



COUPE DÉPARTEMENTALE BENJAMINS

Le samedi 23 mai 2026 à Lambesc, complexe sportif, avenue Léo Lagrange.

Placée en amont du critérium régional benjamins qui aura lieu le dimanche 7 juin 2026 à Cannes, cette coupe départementale est ouverte à tous les judokas qui souhaitent se perfectionner et s'entraîner en vue de cette dernière échéance sportive.

La formule sportive sera la même que celle du critérium régional permettant aux judokas d'avoir des repères et d'envisager le meilleur des résultats à Cannes.

A l'issue de cette coupe départementale, la ranking list des benjamins sera mise à jour avec les derniers points accumulés. Les 200 benjamins les mieux classés de cette ranking seront sélectionnés.

« Je tiens à remercier l'ESCL Judo pour l'accueil qui nous sera réservé tout au long du week-end où plusieurs centaines de judokas combattront sur le tatami.

Je souhaite que tout se passe sous l'égide de notre code moral avec le respect des règles de l'arbitrage et surtout de l'environnement. Les déchets devront être jetés dans les poubelles.

Je vous souhaite une excellente manifestation. »

Jean-François Ringenbach - Président C13 Judo

REGLEMENT TECHNIQUE

PUBLIC : Ouvert à tous les benjamins, Masculins et Féminines

ENGAGEMENT : Sur extranet par le Comité 13. Les clubs devront désinscrire leurs judokas absents connus à l'avance à la fermeture de l'extranet.

INSCRIPTIONS : 3€ par judoka.

ACCOMPAGNEMENT : Obligatoire par une personne mandatée par le club.

ÉMARGEMENT DES ACCOMPAGNANTS : L'émargement des accompagnants se fera sur place.

HORAIRES DES PESÉES :

| | | |
|-------|------|------|
| 8h30 | F-37 | M-35 |
| 11H | F-42 | M-42 |
| 14H30 | F+42 | M+42 |

Durée: 30 minutes. En sous-vêtement.

Rappel: la perte de poids au-delà de 5 % de poids de corps est fortement déconseillée.

FORMULE SPORTIVE : Groupe de 24 judokas en tableau avec repêchage intégral (sous réserve du respect des 10% d'écart entre le plus léger et le plus lourd). Le tirage au sort sera paramétré pour éloigner les judokas d'un même club pour éviter qu'ils se rencontrent au 1^{er} tour d'un tableau ou dans une même poule (Sauf si imposé par le logiciel en fonction de la logique des écarts de poids).

TEMPS DE COMBAT : 2 minutes

ARBITRAGE : Règlement national. Les combats seront encadrés par des minimes qui participeront à la coupe du jeune arbitre, encadrés par des arbitres officiels.

ÉCHAUFFEMENT : Dirigé par un stagiaire BPJEPS/CQP/CAF

RECOMPENSES : Les Judokas terminant dans les 4 premiers seront récompensés. Les judokas marqueront des points comptant dans la ranking list des benjamins. Les 200 meilleurs benjamins seront qualifiés au critérium régional.