

A tous les professeurs et présidents

GRAND PRIX TECHNIQUE

Samedi 1er Juin 2019

Dojo départemental de TERGNIER

Participation : Ouvert aux 2009/2010 et 2007/2008.

A partir de la ceinture blanche /certificat médical selon les textes officiels FFJDA. (Pas de passeport obligatoire).

Inscription : Par extranet, pas de pesée.

Le GPT nécessite une préparation dans les clubs en amont. Les judokas seront évalués sur 5 ateliers (1 par tapis).

1) Atelier Tachi Waza :

Le judoka présentera des techniques tirées au sort en fonction de sa catégorie d'âge.

2) Atelier Ne Waza :

Le judoka présentera des immobilisations différentes tirées au sort en fonction de sa catégorie d'âge.

3) Atelier motricité et coordination :

Sous la forme d'un parcours chronométré, cet atelier nécessitera d'effectuer des déplacements coordonnés et précis le plus rapidement possible.

4) Atelier culture Judo :

Il sera proposé sous forme de questionnaire. Il portera sur les thèmes suivants : L'histoire du judo, les grades, le code moral etc...

5) Atelier arbitrage :

Il sera proposé sous forme de questionnaire (règlement « animation » FFJDA).

Les ateliers seront jugés et évalués par des professeurs du département et les stagiaires de la formation AS/AC/CFEB.

Les récompenses seront remises en fonction du résultat et non en fonction du classement.