

# N A G E N O K A T A

Les Minimes sont une catégorie d'âge en pleine évolution et acquisition. Elle représente une période riche et constructive dans sa personnalité et son évolution corporelle... il est très important de prendre en compte cette tranche d'âge et d'offrir les besoins nécessaires à son épanouissement.

Pour cela une animation est organisée cette saison au niveau national... cette manifestation aura pour intérêt de mobiliser les minimes dans les différents aspects et responsabilité du judo jujitsu... Chacun pourra y trouver une place et évoluer dans le kata, la compétition, l'arbitrage etc...

Cette prestation kata se déroulera de la façon suivante lors de la Coupe de France Minimes:

- ✓ Travail sur les 3 premières séries
- ✓ Une série tirée au sort à chaque tour
- ✓ Compétition en parallèle (en simultané)
- ✓ Le kata est effectué avant le 1<sup>er</sup> combat
- ✓ En cas d'égalité, l'équipe ayant obtenu le point de l'épreuve kata est désignée vainqueur

Les jurys seront composés de deux hauts gradés. Un des juges rendra la décision à l'aide d'un drapeau rouge ou blanc suivant le couple qui aura effectué la meilleure prestation.

Le jugement s'effectuera de manière **globale**... Le fait de ne relever que les fautes ne nous apparaît pas satisfaisant. Il convient en fait de mettre systématiquement en rapport les aspects négatifs et positifs des prestations.

Le jugement portera sur le couple Tori et Uke.

### Les secteurs à apprécier :

- ✓ Le cérémonial
- ✓ L'ordre des techniques
- ✓ L'attitude générale
- ✓ La gestion de l'espace
- ✓ Les déplacements (ne pas croiser les pieds, synchronisation avec le partenaire)
- ✓ Les attaques (sincérité)
- ✓ Le respect du principe : préparation, déséquilibre, projection (kuzushi, tsukuri, gake)
- ✓ La pratique sécurisée (contrôle de Uke, maîtrise de la chute)

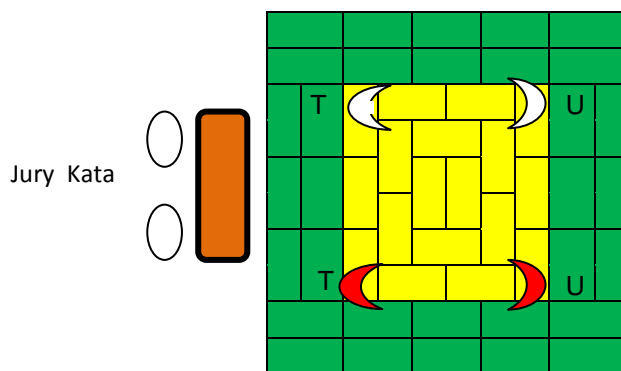


SHOMEN



Le Couple Blanc

↑ Les couples saluent le SHOMEN ↑



Le Couple rouge