

Mesdames, Messieurs, les responsables



Jura Sud Judo à le plaisir de vous inviter à participer à sa rencontre amicale au dojo départemental
101 rue du Colonel Casteljau à **LONS LE SAUNIER**.



LE SAMEDI 6 JUIN 2026

Autorisation départementale du CD 39 n°20260606A

Catégories d'âges concernées : judokas et judokates nés en **2016, 2017, 2018, 2019, 2020 et 2021**.

Inscription : Les inscriptions doivent se faire **sur l'extranet fédéral**. **Clôture des inscriptions : mercredi 3 juin 2026.**

Aucune inscription ne sera prise sur place.

Chaque club (dans la mesure du possible) doit présenter au moins un arbitre et / ou un commissaire sportif.
Merci de transmettre par mail la liste de vos arbitres et ou commissaires sportifs au plus tard pour le mercredi 3 juin à jurasudjudo@orange.fr

PROGRAMME :

9H : Appel des judokas nés en 2016 et 2017.

9H15 : Echauffement collectif.

9H30 : Début de la rencontre (remise au fur et à mesure des médailles pour tous les judokas).

11H : Fin prévisionnelle de la rencontre.

Clubs invités (catégorie poussin) : clubs du Jura + Louhans

REGLEMENT des rencontres des « petits tigres » du comité du Jura.

11H : Appel des judokas **masculins** nés en 2020 et 2021.

11H15 : Echauffement collectif.

11H30 : Début de la rencontre (remise au fur et à mesure des médailles pour tous les judokas).

12H30 : Fin prévisionnelle de la rencontre.

Clubs invités (catégorie éveil-judo) : Clubs du regroupement Avenir Judo (Saint-Claude, Arinthod/St Julien, Clairvaux, Lons, Voiteur, Orgelet, Salins et Moirans) + Bletterans, Champagnole et Mièges.

REGLEMENT des Eveil-judo : Groupe morphologique : poule de 4 ou 5 judokas. Combat en Ne-Waza d'une minute en 5 points Maxi (Une amenée sur le dos de son adversaire = 1 point et une immobilisation de 5 sec = 1 point supplémentaire).

14H : Appel des judokas nés en 2018 et 2019.

14H15 : Echauffement collectif.

14H30 : Début de la rencontre (remise au fur et à mesure des médailles pour tous les judokas).

16H15 : Fin prévisionnelle de la rencontre.

Clubs invités (catégorie mini-poussin) : clubs du Jura + Louhans.

REGLEMENT des mini- poussins:

Groupe morphologique : poule de 5 ou 6 judokas.

Chaque judoka devra :

1° Faire une expression technique style nage komi avec un partenaire, d'une durée de 30'' ; une note de 10, 15 ou 20 sera mise.

2° Rencontrer 4 ou 5 judokas sous la forme d'un randori éducatif, d'une durée de 1' avec 30'' d'attaque, 30'' de défense chacun, noté également 10, 15 ou 20. L'enchaînement au sol sera autorisé sur attaque directe mais pas à la suite d'un contre. Afin de garder un caractère éducatif, le juge devra intervenir aussi souvent qu'il sera nécessaire (bras autour du cou, bras tendus, saisie de jambe...)

NOTE FINALE :

Les points obtenus au cours des randoris, seront additionnés puis divisés par le nombre de randoris. Nous obtenons une moyenne sur 20 à laquelle nous ajoutons la note d'expression technique pour avoir une note finale sur 40 points.

Récompenses : Médaille d'**or** entre 36 et 40 points,

D'**argent** entre 32 et 35 points,

De **bronze** entre 20 et 31 points.

16H15 : Appel des judokas **féminines** nées en 2020 et 2021.

16H30 : Echauffement collectif.

16H45 : Début de la rencontre (remise au fur et à mesure des médailles pour tous les judokas).

17H45 : Fin prévisionnelle de la rencontre.

Clubs invités (catégorie éveil-judo) : Clubs du regroupement Avenir Judo (Saint-Claude, Arinthod/St Julien, Clairvaux, Lons, Voiteur, Orgelet, Salins et Moirans) + Bletterans, Champagnole et Mièges.

REGLEMENT des Eveil-judo : Groupe morphologique : poule de 4 ou 5 judokas. Combat en Ne-Waza d'une minute en 5 points Maxi (Une amenée sur le dos de son adversaire = 1 point et une immobilisation de 5 sec = 1 point supplémentaire).

Récompenses : Tous les judokas éveil-judo, mini-poussins et poussins seront récompensés par une médaille.