

PROGRAMME TECHNIQUE SELON LA CLASSIFICATION

		DIVISION 1	DIVISION 2	DIVISION 3
HANDICAP VISUEL (HV)		J1 : grade bleu / marron J2	J1 : grade orange / vert	J1 : grade blanc / jaune
	Debout	IMPOSE 1 technique dans les 4 familles (Koshi Waza - Te Waza - Ashi waza - Sutemi Waza	IMPOSE 1 technique dans les 4 familles (Koshi Waza - Te Waza - Ashi waza - Sutemi Waza)	IMPOSE 1 technique dans les 3 familles (koshi Waza - Te Waza - Ashi Waza)
	Sol	1 technique dans les familles suivantes : Osaekomi Waza, Shime Waza, Kansetsu Waza, entrées, retournements)	1 technique dans les familles suivantes : Osaekomi Waza, Shime Waza, Kansetsu Waza, entrées, retournements)	1 technique dans les familles suivantes : Osaekomi Waza, entrées, retournements)
	Généralités	Historique du judo Bases du judo Code moral Arbitrage	Historique du judo Bases du judo Code moral Arbitrage	Code moral Bases du judo
		LIBRE Thème développé par le candidat 2mn maximum	LIBRE Thème développé par le candidat 2mn maximum	LIBRE Thème développé par le candidat 2mn maximum
	RANDORI Temps : 2 mn	RANDORI Temps : 2 mn	RANDORI Temps : 2 mn	

PROGRAMME TECHNIQUE SELON LA CLASSIFICATION

		DIVISION 1	DIVISION 2	DIVISION 3
HANDICAP AUDITIF (HA)		Mal entendant et sourd grade : bleu / marron	Sourd + handicap associé grade : orange / vert	Sourd + handicap associé grade : blanc / jaune
<p>Debout</p> <p>Sol</p> <p>Généralités</p>	<p>IMPOSE</p> <p>1 technique dans les 4 familles (Koshi Waza - Te Waza - Ashi waza - Sute mi Waza)</p> <p>1 technique dans les familles suivantes : Osaekomi Waza, Shime Waza, Kansetsu Waza, entrées, retournements)</p> <p>Historique du judo Bases du judo Code moral Arbitrage</p>	<p>IMPOSE</p> <p>1 technique dans les 4 familles (Koshi Waza - Te Waza - Ashi waza - Sute mi Waza)</p> <p>1 technique dans les familles suivantes : Osaekomi Waza, Shime Waza, Kansetsu Waza, entrées, retournements)</p> <p>Historique du judo Bases du judo Code moral Arbitrage</p>	<p>IMPOSE</p> <p>1 technique dans les 3 familles (koshi Waza - Te Waza - Ashi Waza)</p> <p>1 technique dans les familles suivantes : Osaekomi Waza, entrées, retournements)</p> <p>Code moral Bases du judo</p>	
	<p>LIBRE</p> <p>Thème développé par le candidat 2mn maximum</p>	<p>LIBRE</p> <p>Thème développé par le candidat 2mn maximum</p>	<p>LIBRE</p> <p>Thème développé par le candidat 2mn maximum</p>	
	<p>RANDORI</p> <p>Temps : 2 mn</p>	<p>RANDORI</p> <p>Temps : 2 mn</p>	<p>RANDORI</p> <p>Temps : 2 mn</p>	

PROGRAMME TECHNIQUE SELON LA CLASSIFICATION

	DIVISION 1	DIVISION 2	DIVISION 3
HANDICAP MENTAL (HM)	<p>Division C/D</p> <p>Critères</p> <ul style="list-style-type: none"> - Compréhension de la notion d'opposition - Connaissance de la règle du "judo" - pour gagner, je dois attaquer et savoir me défendre" - Connaissance des statuts Tori - Uke avec passage de l'un à l'autre - Réalisation des gestes techniques en déplacement - Attaques directes fortes de Tori - Défense de la part de Uke - Réalisation des liaisons debout-sol - Connaissance des règles d'arbitrage simples 	<p>Division B/C</p> <p>Critères</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ebauche de la notion d'opposition - Début de la compréhension de la règle du "judo" "pour gagner, je dois attaquer et faire tomber mon partenaire - Connaissance du statut Tori seulement - Réalisation des techniques primaires en déplacement - Attaques directes souvent en déséquilibre de la part de Tori - Au sol, observation des passages successifs de Tori - Uke - Connaissance des règles d'arbitrage simples 	<p>Division A/B</p> <p>Critères</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pas de notion d'opposition - Pas de notion de but du judo de combat - Acquis ou début de l'acquisition de connaissances techniques debout et au sol - Acquis ou début d'acquisition des règles sociales - Réalisation des gestes techniques primaires en statique - Difficultés de déplacement à 2 - Notion d'enjeu doit être intégrée
<p>Debout</p> <p>Sol</p> <p>Généralités</p>	<p>IMPOSE</p> <p>1 technique dans les 4 familles (Koshi Waza - Te Waza - Ashi waza - Sute mi Waza)</p> <p>1 technique dans les familles suivantes : Osaekomi Waza, Shime Waza, Kansetsu Waza, entrées, retournements)</p> <p>Historique du judo Bases du judo Code moral Arbitrage</p>	<p>IMPOSE</p> <p>1 technique dans les 4 familles (Koshi Waza - Te Waza - Ashi waza - Sute mi Waza)</p> <p>1 technique dans les familles suivantes : Osaekomi Waza, Shime Waza, Kansetsu Waza, entrées, retournements)</p> <p>Historique du judo Bases du judo Code moral Arbitrage</p>	<p>IMPOSE</p> <p>1 technique dans les 3 familles (koshi Waza - Te Waza - Ashi Waza)</p> <p>1 technique dans les familles suivantes : Osaekomi Waza, entrées, retournements)</p> <p>Code moral Bases du judo</p>
	<p>LIBRE</p> <p>Thème développé par le candidat 2mn maximum</p>	<p>LIBRE</p> <p>Thème développé par le candidat 2mn maximum</p>	<p>LIBRE</p> <p>Thème développé par le candidat 2mn maximum</p>
	<p>RANDORI</p> <p>Temps : 2 mn</p>	<p>RANDORI</p> <p>Temps : 2 mn Yaku soku Geiko</p>	<p>RANDORI</p> <p>Temps : 2 mn Yaku Soku Geiko</p>

PROGRAMME TECHNIQUE SELON LA CLASSIFICATION

	DIVISION 1	DIVISION 2	DIVISION 3
HANDICAP PHYSIQUE (HP)	<p>Debout 3 : handicap léger membres inférieurs avec possibilité d'élan + bons membres supérieurs</p> <p>ou bons membres inférieurs mais handicap d'un bras</p> <p>ou problème de tronc</p> <p>ou atteinte léger d'un hémicorps</p> <p>handicap fonctionnel avec légère incoordination</p> <p>Exemples :</p> <p>scoliotiques avec corser, poliomyélitiques légers, hémiplegiques légers, amputés d'un bras ou tibial appareillé, IMC léger...</p>	<p>Debout 2 : handicap modéré des membres inférieurs gênant la course et les prises d'élan + handicap partie supérieure tronc - membres ou handicap membres inférieurs + atteinte légère du bras utilisé dans la pratique sportive</p> <p>ou atteinte sévère d'un hémicorps gênant la course et les prises d'élan</p> <p>Exemples :</p> <p>IMC spastiques, hémiplegies graves, Littles, arthrogriposes, amputés, handicaps asymétriques membres inférieurs membres supérieurs, traumatisés crâniens</p>	<p>Debout 1 : handicap sévère membres inférieurs et supérieurs + problème d'équilibre</p> <p>Exemples :</p> <p>IMC athétosiques ou spastiques, quadriplégiques, certains poliomyélitiques troubles cérébelleux...</p>
CLASSE 1	<p>Debout 4 : forme minimale de handicap selon la classification officielle (handicaps limités) ou "normaux" sans handicap apparent, non décelables sans examens approfondis</p> <p>Exemples :</p> <p>forme minimale d'atteinte hémiplegique ou quadriplégique permettant de courir sans asymétrie (peut avoir un handicap très léger par incoordination, capable de courir et de sauter librement)</p> <p>ou atteinte minimale d'un seul membre supérieur</p> <p>ou atteinte minimale d'un seul membre inférieur</p> <p>ou raccourcissement des membres inférieurs de moins de 7 cms</p> <p>ou scoliose inférieure à 60° d'angulation</p> <p>ou nanisme supérieur à 145 cms</p>	<p>Fauteuil 2 : <u>bonne motricité des membres</u> supérieurs mais peu d'équilibre du tronc ou motricité incomplète des membres supérieurs mais bon équilibre du tronc</p> <p>Exemples :</p> <p>paraplégiques et poliomyélitiques sans abdominaux (lésion vertébrale de niveau métérique D4 à D10), IMC avec bons membres supérieurs mais problèmes d'équilibre du tronc, candidats avec corset...</p>	<p>Fauteuil 1 : peu de capacités motrices des membres supérieurs et inférieurs, peu de préhension des mains et peu d'équilibre du tronc. Déplacements en fauteuil roulant en propulsion manuelle (lentement et asymétriquement) ou podale.</p> <p>Exemples :</p> <p>tétraplégiques, handicapés des membres supérieurs et inférieurs, IMC athétosiques ou spastiques, hémiplegiques, myopathes, troubles cérébelleux...</p>
Fauteuil 3 : bonne motricité des membres supérieurs, bon équilibre du tronc en fauteuil			
Exemples : paraplégiques et poliomyélitiques avec de bons abdominaux (lésion de la colonne vertébrale D11 et moins), IMC avec de bons membres supérieurs et abdominaux, amputés membres inférieurs pratiquant en fauteuil roulant...			

PROGRAMME TECHNIQUE SELON LA CLASSIFICATION

	DIVISION 1	DIVISION 2	DIVISION 3
HANDICAP PHYSIQUE (HP)	IMPOSE	IMPOSE	IMPOSE
	Debout 1 technique dans les 4 familles (Koshi Waza - Te Waza - Ashi waza - Sutemi Waza)	1 technique dans les 4 familles (Koshi Waza - Te Waza - Ashi waza - Sutemi Waza)	1 technique dans les 3 familles (koshi Waza - Te Waza - Ashi Waza)
	Pour la catégorie debout, s'adapter en fonction des problèmes d'équilibre que peut rencontrer le candidat (par exemple, possibilité d'effectuer la technique debout sur Uke à genoux)		
	Pour les fauteuils, possibilité d'amener le partenaire de la station debout au sol (déplacement du fauteuil ou par exemple fauchage avec le bras, la main...)		
	Sol 1 technique dans les familles suivantes : Osaekomi Waza, Shime Waza, Kansetsu Waza, entrées, retournements)	1 technique dans les familles suivantes : Osaekomi Waza, Shime Waza, Kansetsu Waza, entrées, retournements)	1 technique dans les familles suivantes : Osaekomi Waza, entrées, retournements)
Généralités Historique du judo Bases du judo Code moral Arbitrage	Historique du judo Bases du judo Code moral Arbitrage	Code moral Bases du judo	
LIBRE	LIBRE	LIBRE	
Thème développé par le candidat 2mn maximum	Thème développé par le candidat 2mn maximum	Thème développé par le candidat 2mn maximum	
RANDORI	RANDORI	RANDORI	
Temps : 2 mn Randori sol <i>Possibilité de démarrer le randori sol de la position assise en fonction du handicap</i>	Temps : 2 mn Randori sol	Temps : 2 mn Yaku Soku Geiko au sol	

5^{ÈME} CHALLENGE INTERNATIONAL PARAJUDO



22

mars

2025



COMPLEXE SPORTIF
RÉGIONAL
route de Meurchin
(Parking route de Provin)

CARVIN

Important

changement de salle

10H00 Prestations
13H30 Défilé
14H00 Coupe Kata & Prestations
17H00 Récompenses

Pour tous renseignements
← Patricia BACHELET
✉ patbachelet@gmail.com
☎ 06 86 84 66 51



62 Pas-de-Calais
Moto Département



Commission Régionale Para Judo

Me BACHELET Patricia

8, rue d'Amboise

62223 SAINT LAURENT BLANGY

Tél : 06 86 84 66 51

E.mail : patbachelet@gmail.com

Le 07/01/2025

A l'attention de Mesdames et Messieurs les Enseignants,

Mesdames et Messieurs les Présidents,

Madame, Monsieur,

La Ligue des Hauts de France de Judo, la ligue des Hauts de France de Sport Adapté, le Judo Club de Courcelles les Lens et le Judo Club de Carvin ont le plaisir de vous inviter au :

25^{ème} CHALLENGE INTERNATIONAL PARA JUDO ET JUJITSU

15^{ème} COUPE INTERNATIONALE PARA KATA

Ce Challenge se déroulera **le Samedi 22 mars 2025**

Au Complexe Sportif Régional

Route de Meurchin - CARVIN

Programme :

- **9H00 à 9h45** : contrôle des inscriptions
- **10H00** : début des prestations
- **17H30** : remise des récompenses

Dans l'attente de vous accueillir, veuillez croire, Madame, Monsieur, en l'assurance de nos sentiments les plus sportifs.

La Responsable Régionale
Para Judo

P. BACHELET

Le Président de la Ligue de Judo
des Hauts de France

G. GUILBAUT



CHALLENGE INTERNATIONAL PARA JUDO



MODALITES

Ce challenge est ouvert à tous les judokas handicapés licenciés à une fédération sportive officielle (FFJDA ou FFSA), ils pourront participer aux épreuves judo ou/et jujitsu avec un partenaire valide (le partenaire valide ne sera pas évalué).

Les inscriptions s'effectueront sur les fiches jointes et signées de l'enseignant et retournées **au responsable de la manifestation avant le 10 mars 2025.**

L'organisateur effectuera un **contrôle des licences** et des **certificats médicaux** avant le début des épreuves auprès des judokas inscrits et des partenaires.

Chaque concurrent sera placé dans une des **trois catégories en fonction de son handicap, de son âge, de son grade...** conformément à la grille ci-jointe. L'enseignant devra notifier la catégorie de handicap sur la fiche d'inscription.

Une catégorie spécifique pour ceinture noire est mise en place officiellement (les judokas ceinture noire ne pourront concourir qu'à titre individuel).

Lors du challenge, l'organisateur pourra effectuer des contrôles ; en cas de catégorie non conforme, les points obtenus ne seront pas validés.

Tenue : judogi blanc (pour les féminines, tee shirt blanc)

Les participants pourront concourir à titre individuel ou par équipes. Une équipe se composera obligatoirement de 3 judokas handicapés (grade blanc à marron)

Chaque concurrent sera noté sur ses connaissances, ses capacités et en fonction de la catégorie à laquelle il appartient.

- pour le judo : 3 épreuves (une imposée, une libre, une épreuve randori).

Chaque épreuve sera notée sur 25 points.

Chaque responsable de club est tenu de prévenir les organisateurs des absents.

Le comité d'organisation, en cas de litige, se donne le droit de toute modification nécessaire au bon déroulement du challenge et de la coupe kata.



COUPE INTERNATIONALE PARA KATA

MODALITES

1/ Définition

En japonais, le mot « kata » signifie forme fondamentale.

Le kata du judo, jujitsu c'est la démonstration des principes de base d'attaque et de défense suivant une progression rigoureuse, résultat de l'expérience et de la réflexion des meilleurs et des plus anciens maîtres du judo, jujitsu. Le kata reflète le degré de connaissance et la maîtrise des exécutants. C'est un puissant outil pédagogique qui permet à tout pratiquant de s'exprimer et de progresser dans la connaissance du judo. L'épreuve est d'abord un moment de rencontre et d'échange qui doit être empreint de convivialité et de respect. **L'expression personnelle et la recherche individuelle doit primer sur la comparaison et le résultat.**

2/ Sexe

Les couples peuvent être masculins, féminins et mixtes. Un seul classement sera effectué quelle que soit la composition du couple.

3/ Kata proposés

Minimes, cadets juniors, seniors :

- de orange à marron : 3 premières séries du Nage no kata
- Pour les juniors, possibilité des 12 premières du Goshin Jitsu

Juniors/seniors : ceinture noire et plus

- 5 séries du Nage no kata
- 21 techniques du Goshin jitsu

4/ Participation

Les candidats peuvent s'inscrire à un ou plusieurs katas. Les candidats peuvent être licenciés dans deux clubs distincts.

5/ Jury

Chaque jury sera constitué par au moins trois juges compétents dans le domaine

5/ Notation

Chaque juge attribuera une note de 0 à 10 par technique.

Le total de l'expression technique classera le couple.

La note est attribuée au couple.

FICHE INSCRIPTION CLUB

NOM DU CLUB :

ADRESSE DU CLUB :

CODE POSTAL : VILLE :

RESPONSABLE DE LA DELEGATION :

E.mail :@

Portable : / / / /

RESTAURATION

Possibilité de restauration sur place :

Athlète et Accompagnateur (1 accompagnateur par athlète : 2 repas possibles)

Plateau repas du samedi midi : 14,00 €



(Dans le cadre actuel, nous nous efforçons de pérenniser notre Challenge en faveur des judokas para et pour cela, le contexte nous oblige à élever le coût du repas du midi. J'espère que vous comprendrez tous nos difficultés.)

Dans un souci d'organisation, je vous remercie de bien vouloir nous faire parvenir vos inscriptions **pour le 10 mars 2025 à Patricia Bachelet.**

Les inscriptions seront définitives à réception du règlement (les chèques seront libellés à l'ordre du Judo Club de Courcelles les Lens)

Réservations	Nombre	Montant
Plateau repas		
TOTAL		

Je soussigné, responsable du Club de.....

Atteste avoir pris connaissance des modalités d'inscription pour **le Challenge International Para Judo et la Coupe Kata 2025.**

Je joins la somme de€ correspondant.

Date :

Signature

HEBERGEMENT



Liste des hôtels à proximité :

Parc Hôtel

www.parc-hotel.com

Rue du Vieux Chat

62220 CARVIN

Tél : 03 21 79 65 65



De Paris ou Lille par A1 :

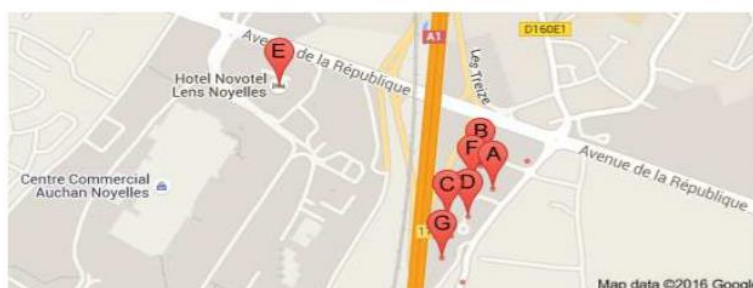
Sortie n°18, Libercourt / Carvin

Lotissement Quiery

2 Rue de Beaumont

62950 NOYELLES GODAULT

Tél : 08 92 78 80 53



- A** [B&B Hôtel Lens Noyelles-Godault](#)
0 892 78 80 53
- B** [Hôtel Campanile Hénin-Beaumont - Noyelles Godault](#)
03 21 76 26 26
- C** [ACE HOTEL](#)
03 21 79 79 00
- D** [Hôtel CERISE Lens](#)
03 21 20 77 76
- E** [Hotel Novotel Lens Noyelles](#)
03 21 08 58 08
- F** [Hôtel Première Classe Henin Beaumont - Noyelles Godault](#)
0 892 23 48 14
- G** [Express Hotel Noyelles-Godault](#)
03 21 75 75 15

De Paris ou Lille par A1 :

Sortie 17, Hénin Beaumont / Zone industrielle, direction Noyelles Godault, puis suivre zone hôtelière

De Douai par la RN43 :

Direction Hénin Beaumont, puis suivre la zone hôtelière de Noyelles Godault

PROGRAMME CHALLENGE INTERNATIONAL PARA JUDO

CEINTURE NOIRE

IMPOSE

🌀 DEBOUT

2 techniques dans les familles : Koshi Waza, TeWaza, Ashi Waza et Sutemi Waza

🌀 SOL

1 technique dans les familles : Osaekomi Waza, Shime Waza, Kansetsu Waza 2 situations de travail

🌀 GENERALITES

Règles d'arbitrage.

LIBRE

Thème développé par le candidat (3mn maximum)

YAKU SOKU GEIKO

Sol : 2 randoris de 2 mn

Debout : 2 randoris de 2mn

KOSHI WAZA	TE WAZA	ASHI WAZA	SUTEMI WAZA
Harai Goshi Koshi Guruma O Goshi Tsuru Komi Goshi Uki Goshi	Ippon Seoi Nage Uki Otoshi Tai Otoshi Morote Seoi Nage Eri Seoi Nage	De Ashi Barai Hiza Guruma Sasae Tsuru Komi Ashi Ko Soto Gari Ko Uchi Gari Okuri Ashi Barai O Soto Gari O Uchi Gari Uchi Mata	Sumi Gaeshi Tomoe Nage

OSA EKOMI WAZA	SHIME WAZA	KANSETSU
Hon Gesa Gatame Yoko Shiho Gatame Kami Shiho Gatame Tate Shiho Gatame Ushiro Gesa Gatame	Gyaku Juji Jime Hadaka Jime Kata Juji Jime Nami Juji Jime Okuri Eri Jime	Ude Hishigi Juji Gatame Ude Hishigi Ude Gatame Ude Hishigi Waki Gatame

Dans le cas où un judoka ne peut effectuer une technique de sutemi (par exemple), le jury demandera une 3^{ème} technique dans une autre famille de techniques.

