COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren – 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

PÔLES « HAUT NIVEAU » DES ENTRAINEMENTS DÉPARTEMENTAUX

⇒ **Ouvert aux Cadets, Juniors et Seniors ceinture verte minimum**

SO2J (SAINT OUEN) le lundi de 19H30 à 21H00
Gymnase Alice MILLAT (ex Gymnase BIRON) 58 rue du Docteur BAUER
Contact : POULANGE Vincent 06 23 25 32 27

ESBM (BLANC MESNIL) le mercredi de 19H00 à 20H30
Maison des Arts Martiaux 40 avenue DESCARTES
Contact : BENGUESMI Nassar 06 17 68 81 38

RSCM (MONTREUIL) le vendredi de 20H à 21H30
Gymnase René DORIAN 6 rue du Colonel RAYNAL
Contact : BERKI Rachid

PÔLES « PARA JUDO ADAPTÉ » DES ENTRAINEMENTS DÉPARTEMENTAUX

⇒ **Encadrement pour personne en situation de handicap ou porteur de troubles autistiques**
⇒ **Jeunes enfants, enfants, adolescents, adultes**

JCD (DRANCY) le samedi de 09H00 à 10H00
Salle des sports Roger PETIEU rue SACCO et VANZETTI (entrée face piscine)
Contact : RUSCA Nathalie 06 67 23 20 47

EGJ (GAGNY) le samedi de 10H30 à 11H30
Salle au 12 chemin MONTGUICHET
Contact : BOUSSUGES Muriel 06 23 44 52 22

COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren – 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

1er Tour 93 Benjamins-Benjamines
Nés en 2015/2016
FORMATION DES COMMISSAIRES SPORTIFS
Élu : POCQUET Alain





SAMEDI 21 NOVEMBRE 2026
Centre Nautique Camille Muffat
Mail JP Timbaud 93110 Rosny sous bois

PESÉES :

- **07h30-08H15** **Formation des commissaires sportifs**
- **08h00-08h45** **Masculins -26, -30, -34, -38, -42 kg**
- **10h30-11h15** **Masculins -46, -50, -55, -60, -66, +66kg**
- **13h00-13h45** **Féminines -28, -32, -36, -40, -44**
- **15h00-15h30** **Féminines -48, -52, -57, -63, +63**

PARTICIPANTS

- **A partir de la ceinture Jaune-Orange**
- **Temps de combat 2 min**
- **Merci de vous munir de votre passeport sportif ou pièce d'identité**

INSCRIPTION EXTRANET OBLIGATOIRE

COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren – 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

1ère Animation des Poussins
Nés en 2017/2018
FORMATION POUR LA VALIDATION DE L'UV 4
Élu : POCQUET Alain



DIMANCHE 22 NOVEMBRE 2026
Centre Nautique Camille Muffat
Mail JP Timbaud 93110 Rosny sous bois

FORMATION POUR LA VALIDATION DE L'UV4 (1e au 3e Dan) 07h30 à 08h15
Inscription par SMS auprès de Domingo SALAS : 06 44 00 62 09
Attention : 12 candidats seront retenus. Confirmation par Domingo.

Accueil des garçons nés en 2017 de 8h à 8h30
Accueil des garçons nés en 2018 de 9h45 à 10h15
Accueil des filles nées en 2017 et 2018 de 11h30 à 12h

⇒ **ORGANISATION : Chaque enfant se verra attribuer un bulletin d'inscription à l'entrée de la manifestation. Les enfants en possession de leur bulletin d'inscription seront appelés sur le tapis pour la mise en place des poules d'animation par groupe morphologique.**

⇒ **ATTENTION : Un club qui participe à cette animation veut dire que le Président atteste sur l'honneur que l'ensemble de ses judokas sont licenciés à la Fédération pour la saison 2026/2027. (Des contrôles seront effectués par le comité.)**

⇒ **GRADE : À partir de la ceinture Blanche-Jaune**

⇒ **TEMPS DE COMBATS : 1'30**

⇒ **ARBITRAGE effectué par les jeunes officiels de l'EDA 93**

INSCRIPTION SUR PLACE

COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren – 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

1ère Animation des Samouraïs
Nés en 2021/2022
FORMATION POUR LA VALIDATION DE L'UV 4
Élu : POCQUET Alain





DIMANCHE 22 NOVEMBRE 2026
Centre Nautique Camille Muffat
Mail JP Timbaud 93110 Rosny sous bois

FORMATION POUR LA VALIDATION DE L'UV4 (1e au 3e Dan) 12h30 à 13h15
Inscription par SMS auprès de Domingo SALAS : 06 44 00 62 09
Attention : 12 candidats seront retenus. Confirmation par Domingo

Accueil des garçons nés en 2021 de 13h à 13h30
Accueil des garçons nés en 2022 de 14h45 à 15h15
Accueil des filles nées en 2021 et 2022 de 16h00 à 16h30

⇒ **ORGANISATION : Chaque enfant se verra attribuer un bulletin d'inscription à l'entrée de la manifestation. Les enfants en possession de leur bulletin d'inscription seront appelés sur le tapis pour la mise en place des poules d'animation par groupe morphologique.**

⇒ **ATTENTION : Un club qui participe à cette animation veut dire que le Président atteste sur l'honneur que l'ensemble de ses judokas sont licenciés à la Fédération pour la saison 2025/2026. (Des contrôles seront effectués par le comité.)**

⇒ **GRADE : À partir de la ceinture Blanche**

COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren – 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

RÈGLEMENT DE LA 1ÉRE ANIMATION DES SAMOURAÏS

- **Les samouraïs seront répartis en poule par groupe morphologique pour un combat de Sumo (surface carré).**

- **Après un salut debout les enfants se placeront face à face en position de sumotori avec utilisation du mot « Hajime » et « Matte » par l'arbitre.**

- **Faire sortir du carré son adversaire donne 1 point.**

- **Faire tomber son adversaire donne 1 point.**

- **Seuls les pieds peuvent être en appui au sol, dès lors qu'une autre partie du corps touche le sol un enfant est considéré comme tombé.**

- **Si les 2 enfants tombent, le premier qui a touché le sol a perdu.**

- **Si les 2 enfants tombent simultanément, pas de point de marqué.**

- **Pour avoir la victoire 2 points sont nécessaires.**

TOUS LES ENFANTS SERONT RÉCOMPENSÉS

⇒ **ARBITRAGE effectué par les jeunes officiels de l'EDA 93**

INSCRIPTION SUR PLACE

COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren - 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

ÉCOLE DÉPARTEMENTALE DE KATA

Travail Nage-no-kata • Référent : Richard Tchen, 7e dan



JEUDI 3 DÉCEMBRE 2026 — **Dojo du PRISME**
59 rue Marcel-Cachin, 93000 Bobigny

Horaire : 19 h 30 – 22 h

Grade : à partir de minimes, ceinture orange

ASSIDUITÉ DU JUDOKA À L'EDK 93

Le contenu des cours de l'EDK 93 a été élaboré sur la base de 8 séances. Nous demandons aux judokas d'être les plus présents et assidus possibles aux différents cours pour atteindre les projets personnels qu'ils se seront définis. À ce propos, un groupe WhatsApp a été créé pour faciliter les échanges.

INSCRIPTION EXTRANET OBLIGATOIRE

COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren - 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

80 ANS DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE JUDO

Animation mini-poussins / poussins • Démonstrations, randoris, mondo, présence de champions



SAMEDI 5 DÉCEMBRE 2026 — **Palais des Sports**
4 avenue Marx-Dormoy, 93140 Bondy

8 h 30 : accueil des clubs, avec une pancarte portant le nom et le logo du club (30 judokas maximum)

9 h : début de l'animation

12 h : fin de l'animation

Inscription des clubs auprès de Christophe Grossain :
christophe.grossain@ffjudo.com

COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren – 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

TOURNOI DE BONDY

Benjamins / Minimes / Cadets / Juniors-Seniors

5 ET 6 DÉCEMBRE 2026	**Palais des Sports** **4 avenue Marx-Dormoy, 93140 Bondy**

Voir la plaquette du tournoi.

Informations : directeur technique Éric NITUSGAU

E-mail : bondyjudo@gmail.com • Tél. : 06 10 15 54 34

COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren - 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

CHAMPIONNAT INDIVIDUEL CADETS 1RE DIVISION

Nés en 2010, 2011 et 2012

Responsable CD : Laura Lefevre

SAMEDI 12 DÉCEMBRE 2026	**Gymnase Alain-Mimoun** **Rue Léo-Lagrange, 93440 Dugny**

Pesée masculins –46, –50, –55, –60, –66 kg : 8 h – 8 h 45

Pesée masculins –73, –81, –90, +90 kg : 10 h 15 – 10 h 45

Pesée féminines -40 -44 -48 -52 : 10 h 15 – 10 h 45

Pesée féminines : -57 -63 -70 +70 kg : 11 h 30 – 12 h

Grade : ceinture verte minimum • Temps de combat : 4 minutes

INSCRIPTION EXTRANET OBLIGATOIRE POUR LES COACHS ET LES COMBATTANTS

COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren - 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

1ER TOUR MINI-POUSSINS

Nés en 2019 et 2020

Responsable CD : Laura Lefevre

SAMEDI 12 DÉCEMBRE 2026	**Gymnase Alain-Mimoun** **Rue Léo-Lagrange, 93440 Dugny**

Accueil des garçons nés en 2019 : 13 h 30 – 14 h

Accueil des garçons nés en 2020 : 15 h – 15 h 30

Accueil des filles nées en 2019 et 2020 : 16 h – 16 h 30

ORGANISATION : chaque enfant se verra attribuer un bulletin d'inscription à l'entrée de la manifestation. Les enfants en possession de leur bulletin seront appelés sur le tapis pour la mise en place des poules d'animation par groupe morphologique.

ATTENTION : la participation d'un club à cette animation signifie que son président atteste sur l'honneur que l'ensemble de ses judokas sont licenciés à la Fédération pour la saison 2026/2027. Des contrôles seront effectués par le comité.

Grade : à partir de la ceinture blanche • Temps de combat : 1 minute

Arbitrage effectué par les jeunes officiels de l'EDA 93

INSCRIPTION SUR PLACE

COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren - 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

PASSAGE DE GRADE Masculins & Féminins

Kata UV1 & Technique UV2 & UV3 Volet B • Masculins et féminines

Responsable CD : Laura Lefevre, Sophie Moinard et Fabien Farge

DIMANCHE 13 DÉCEMBRE 2026	**Gymnase Alain-Mimoun** **Rue Léo-Lagrange, 93440 Dugny**

Accueil 1er dan UV1 & UV2 : 8 h – 8 h 45

Accueil 2e dan UV 1 & UV2 : 10 h 15 – 10 h 45

Accueil 1er et 2e dan UV3 volet B : 10 h 15 – 10 h 45

INSCRIPTION EXTRANET OBLIGATOIRE

Passage de grade gratuit pour les judokas du 93.

Tarif : 12 € pour les judokas extérieurs ; aucun remboursement en cas d'annulation.

Paiement par monétique sur Extranet.

COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren - 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

SHIAI Masculins & Féminins

Masculins et féminines

Responsable CD : Laura Lefevre, Sophie Moinard et Fabien Farge

DIMANCHE 13 DÉCEMBRE 2026	**Gymnase Alain-Mimoun** **Rue Léo-Lagrange, 93440 Dugny**

Pesée 1er dan juniors / seniors, masculins et féminines : 11 h – 11 h 45

Pesée 1er dan vétérans, masculins et féminines : 13 h 30 – 14 h

Pesée 1er dan cadets, masculins et féminines : 14h 30 – 15 h

Pesée 2e dan cadets / juniors / seniors / vétérans, masculins et féminines :

15h 30 – 16 h

INSCRIPTION EXTRANET OBLIGATOIRE

Passage de grade gratuit pour les judokas du 93.

Tarif : 12 € pour les judokas extérieurs ; aucun remboursement en cas d'annulation.

Paiement par monétique sur Extranet.

COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren - 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

DOJO D'HIVER

Minimes / Cadets / Juniors / Seniors

21, 23, 28 ET 30 DÉCEMBRE	**PRISME** **53 rue Marcel-Cachin, 93000 Bobigny**

Lundi 21 décembre • Mercredi 23 décembre

Lundi 28 décembre • Mercredi 30 décembre

Horaire : 20 h – 21 h 30

INSCRIPTION EXTRANET OBLIGATOIRE

COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren - 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

ENTRAÎNEMENT BENJAMINS

Comité 93 / Comité 92

MARDI 22 DÉCEMBRE 2026	**Maison des Arts Martiaux** **40 avenue Descartes, 93150 Le Blanc-Mesnil**

Accueil : 9 h 30

Judo : 10 h – 16 h 30 (prévoir son repas froid)

INSCRIPTION EXTRANET OBLIGATOIRE

COMITE JUDO DE SEINE SAINT DENIS
FEDERATION FRANCAISE DE JUDO - JUJITSU, KENDO ET DISCIPLINES ASSOCIEES
41 Avenue de Suffren - 93150 LE BLANC MESNIL
TEL 09 67 35 36 89
e-mail : comite.judo93@gmail.com

CALENDRIER NOVEMBRE DECEMBRE 2026

INFORMATIONS ÎLE-DE-FRANCE

Samedi 5 et dimanche 6 décembre : Championnat IDF ju-jitsu U18 + vétérans (Herblay)

Dimanche 6 décembre : Passage de grade 3e et 4e dan (Herblay)

Samedi 19 décembre : Championnat IDF par équipe mixte 2e division (Colombes)

Dimanche 20 décembre : Championnat IDF ju-jitsu U16 & U21 (Colombes)

Le Comité de Judo de Seine-Saint-Denis vous souhaite de bonnes fêtes de Noël !