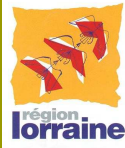


Ligue Lorraine de Judo Jujitsu et Disciplines Associées

Le Parcours d'Excellence Sportif (PES) en Lorraine



CONTACTS :

RESPONSABLE :

Mr Yannick FOUSSE

Tél : 06-74-36-83-05

Mail : yannick.fousse@ffjudo.com

ENTRAINEUR :

Mr Thierry GEORGE

Tél : 06-26-07-63-61

Mail : thierry67200@hotmail.fr

Ligue Lorraine de Judo

12, route de Woippy

57050 METZ

Téléphone : 09-79-10-91-72

Télécopie : 03-87-32-61-17

Mail : judo.lorraine.ligue@wanadoo.fr



FORMALITÉS POUR L'ENTRÉE EN STRUCTURE PERMANENTE D'ENTRAÎNEMENT

Le candidat remplit le dossier de candidature en y joignant :

Les feuilles de renseignements scolaire et sportif

Les deux bulletins de notes de l'année scolaire en cours et les trois bulletins de note de l'année passée.

Une lettre de motivation.

Le candidat renvoi le dossier **pour le 30 Avril 2012** à la :

*Ligue Lorraine de Judo
12, Route de Woippy
57050 METZ*

Les tests d'entrée auront lieu **le mercredi 9 mai 2012 aux Arènes de Metz.**

Pour de plus amples renseignements nous vous invitons à contacter Thierry GEORGE au 06-26-07-63-61 ou Yannick FOUSSE au 06-74-36-83-05.

Nous vous rappelons également que sur demande, les familles des candidats et les candidats eux même peuvent venir à Metz pour :

Rencontrer les entraîneurs du Pôle Espoir

Rencontrer les chefs d'établissements

Visiter les différentes infrastructures.

Participer à un entraînement.

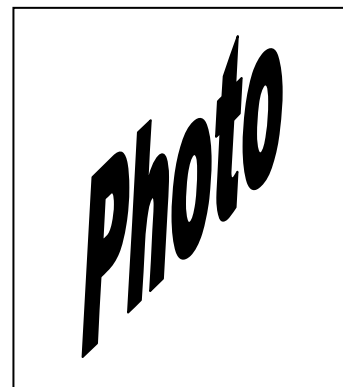
Nos partenaires :



**DOSSIER DE CANDIDATURE POUR L'ENTRÉE EN STRUCTURE
PERMANENTE D'ENTRAÎNEMENT
SAISON 2012-2013**

Document à retourner pour le **30 avril 2012** à la :

**LIGUE LORRAINE DE JUDO
12 route de Woippy
57050 METZ**



LE CANDIDAT :

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Code Postal : Ville :

Téléphone : Portable :

Adresse mail :



A REMPLIR PAR LES PARENTS :

Je soussigné(e) autorise mon fils / fille à faire acte de candidature pour l'entrée au :

Pôle Espoir Judo de METZ

CREJ

Signature :

Documents à joindre :

Feuille de Renseignements Scolaires et Sportifs

Bulletins de Notes (Années N et N-1)

Lettre de motivation

FEUILLE DE RENSEIGNEMENTS

SCOLAIRES ET SPORTIFS

Renseignements sportifs :

Catégorie d'âge : Catégorie de poids :
 Grade : Taille
 Ligue d'appartenance :
 Nom et Adresse du Club :
 Nom et Adresse de l'enseignant :

Avis :

L'enseignant de judo :	Nom : Prénom : Signature :
------------------------	--

Êtes- vous déjà dans une structure : Oui Non

Laquelle :

Saison	Cat. d'âge	Cat. De Poids	Nom du Championnat	Résultat

Palmarès sportif :

Notez vos **3 meilleures performances** FFJDA et/ou Scolaire (UNSS-FFSU) des saisons 2009-2010 et 2010-2011

AUTORISATION DU PRÉSIDENT DE CLUB (Obligatoire pour tous).

Je soussignéagissant en qualité de Président de l'association
autorise mon sociétaireà faire acte
 de candidature au

Signature :

Renseignements scolaires :

Établissement fréquenté en ce moment :

Adresse :

Téléphone secrétariat :

Année	Classe	Moyennes		ORIENTATION 2012 – 2013
		1 ^{er} trimestre	2 ^{ème} trimestre	
2011 - 2012				
2010 - 2011				
2009 - 2010				
2008 - 2009				

En cas de redoublement merci de noter l'année et la classe :

.....

Avis:

PROFESSEUR D'EPS	Nom : Signature :
PROFESSEUR PRINCIPAL	Nom : Signature :
CHEF D'ÉTABLISSEMENT	Nom : Signature et cachet :

Filière envisagée pour l'année prochaine :

Au collège Arsenal

Au lycée Robert Schuman

Au lycée Louis de Cormontaigne

Internat OUI NON

QU'EST-CE QUE LE PARCOURS D'EXCELLENCE SPORTIVE (PES) ?

La commission nationale du sport de haut niveau a validé le Parcours de l'Excellence Sportive (PES) de notre fédération le 26 janvier 2010.

Ce PES a pour objectif principal, de préparer les judokas aux championnats du Monde et Jeux Olympiques.

Elle se caractérise par :

- Une démarche progressive vers le plus haut niveau en sachant que le judo est un sport à maturité tardive.
- La volonté de travailler en complémentarité avec les professeurs de clubs.
- Le regroupement des sportifs de haut niveau sur un nombre de pôles France réduit.
- La qualité des cadres chargés d'entraîner les jeunes (formation permanente et partages des connaissances et expériences).
- La qualité de la formation technique des jeunes en visant la performance à long terme.
- La création d'un Pôle France jeunes séniors à l'Institut du Judo à Paris.
- La création d'une commission nationale d'admission chargée de la sélection des athlètes en Pôle France.

Les années passées dans la filière d'accès au haut niveau sont formatrices pour les jeunes judokas. En apprenant à se fixer des objectifs, à gagner, à perdre, à se prendre en charge, ils préparent au mieux leur vie adulte

• Ainsi la FFJDA répond à sa mission :

- de former,
- d'éduquer les judokas,
- de préparer les champions.

PÔLE ESPOIR DE METZ

Les Pôles espoirs sont le premier niveau d'entrée dans le PES. Les objectifs de ces structures sont d'éduquer, de former et d'entraîner les cadets/cadettes. L'accent est mis sur la qualité de la formation technique en visant la performance à long terme. Les Pôles espoirs sont la principale source de recrutement pour les Pôles France.

Tout est mis en œuvre pour la réussite du double projet scolaire et sportif. Aménagements d'emplois du temps, soutien scolaire, aide aux devoirs.

Le Pôle espoir de Metz propose une formation large dans le domaine du judo. Cette orientation est très importante pour l'avenir du judo français, il importe que nos jeunes forts de leur expérience en Pôle soient amenés à s'investir dans les différentes voies proposées (arbitrage, enseignement, kata).

La planification sportive annuelle a pour but de préparer les athlètes pour des objectifs sportifs, mais elle tient compte de la période de croissance des jeunes judokas et contribue à l'épanouissement d'individus équilibrés.

La réussite nécessite un engagement sincère des athlètes, des parents et du professeur.

CENTRE RÉGIONAL D'ENTRAÎNEMENT JUDO (CREJ)

La réorganisation du PES et notamment la diminution du nombre de Pôles France, la rend beaucoup plus élitiste. La Ligue de Lorraine, en accord avec la DRJSCS et le Rectorat a ouvert son Centre Régional d'Entraînement Judo en 2008.

Le CREJ est une section sportive scolaire régionale, regroupant les juniors et jeunes seniors M et F de la Ligue.

L'étroite relation entre le CREJ et l'Institut Régional de Formation et d'Entraînement Judo-Jujitsu (IRFEJJ) permet de proposer une option de formation dans les domaines du judo : formation aux métiers de l'enseignement du judo (Qualification Fédérale d'Enseignement - Certificat de Qualification Professionnel sous certaines conditions), formation à l'arbitrage, formation aux fonctions de dirigeant et à la prise de responsabilités.

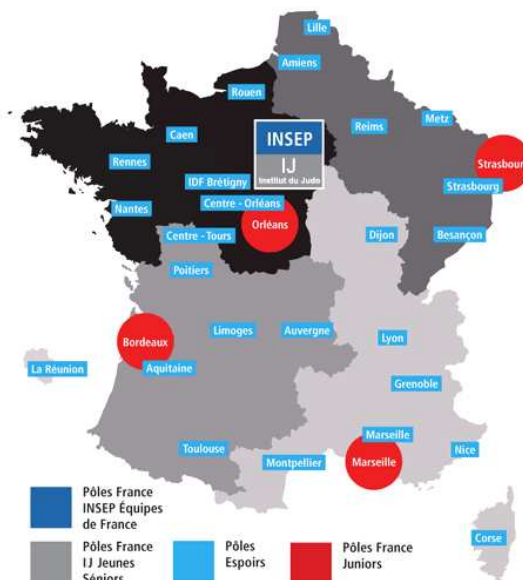
Les athlètes du CREJ bénéficient d'aménagement horaires et d'un suivi scolaire comme les élèves du Pôle. Ils peuvent également bénéficier de soutien scolaire.

Ils s'entraînent quotidiennement avec le Pôle Espoir et participent aux entraînements extérieurs (Pôle France Strasbourg - CPS inter Pôle...).

Les élèves du CREJ participent au stage de rentrée (vacances d'été - début août) et aux différents stages organisés par la ligue durant les périodes de congés scolaires.

Plusieurs actions à l'étranger ou avec des équipes étrangères sont également proposées (sur sélection)

La poursuite post Bac au sein du CREJ est possible, mais étudiée au cas par cas selon les possibilités d'aménagement d'emploi du temps. C'est le cas pour l'UFR STAPS de METZ par exemple ou certains BTS sur Schuman.



LA SCOLARITÉ DANS LES STRUCTURES



Ces structures n'existeraient pas sans l'appui et la collaboration des établissements scolaires avec lesquels elles sont associées par convention.

Sous l'autorité du Recteur de l'Académie, les chefs d'établissements organisent l'accueil des sportifs inscrits dans les filières d'accès au haut niveau. L'inscription dans ses établissements est dérogatoire à la carte scolaire. Les chefs d'établissement proposent un emploi du temps scolaire aménagé, qui permet de concilier les études avec un entraînement sportif de qualité. Ils portent une attention particulière à la constitution des équipes pédagogiques chargées des classes accueillant ses sportifs. Enfin, ils mettent en place des structures de rattrapage et de soutien scolaire.

L'encadrement sportif des structures assiste aux conseils de classes et rend compte des différents problèmes soulevés par les professeurs aux élèves et aux parents. Un suivi régulier des résultats et du comportement scolaire des élèves est effectué, en relation avec les établissements, afin de prévenir d'éventuelles difficultés et de proposer les solutions adaptées. Les élèves peuvent bénéficier de soutien scolaire et d'aide aux devoirs.

Un compte rendu trimestriel est également envoyé aux parents. Celui-ci fait état des résultats sportifs et scolaires, ainsi que du comportement et du niveau de travail des sportifs, à l'entraînement et en classe.

Le Conseil Régional de Lorraine aide les familles des athlètes sur liste ministérielle par l'octroi d'une bourse. Celle-ci est versée automatiquement en fin de saison aux établissements scolaires pour les élèves internes qui la déduisent de la facture du troisième trimestre. Les élèves du CREJ interne et non listés bénéficient également d'une aide, mais moins importante. Aucune démarche n'est nécessaire pour les internes.

Les élèves sur liste ministérielle mais non internes, doivent envoyer un courrier de demande d'aide au Conseil régional vers le mois de décembre, afin de bénéficier de l'aide qui dans ce cas sera directement reversé à la famille.

D'autres aides sont parfois possibles auprès des Conseils Généraux (aides aux déplacements), des municipalités ou des clubs. Pour ces aides, charge aux familles de se renseigner.



LISTE DES ÉTABLISSEMENTS



COLLÈGE ARSENAL

2, rue du Général Fournier - 57000 METZ

Tél : 03-87-74-01-84

<http://www.ac-nancy-metz.fr/pres-etab/CollArsenalMetz/index.htm>

- ✓4^{ème} Classe sportive
- ✓3^{ème} Classe sportive

LYCÉE ROBERT SCHUMAN

4, rue Monseigneur Pelt - BP 55130 - 57074 METZ CEDEX

Tél : 03-87-76-40-40

<http://www.ac-nancy-metz.fr/pres-etab/schuman>

- ✓Seconde Générale (option LV3, SES, STT)
- ✓Premières et Terminales :
 - ES (Maths, Physique, SVT)
 - L (Maths, LV3)
 - S (Maths, Physique, SVT)
 - STT (ACA, ACC, Comptabilité Gestion, Informatique, Adaptation)
- ✓BTS :
 - Assistante : de direction, de gestion PME-PMI, secrétaire trilingue
 - Action Comm., Commerce International, Informatique de gestion

LYCÉE LOUIS DE CORMONTAIGNE

12, place Cormontaigne - BP 70624 - 57010 METZ CEDEX 1

Tél : 03-87-31-85-31

<http://www.ac-nancy-metz.fr/pres-etab/cormontaignemetz>

- ✓Seconde : TSA
- ✓Premières et Terminales :
 - S (Techno)
 - STI (Génie Electrotechnique)
- ✓BEP :
 - Electronique

La ligue de Lorraine affrète un bus qui assure le transports des élèves internes après les entrainements. Le coût annuel étant important et afin de ne pas pénaliser le fonctionnement sportif des structures, une participation financière est demandée aux familles des élèves.

Les autres déplacements (médecins ; kinés...) sont à la charges des élèves et de leurs familles. Ils doivent se déplacer au moyen des transports en commun (TCRM).

L'internat pour les élèves scolarisés en lycée est possible pour tous sur le lycée Schumann.

Les collégiens sont internes au collège Arsenal.

LA VIE SPORTIVE AU PÔLE ESPOIR DE METZ

Les entraînements des élèves de Pôle Espoirs sont assurés par des cadres techniques qualifiés et formés par la fédération .

STAFF TECHNIQUE



FOUSSE Yannick
CTS Ligue
Responsable Technique

GEORGE Thierry
CTF Ligue
Entraîneur/Coordonnateur

WAHRHEIT Cyrille
Cadre de la Ligue
Préparateur Physique

REMY-VINCENT Quentin
Cadre de la Ligue
Intervenant Technique

FELLINI Guillaume
CTF CD 57
Intervenant Technique

Toutes ces personnes sont titulaires de diplômes d'État et en ce qui concerne l'encadrement de la partie judo ont eu une expérience de la compétition de niveau National et International.

Une formation à l'arbitrage et une préparation au kata en vu d'un passage de grade organisé en fin de saison par le CORG de Lorraine sont organisés par les formateurs régionaux.

Depuis son ouverture en 1997, le Pôle Espoir de Metz a permis à de nombreux élèves d'intégrer le Pôle France de Strasbourg.

Horaires d'entraînement : (Sous réserve de modification à la rentrée)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
MATIN	SELON EMPLOI DU TEMPS	SELON EMPLOI DU TEMPS	SELON EMPLOI DU TEMPS	SELON EMPLOI DU TEMPS	SELON EMPLOI DU TEMPS
APRES MIDI	16h30-18h30 Judo + PPG Arènes	16h15-18h15 Judo ASPTT ou Arènes	15h30-18h30 Judo + PPG Arènes	16h30-18h30 Judo Arènes	14h30-16h00 Judo + PPG Arènes

Des créneaux d'entraînement individualisé peuvent ensuite être ajoutés en fonction de l'organisation des emplois du temps, des besoins et de la demande des athlètes, tant sur le plan de la préparation physique (footing, musculation...) que sur le plan du travail technique en judo.

Lieux d'entraînement :

Dojo des Arènes de Metz (Dojo 300 m² de surfaces de tatamis + salle de Musculation de 250 m²) à 10 minutes de bus du Lycée Schuman et du Collège Arsenal.



Dojo de l'ASPTT Metz (220 m² de surface de tatamis) à 50 m du Lycée Schuman.

Piste d'athlétisme et gymnase du Lycée Schuman.

Stages, tournois, déplacements :

En plus de bénéficier de conditions d'entraînement privilégiées, les athlètes sont intégrés dans le Groupe Elite de la Ligue Lorraine de Judo et doivent participer à l'ensemble des stages sportifs organisés par la Ligue. Les structures prennent en charge une partie du coût des stages.

Au niveau des tournois, le Pôle Espoir de Metz s'engage chaque année sur 4 à 5 tournois Nationaux labellisés pour les cadets et cadettes, qui permettent aux judokas de se positionner dans le classement national cadets/cadettes, ouvrant droit à des sélections nationales sur des stages et des tournois. D'autre part, ils participent également à d'autres tournois régionaux individuels ou par équipe. Le CREJ s'engage chaque année sur 3 tournois Nationaux et de nombreux échanges avec le Pôle France de Strasbourg.

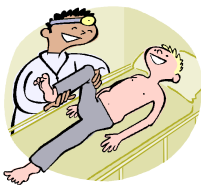
Plusieurs entraînements sont programmés à l'extérieur : Pôle France de Strasbourg, Regroupements Inter Pôles, CPS Ligue, CPS dans les autres départements.

LE SUIVI MÉDICAL ET PARAMÉDICAL

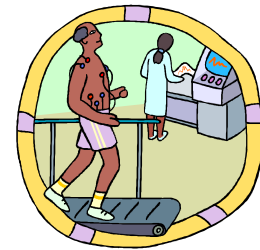
Composante essentielle de la réussite et des performances d'un sportif : **la santé**. Nous accordons une part privilégiée de notre attention à la mise en place d'un suivi médical et paramédical performant. **Thierry GEORGE** est chargée de la coordination de ce secteur et du respect des soins médicaux par les athlètes en liaison avec les médecins et kinésithérapeutes. Il gère les prises des premiers rendez-vous et accompagne les athlètes dans la mesure du possible sur le premier rendez-vous, après quoi, ces derniers prennent le bus.

Suivi médical proposé par la structure :

Un médecin titulaire du CES de médecine du sport est référent de la structure auprès de la FFJDA. Il s'agit du **Docteur Ghislain PFEIFFER**. Celui-ci travaille, avec 5 autres médecins du sport, au Centre de Médecine du Sport de la Clinique Claude Bernard de Metz chargé du suivi des sportifs messins (FC Metz, ASPTT Handball, Pôle Espoir Judo). En cas de blessure ou de maladie, les judokas sont pris en priorité sur le Centre.



**Centre Médecine du Sport
Centre de Médecine du Sport
75 Bis r Claude Bernard
57070 METZ
☎ 03-87-16-24-24**



Suivi paramédical proposé par la structure :

Suivi des kinésithérapeutes :

Des élèves en école de kiné sont présent 2 à 3 fois par semaine sur les entraînements, dans le cadre d'une convention entre la DRJSCS et l'école de kinésithérapie de Nancy. De plus, un partenariat est établi avec le cabinet KINEOS de METZ. Ces derniers travaillent en étroite collaboration avec les médecins du Centre de Médecine du Sport. Comme pour les Médecins, les élèves du Pôle Espoir sont pris en priorité pour les rendez-vous.

**KINEOS
Centre de Médecine du Sport
75 Bis r Claude Bernard
57070 METZ
☎ 03-87-63-65-04**



Suivi diététique :

Une diététicienne diplômé d'état, spécialisée dans le suivi des sportifs, intervient régulièrement auprès des élèves du Pôle. Il s'agit de **Melle Sophie HANESSE du Cabinet PRESTADIET**. Ses interventions sont essentiellement préventives, un suivi individualisé peut également être mis en place selon les cas.

Des pesées sont réalisées régulièrement. Au niveau de la ligue, le **Docteur Véronique GUILLOTIN** intervient également en particulier sur ce domaine.

Suivi psychologique :

Une intervention est réalisée 2 fois par an pour les mineurs et 1 fois par an pour les majeurs, par une psychologue DE du sport, **Melle Armelle FAVRE** visant à :

- détecter des difficultés psychopathologiques et des facteurs personnels et familiaux de vulnérabilité ou de protection.
- prévenir des difficultés liées à l'activité sportive intensive.
- orienter vers une prise en charge adaptée si besoin.

En plus de ce suivi obligatoire prévu par arrêté ministériel, le Pôle propose un suivi individuel d'aide à la performance et à la gestion du stress.