

*Vous êtes judokas,
Envie de faire un tournoi,
Envie de décrocher une médaille,
Alors venez nous rejoindre lors de la :*

MARAI'S CUP 1^{ère} édition



CADETS - JUNIORS

SENIORS - VETERANS

Masculin & Féminin

VENDREDI 15 DECEMBRE 2017

Au dojo de Commequiers



DEROULEMENT

- 19h45 - 20h15 Accueil des participants (es), pesées
20h15 - 21h00 Echauffement (réservé aux combattants)
21h00 - 22h15 Tournoi
22h15 Remise des récompenses, suivi d'un pot de l'amitié offert par le club.

REGLEMENT

- La Marai's Cup n'est pas un tournoi officiel, juste un moyen de s'affronter contre des judokas d'autres clubs.
- La Marai's Cup est un circuit de 3 tournois : Commequiers le 15/12/2017, Challans le 23/02/2018 et Aizenay (à définir).
- Lors de chaque tournoi du circuit les combattants marqueront des points pour le classement final de la Marai's Cup.
Barème → 1^{er} : 5pts, 2^{ème} : 3pts, 3^{ème} : 2pts et 4^{ème}/5^{ème} : 1pt
- L'échauffement de 20H15 à 21h00 est réservé aux participants du tournoi, ce n'est pas un entraînement de masse.
- Les combattants seront répartis par poule de 4 ou 5.
- Les poules seront organisées suivant votre catégorie d'âge, poids et grades dans la mesure du possible. Aucun régime n'est donc obligatoire!
- Les combats se dérouleront en 2 parties, combat debout et sol.
- Le classement de la poule se fait en cumulant les victoires des combats debouts et sols.
- Temps de combat : 2 min au sol et debout, en cas d'égalité décision obligatoire.
- Arbitrage : règlement fédéral.
- Tous les combattants seront récompensés lors de chaque tournoi du circuit et un classement final aura lieu lors du dernier tournoi.

CONDITIONS D'INSCRIPTION

- Catégories Cadets, Juniors, Seniors & Vétérans (masculin & féminin).
- Licence FFJDA 20017/2018 et passeport à jour.
- Certificat médical de NCI à la pratique du judo en compétition datant de moins d'un an.
- Ceinture Jaune (minimum) à ceinture Noire.

MARAI'S CUP 1^{ère} édition
Vendredi 15 Décembre 2017

Dojo, complexe sportif, rue Charles de Gaulle - COMMEQUIERS

CATEGORIES	ANNEES NAISSANCE	HORAIRES DE PESEES	CEINTURE MINIMUM
Cadets/Juniors/Séniors/Vétérans masculins et féminins	1999 et avant	19h45-20h15	Jaune

NE PAS OUBLIER SA LICENCE ET SON CERTIFICAT MEDICAL

Coupon réponse à rendre au plus vite aux professeurs

.....

NOM PRENOM

ANNEE DE NAISSANCE GRADE : ceinture..... POIDS :.....

Participera au tournoi loisirs de Commequiers : oui non

MARAI'S CUP 1^{ère} édition
Vendredi 15 Décembre 2017

Dojo, complexe sportif, rue Charles de Gaulle - COMMEQUIERS

CATEGORIES	ANNEES NAISSANCE	HORAIRES DE PESEES	CEINTURE MINIMUM
Cadets/Juniors/Séniors/Vétérans masculins et féminins	1999 et avant	19h45-20h15	Jaune

NE PAS OUBLIER SA LICENCE ET SON CERTIFICAT MEDICAL

Coupon réponse à rendre au plus vite aux professeurs

.....

NOM PRENOM

ANNEE DE NAISSANCE GRADE : ceinture..... POIDS :.....

Participera au tournoi loisirs de Commequiers : oui non