

# CALENDRIER DU CD DES HAUTS DE SEINE

## MOIS DE DECEMBRE 2019

### Dimanche 1 décembre :

#### Tournoi de Garches / Ligue 92 minimes

##### **Horaire :**

- 8h30 à 9h Pesée Minimes Féminines  
-36kg, -40kg, -44kg, -48kg, -52kg, -57kg, -63kg, -70kg, +70kg
- 10h à 10h30 Pesée Minimes Masculins  
-34kg, -38kg, -42kg, -46kg,
- 14h à 14h30 Pesée Minimes Masculins  
-50kg -55kg, -60kg, -66kg, -73kg, +73kg

##### **Inscription**

- Voir Plaquette

##### **Contact :**

- E-mail : [cyrielle@energyclubgarches.com](mailto:cyrielle@energyclubgarches.com)

##### **Lieu :**

- Gymnase des Meuries 20, rue de Suresnes 92380 Garches  
*Responsable : Françoise DUFRESNE*

### Samedi 14 décembre :

#### **Stage de kata n°3**

##### **Objectif :**

- Préparer les Minimes à la coupe de France par équipes de département.
- Préparer la coupe idf kata
- Travailler les katas pour préparer les examens de grades, préparer les couples désireux de participer aux compétitions de kata. Ouvert à tous les judokas licenciés.

##### **Horaire :**

- 14h30 à 16h30

##### **Lieu :**

- Gymnase Jean Blot, 21 rue pierre Brosselette, 92400 Courbevoie
- *Responsable Bernard BRIGHEL*

## ***Ecole Départementale d'Arbitrage Judo 92***

### **Contenu :**

- Pour les minimes préparation à la coupe du jeune arbitre au niveau ligue puis à la coupe de France minimes par équipes de départements.
- Pour les cadets préparation à la coupe du jeune arbitre niveau ligue, I.D.F. puis national.

### **Horaires :**

- 14h30 à 17h30

### **Lieu :**

- Le Plessis Robinson, Dojo de la Place woking.
- *Responsable Jean Pierre GIRAUDON*

### **Dimanche 15 décembre :**

#### ***Coupe 92 kata sélectif pour les idf***

### **Horaires :**

- 9h00

#### **Catégories d'ages et épreuves :**

- Kata minime à partir de orange :
  - ~ "nage no kata" 3 premières séries
- Kata animation à partir de Cadet ceinture verte :
  - ~ "nage no kata" 3 premières séries
  - ~ "Katamé no kata" première série (en relation avec le randori no kata de l'E.J.U.)
  - ~ "goshin jitsu" (12 premières techniques, cérémonial avec armes)
  - ~ Ju no kata (1<sup>ère</sup> série)
- Kata élite +18 ans (né en 2001 et avant) et ceinture noire :
  - ~ "nage no kata",
  - ~ "kodokan goshin jitsu",
  - ~ "juno kata",
  - ~ "katame no kata",
  - ~ "kime no kata".
  - ~ Koshiki no kata

### **Lieu :**

- Le Plessis Robinson, Place Woking, Salle omnisports.
- *Responsable : Bernard BRIGHEL*

#### ***Stage d'entraînement benjamins minimes***

#### **Objectif :**

- Perfectionnement des jeunes du département. Ouvert à tous les licenciés : inscription sous extranet.

**Horaire :**

- 11h à 13h

**Lieu :**

- Le Plessis Robinson, Place Woking, Salle omnisports.

**Formation jujitsu n°3****Contenu :**

- Self défense

**Horaire :**

- 9H00 à 12H00

**Lieu :**

- Dojo du Gymnase Jean Dame, 25 rue Prudent-Neel, 92500 Rueil-Malmaison
- Responsable : Philippe MACOR