



Fédération Française de Judo

Comité départemental du Rhône
Métropole Lyon Judo



GRAND LYON
la métropole



Samedi 12 décembre 2020

à la maison du Judo - 12, rue St Théodore 69003 Lyon

Engagement des jeunes par extranet avant le 01 décembre 2020 inclus
(poids de l'enfant OBLIGATOIRE à l'inscription)

REGLEMENT GRAND PRIX DE NOEL du Crédit Agricole Centre Est 2020-2021

1-Conditions d'engagements :

Enfants nés en **2014 - 2013 - 2012 - 2011** garçons et filles.

Une année de licence FFJDA obligatoire et un certificat médical en cours de validité de moins 1 an

Le kimono sera obligatoire avec une ceinture **Blanche 1liseré (minimum)**

Renvoyer juste la fiche du ou des jury(s) par mail à : comite@judorhone.com
avant le 01 décembre 2020 :

2-Déroulement de la manifestation :

13h00 à 13h30

Mise en place des jurys par le Comité du Rhône - Métropole Lyon judo

13h30 à 16h00

Déroulement de la manifestation du Grand Prix de Noël

(Les récompenses seront remises tout le long de la manifestation).

3-Règlements :

Les garçons et les filles peuvent se rencontrer.

Les enfants devront passer obligatoirement par **les 3 ateliers imposés**

Le nombre de participants par club est illimité, mais par contre, chaque club devra présenter un jury :

1 jury pour 1 à 10 participants

2 jurys pour 11 à 19 participants

3 jurys pour 20 à 29 participants, etc...

Chaque jury sera composé de 2 personnes minimums **et non du même club**

4-Répartitions et explications des ateliers :

ATELIER A : Prise de pinces à linges

Les enfants seront placés face à face, debout à l'intérieur d'un cercle de 3 mètres dessiné à la craie sur le tapis.

Ils seront opposés sur 2 périodes de 30 secondes et ils devront essayer d'attraper sur chaque période, les 5 pinces à linges placées sur le kimono. Entre chaque période de 30 secondes, les pinces seront replacées.

Placement des pinces à linge :



Fédération Française de Judo



GRAND LYON
la métropole



Comité départemental du Rhône

Métropole Lyon Judo

1ère pince : derrière la tête, au col du kimono

2ème pince : au niveau de la manche droite

3ème pince : au niveau de la manche gauche

4ème pince : au niveau du revers droit OU gauche au-dessus de la ceinture

5ème pince : au niveau de la jambe du pantalon droit OU gauche

Critère de notation

Total des pinces à linge sur les 2 périodes de 30 secondes

1 pince à linge = 1 point

2 pinces à linge = 2 points

3 pinces à linge = 3 points etc.

ATELIER B : Vocabulaire judo

L'enfant disposera de 3 minutes pour inscrire sur une feuille le maximum de mots qu'il connaît ayant un rapport avec le judo (Les noms de champion seront accordés)

Critère de notation :

nombre de mots	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
points affectés	0	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	4	4,5	5

nombre de mots	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
points affectés	5,5	6	6,5	7	7,5	8	8,5	9	9,5	10

ATELIER C : La bonne image

Il sera donné à chaque enfant un document avec des images représentant des techniques de judo au sol et debout, ainsi que des légendes correspondantes aux 10 techniques. L'enfant disposera de 3 minutes pour mettre les bonnes légendes en dessous des bonnes images

Voici les images représentées :

Technique au sol :

Kuzure gesa gatame

Yoko shiho gatame

Kami shiho gatame

Tate shiho gatame

Critère de notation :

0 légende correcte = 0 point

1 légende correcte = 1 point

2 légendes correctes = 2 points

3 légendes correctes = 3 points

etc, jusqu'à 10 légendes correctes = 10 points

Technique debout :

O goshi

O soto gari

O uchi gari

Hiza guruma

Tai otoshi

Morote sei nage



Fédération Française de Judo

Comité départemental du Rhône
Métropole Lyon Judo



GRAND LYON
la métropole



GRAND PRIX DE NOEL du Crédit Agricole Centre Est 2020-2021

FICHE INSCRIPTION JURY à RENVOYER AVANT LE 1/12/2020

NOM DU CLUB :

Nombre de jeunes inscrits M/F

**Jury n°1 :
de 1 à 10 Participants**

**Jury n°2 :
de 11 à 19 Participants**

**Jury n°3 :
de 20 à 29 Participants**

**Jury n°4 :
de 30 à 39 Participants**

Important : Les jurys inscrits devront se présenter le jour de la manifestation, à la table centrale.

A RENVOYER AVANT LE 01 DECEMBRE 2020

A : comite@judorhone.com