



PROJET MINIMES



Estime
Terre de Judo



PREPARATION A « LA COUPE DE FRANCE » par Equipe MINIMES (Ouvert aux Benjamins 2)

Projet :

- Détecter et constituer une équipe Minimes de combattants solidaire et performante.
- Former à la pratique d'éléments de la culture JUDO : pratique (Kata et arbitrage) et culturel
- Préparer les jeunes judokas à une pratique sécuritaire
- Développer des qualités athlétiques spécifiques à cette catégorie d'âge
- Former un jeune judoka à l'esprit et à la pratique judo
- Sensibiliser à l'esprit de groupe comme condition du progrès de tous

Recommandations : Il est souhaitable que les jeunes sélectionnés aient la capacité technique et physique leur permettant de suivre 4 H de préparation, et s'engagent à venir sur l'ensemble des regroupements.

COMITE DE JUDO 54
13 rue Jean Moulin — 54510 TOMBLAINE
Tél. : 03 83 18 88 29 — Mail : secreteriat@cd54judo.fr — Site : cd54judo.fr

2 lieux de regroupements (prévoir une tenue de sport appropriée pour courir à l'extérieur, bouteille d'eau, trousse de pharmacie personnel)

ZONE SUD

UFR STAPS—Faculté du Sport
30 rue du Jardin Botanique—54600 VILLERS LES NANCY

ZONE NORD

Dojo de Rehon
Rue Jean Feuillette—54430 REHON

Horaires : de 09 H 30 à 16 H 00 (repas tiré du sac) les :

- Dimanche 10 Novembre 2019 : Rehon et UFR
- Dimanche 26 Janvier 2020 : Rehon et UFR
- Dimanche 05 Avril 2020 : UFR STAPS

Stage sur sélection les 14/16 Avril 2020

Critère de sélection pour la Coupe de France qui se déroulera le 23/05/19

- Participation aux regroupements et stage d'Avril.
- Résultats en compétition

Equipe d'encadrement :
Marcellin CLAUDEL, Jérémy ANDRES, Céline DONNOT
Jérôme MOUGENOT, Alan COUSIN et Carlito DEUTZER
Hauts Gradés : Jean-Marie Martignon, Thierry Bernard