **ROUABI Mohamed**
5^{ème} Grande Zone Minimes +73Kg
- **De nombreux autres podiums en Championnat de Départements, Région et Inter Régions, UNSS**