



COMITE DE MOSELLE DE LUTTE

Président : Georges GARDEREAU
2 route de Xouaxange, 57790 LORQUIN
06 20 49 45 14 - gardelutte@yahoo.fr

RENCONTRES MOSELLANES DE LUTTE SAISON 2012-2013

Objectifs

Permettre aux jeunes lutteurs et lutteuses de Moselle de mettre en application ce qu'ils ont appris lors des séances de lutte au sein du club.

Permettre au Comité de Moselle de lutte de repérer des jeunes lutteurs prometteurs.

Dates et lieux

- 1^{ère} journée le mercredi 12 décembre 2012 à Freyming-Merlebach
- 2^{ème} journée le mercredi 23 janvier 2013 à Maizières les Metz
- 3^{ème} journée le mercredi 10 avril 2013 à Sarreguemines

Horaires

- Pesée de 14h30 à 15h00
- Début des rencontres à 15h00
- Fin de la manifestation à 17h00

Public concerné

- Poussins A (garçons et filles né(e)s en 2006 et 2007)
- Poussins B (garçons et filles né(e)s en 2004 et 2005)
- Poussins C (garçons et filles né(e)s en 2002 et 2003)
- Benjamins (garçons et filles né(e)s en 2000 et 2001)

Les « Rencontres mosellanes de lutte » sont ouvertes aux jeunes lutteurs de toute la région Lorraine.

Règlement et arbitrage

- Tous les participants doivent être licenciés FFL 2012-2013.
- Règlement officiel « lutte jeunes » sauf « poussins A » : jeux de lutte (voir ci-après).
- Rencontres arbitrés exclusivement par les jeunes arbitres diplômés et en formation.
- Poules de 4 lutteurs en fonction du poids réel.
- Tenue officielle (tenue maîtrise) exigée.

Récompenses

Tous les jeunes lutteurs présents recevront une récompense.

Prolongement

L'équipe technique régionale est chargée d'observer les participants garçons et filles, poussins C et benjamins, dans la perspective du second stage mosellan de la saison qui se déroulera à Maizières les Metz les 23 et 24 avril 2013.



JEUX DE LUTTE - POUSSINS A

1ère JOURNEE

LE RENARD ET LA POULE (SOL)



Départ : Assis dans le dos de l'adversaire en le tenant.
But : Garder l'adversaire dans ses bras pendant 15 secondes / Sortir du contrôle.

LES LOUPS (DEBOUT)



Départ : Face à face debout.
But : Attraper une jambe de l'adversaire pour décoller le pied du sol.

2ème JOURNEE

LES PANTHERES (SOL)



Départ : A quatre pattes, position inversée. Bras autour de la taille de l'adversaire.
But : mettre l'adversaire sur le dos.

LES OURS (DEBOUT)



Départ : debout face à face, bras dessus-dessous.
But : faire sortir l'adversaire du cercle ou passer dans son dos.

3ème JOURNEE

LES TIGRES (SOL)



Départ : Face à face, un genou au sol.
But : Renverser l'adversaire et l'immobiliser sur le dos pendant 3 secondes.

LES LIONS (DEBOUT)



Départ : Face à face debout.
But : Immobiliser son adversaire 3 secondes (= vict).
Amener son adversaire au sol sans le lâcher (= 1 pt).