

# COUPE DE PRINTEMPS

## TOURNOI DE JUDO SAINT JUNIEN

### 8 MAI 2026



Poussins: 9h

Mini-Poussins: 13h30

Micro-Poussins: 15h30

Palais des sports



Le Judo Club de l'AS Saint Junien Porte Océane du Limousin est heureux de vous inviter à participer à :

**44<sup>ème</sup> édition de la Coupe de Printemps**  
**Vendredi 8 Mai 2026**  
**Palais des sports**  
**3 boulevard Marcel Cachin – Saint Junien**

Cette manifestation a pour objectif d'offrir aux plus jeunes (micro et mini-poussins) l'opportunité de se confronter souvent pour la première fois, en ayant une approche de la partie ne-waza (atelier retournement) et de l'affrontement debout (sumo).

Pour les poussins, nous adoptons une position plus traditionnelle avec des combats par poules morphologiques avec un arbitrage éducatif.

Cette plaquette vous exposera l'organisation et le règlement pour les différentes catégories.

Nous vous demandons de nous confirmer votre participation à notre manifestation avant 1<sup>er</sup> Mai 2026 par mail ([judosaintjunien@gmail.com](mailto:judosaintjunien@gmail.com)) en précisant si possible le nombre approximatif de participant par catégories.

Nous vous adresserons en PJ avec cette plaquette un tableau de synthèse pour vos inscriptions et des bulletins d'inscription individuels que vous imprimer et remettre en amont à chaque participant pour simplifier le moment de la pesée.

En espérant vous voir sur le bord des tatamis, recevez nos salutations amicales.

**Maxence Hyvernaud**

Président JC ASSJ POL

## Poussins (es)

**Jeudi 8 mai 2026**

### Organisation

Invitation	Clubs de Nouvelle Aquitaine (Affiliés FFJDA)
<b>Catégories</b>	<b>Poussins(es) né(e)s en 2016 et 2017</b>
Nombre de participants	Environ 120 judokas
Conditions matérielles	Palais des Sports - 650 places assises Buvette 8 surfaces de combat avec 2m de sécurité
Horaires de pesée	Poussins(es) de 9h00 à 9h30
Inscriptions	<b>Par les clubs avant le 1<sup>er</sup> Mai 2026</b> Pesée de tous les combattants Licence Saison 2025 / 2026
Début des combats	Poussins(es) : 9h45
Moyens sanitaires	Médical - Point d'appel pompiers - Hôpital à proximité
Arbitrage	Cadets(es) et plus, ceintures marrons encadrés par des arbitres confirmés et commissaires sportifs Règlement Fédéral Poules morphologiques de 4 combattants Pas de mixité dans les combats

Tous les participants reçoivent une récompense dès la fin des combats.

## Mini-Poussins (es)

**Vendredi 8 mai 2026**

### Organisation

Invitation	Clubs de Nouvelle Aquitaine (Affiliés FFJDA)
<b>Catégories</b>	<b>Mini Poussins(es) né(e)s en 2018 et 2019</b>
Nombre de participants	Environ 150 judokas
Conditions matérielles	Palais des Sports - 650 places assises Buvette 12 surfaces de combat avec 2m de sécurité
Horaires de pesée	Mini-Poussins(es) de 13h30 à 14h00
Inscriptions	<b>Par les clubs avant le 1<sup>er</sup> Mai 2026</b> Pesée de tous les combattants Licence Saison 2025 / 2026
Début des combats	Mini-Poussins(es) : 14h30
Moyens sanitaires	Médical - Point d'appel pompiers - Hôpital à proximité
Arbitrage	Minimes et plus, ceintures bleues minimum, encadrés par des arbitres confirmés et commissaires sportifs Règlement Fédéral Poules morphologiques de 4 combattants Pas de mixité dans les combats Règlement joint

Tous les participants reçoivent une récompense dès la fin des combats.

# Règlement Mini-Poussin(e)s

Animation Par poules morphologiques de 4 combattants  
Surfaces 2m X 2m avec zone de sécurité de 2 mètres

## 2 Ateliers

- Atelier 1 : Randori / Tachi waza
- Atelier 2 : Randori / Ne Waza

### Atelier 1 : Judo

Position debout : Maintenir le Kumi-Kata

Projeter son adversaire à l'aide d'une technique.

Si l'un des judokas tombe (waza ari ou kinza) : 1 point

S'il y a projection sur le dos (ippon) : 5 points

Arrêt du combat quand l'un des judokas a marqué 5pts

Temps maximum 1min (s'il n'y a pas 5 points)

### Atelier 2 : Ne Waza

Dos à dos

Temps : 1min

Contrôle tenu moins de 5 secondes : 1 point

Contrôle tenu plus de 5 secondes : 3 points

Limite 5 points

Pour effectuer le classement de la poule :

- On effectue : le total des victoires par judoka (Atelier 1 et 2)
- le total des points par judoka (Atelier 1 et 2)

L'ordre du classement s'effectuera par :

- 1 - Le nombre de victoires
- 2 - Le nombre de points
- 3 - En cas d'égalité le vainqueur est le vainqueur de l'**atelier 1** entre les deux judokas.

# Micro-Poussins (es)

**Vendredi 8 mai 2026**

## Organisation

Invitation	Clubs de Nouvelle Aquitaine (Affiliés FFJDA)
<b>Catégories</b>	<b>Micro Poussins(es) né(e)s en 2020 et 2021</b>
Nombre de participants	Environ 150 judokas
Conditions matérielles	Palais des Sports - 650 places assises Buvette 12 surfaces de combat avec 2m de sécurité
Horaires de pesée	Micro-Poussins(es) de 15h30 à 16h00
Inscriptions	<b>Par les clubs avant le 1<sup>er</sup> Mai 26</b> Pesée de tous les combattants Licence Saison 2025 / 2026
Début des combats	Micro-Poussins(es) : 16h30
Moyens sanitaires	Médical - Point d'appel pompiers- Hôpital à proximité
Arbitrage	Minimes et plus, ceintures bleues minimum, encadrés par des arbitres confirmés et commissaires sportifs Règlement Fédéral Poules morphologiques de 4 combattants Pas de mixité dans les combats Règlement joint

Tous les participants reçoivent une récompense dès la fin des combats.

## Règlement Mini-Poussin(e)s

Animation Par poules morphologiques de 4 combattants  
Surfaces 2m X 2m avec zone de sécurité de 2 mètres

### 2 Ateliers

- Atelier 1 : Randori / Tachi waza
- Atelier 2 : Randori / Ne Waza

#### Atelier 1 : Judo

Position debout : Maintenir le Kumi-Kata

Projeter son adversaire à l'aide d'une technique.

Si l'un des judokas tombe (waza ari ou kinza) : 1 point

S'il y a projection sur le dos (ippon) : 5 points

Arrêt du combat quand l'un des judokas a marqué 5 points

Temps maximum 1min (s'il n'y a pas 5 points)

#### Atelier 2 : Ne Waza

Dos à dos

Temps : 1min

Contrôle tenu moins de 5 secondes : 1 point

Contrôle tenu plus de 5 secondes : 3 points

Limite 5 points

Pour effectuer le classement de la poule :

On effectue : le total des victoires par judoka (Atelier 1 et 2)

le total des points par judoka (Atelier 1 et 2)

L'ordre du classement s'effectuera par :

- 1 - Le nombre de victoires
- 2 - Le nombre de points
- 3 - En cas d'égalité le vainqueur est le vainqueur de l'**atelier 1** entre les deux judokas.

