



**COMITÉ DU PAS-DE-CALAIS DE JUDO, JU JITSU ET D.A.**

*Fédération Française de Judo et Disciplines associées*

**Organisé par le Comité Départemental du Pas de Calais**

**La Commission des « Hauts gradés du 62 », sur une initiative de Lilian BILLET, propose :**

## **CONCOURS UCHI KOMI**

### **Le Principe :**

Valoriser le travail de nos judokas qui subissent la fermeture des dojos et la distanciation, par la mise en place d'un concours vidéo d'UCHI KOMI réalisés avec élastiques ou ceintures.

Il vous suffit d'envoyer une courte vidéo (téléphone...) des « uchi komi » mis en place lors de vos cours en extérieur (1 mn max). En groupe ou en couple, une seule vidéo par club

Le jury, composé de Hauts gradés du 62, notera la forme de corps présentée tout en s'adaptant à l'âge et au niveau des judokas filmés (la qualité du film ne sera pas prise en compte)

### **Catégories :**

- Moins de 8 ans
- De 9 à 12 ans
- De 12 à 15 ans

### **Récompenses :**

- La vidéo des lauréats sera visible sur le site du Comité (si accord des participants)
- Cadeaux aux clubs gagnants

**Délai d'envoi :** 20 mai 2021 en PJ par mail au Comité Départemental

Nous vous remercions de votre prochaine participation en attendant une ouverture très rapide de nos dojos

Lilian BILLET Haut Gradés du 62

Romain DURIEZ CTF

Robert DESMARETZ Responsable de la commission des HG du 62

#### **Secrétariat**

03 Rue de la Bastille  
62210 AVION  
contact@comite62judo.fr  
09 75 27 00 47

**Agir avec les clubs du Pas-de-Calais**

#### **Président**

Marc Duriez  
president@comite62judo.fr  
06 89 57 00 82