

REGLEMENT TOURNOI DE COUR-CHEVERNY

- Le tournoi est ouvert aux débutants (une seule licence).
- **INSCRIPTION OBLIGATOIRE VIA L'EXTRANET FEDERAL.**
- Dans la mesure du possible, il est demandé à chaque club de fournir un arbitre (minimum minime) ou officiel. **INSCRIPTION VIA L'EXTRANET FEDERAL.**

REGLEMENT POUSSIN(E)S & MINI-POUSSIN(E)S

FORMULE DE COMPETITION	:	poules, groupes morphologiques
TEMPS DE COMBATS	:	1mn30, arrêt du combat au deuxième IPPON En cas d'égalité à la fin du temps de combat : DECISION
ARBITRAGE	:	règlement FFJDA pour la catégorie d'âge

- Le combat démarre à distance et passe par la garde fondamentale.
- La saisie est autorisée entre la ligne d'épaules et la ceinture
- Projection valorisée uniquement du côté de la manche tenue
- Pour toute phase d'attaque à 1 main qui aurait échoué, un retour à 2 mains est nécessaire.
- Attaques à genoux, sutemi et makikomi : non autorisés pour cette tranche d'âge
- Hon gesa gatame : éviter les contraintes cervicales, repositionnement en Kuzute gesa gatame ou main sur sa cuisse.

REGLEMENT BENJAMIN(E)S

FORMULE DE COMPETITION	:	poules, groupes morphologiques
TEMPS DE COMBATS	:	2mn, arrêt du combat au premier IPPON En cas d'égalité à la fin du temps de combat : DECISION
ARBITRAGE	:	règlement FFJDA pour la catégorie d'âge

- Le combat démarre à distance et passe par la garde fondamentale.
- La saisie est autorisée entre la ligne d'épaules et la ceinture
- L'attaque peut se faire des deux côtés (manches ou revers)
- Technique à une main autorisée et repositionnement garde classique en cas d'échec.
- Contres : Les contres démarrant debout sont autorisés (exemple : ko soto gake finissant en forme tani otoshi...).
- Sutemi, Makikomi et attaques directes à genoux : non autorisés
- Hon gesa gatame : éviter les contraintes cervicales, repositionnement en Kuzute gesa gatame ou main sur sa cuisse.