

## **DIRECTIVES POUR TOURNOIS DE PROMOTION FSJ**

### **1. But**

Selon Jigoro Kano le judo contient trois méthodes d'entraînement et d'application: Kata, Randori et Shiai. Un porteur de ceinture noire doit les connaître toutes. Le but des tournois de promotion consiste à offrir aux judokas qui ne participent pas à des tournois officiels la chance de faire cette expérience essentielle du combat sans trop de risques de blessures. Pour se préparer il faut bien évidemment pratiquer le Randori et apprendre les règles et la terminologie de la compétition.

### **2. Responsabilité**

La Commission Dan judo de la FSJ est responsable de la planification et de l'organisation des tournois de promotion. Pour l'organisation sur place elle peut en charger les associations cantonales ou régionales ainsi que des clubs. Un tournoi de promotion ne peut être reconnu que s'il y a au moins 10 participants(es) de trois clubs différents.

### **3. Droit de participation, inscription et frais**

L'admission à ces tournois de promotion est exclusivement réservée aux judokas, à partir du 1<sup>er</sup> Kyu, qui n'ont pas participé à des compétitions officielles de la FSJ (tournois individuels, CSPE etc.) dans les 10 ans précédents. Les tournois avec des catégories Master (ranking et CSIM) sont exclus des compétitions officielles.

Les judokas qui ont déjà passé un examen de Dan selon la formule compétition I ou II (avec points de combat) ou qui peuvent prouver une activité de compétition à partir du 1<sup>er</sup> Kyu (au moins 5 combats officiels) ne doivent plus participer à des tournois de promotion.

Les inscriptions sont faites auprès du membre de la Commission Dan responsable pour les tournois de promotion avec les indications usuelles (nom, prénom, club, grade, poids, sexe), avec une confirmation que les conditions d'admission sont remplies. Les participants et participantes, à partir de 45 ans, indiquent s'ils veulent combattre en Ne-waza seulement ou, également, en Tachi-waza.

Les frais d'inscription sont de fr. 30.- par participant(e). Fr. 20.- vont à la FSJ et fr. 10.- à l'organisateur. Celui-ci met à disposition les tatamis ainsi qu'une table d'arbitrage avec le personnel. La FSJ paie les arbitres selon le règlement des frais.

### **4. Organisation sur place**

- La répartition dans les poules (selon le poids pesé) est faite par le responsable de la FSJ présent sur place. Ces arbitres doivent être des

prof. de judo hauts gradés (au moins 5<sup>ème</sup> Dan, si possible 6<sup>ème</sup> Dan ou plus haut).

- On essaie de former des poules de 5, selon les participants(es), hommes et femmes dans des poules séparées. S'il y a des poules de trois il est permis de faire un tour aller et un tour retour.
- Seulement les judogis blancs sont admis, les femmes portent un T-shirt fermé jusqu'au cou.

## 5. Règles

Les combats suivent les règles de compétition officielles, sauf:

- Un combat dure 3 minutes et continue après un Ippon jusqu' à ce qu le même combattant ait marqué trois Ippons. Il n'y a que Waza-ari et Ippon. Qui a le plus d'Ippons (deux Waza-ari = Ippon) à la fin gagne. Si les deux ont le même nombre de points il y a Hikiwake.
- On combat avec le Kumi-kata standard.
- Des contres directs (Ura-nage, Tani-otoshi etc.) ne sont pas permis.
- L'arbitre peut interrompre le combat à tout moment pour éviter des situations dangereuses.
- Combat en Ne-waza: début du combat au sol, face-à-face, à genou. Au moins un genou doit rester au sol, sinon Mate.
- A la fin, le nombre de combats terminés et les victoires sont inscrits dans le passeport sportif FSJ. Un P devant les chiffres indique qu'il s'agit du résultat d'un tournoi de promotion. Exemple: P 4/3, veut dire: tournoi de promotion, 4 combats / 3 victoires.

## 6. Particularité

Si quelqu'un, après avoir participé à un tournoi de promotion prend part à des compétitions officielles, deux combats de tournois de promotion comptent pour un combat officiel.