



# Note de cadrage

## Contrôle de poids des cadets

Afin de préserver la santé de nos jeunes cadets et de leur éviter des régimes excessifs à l'approche des compétitions, voici quelques règles à mettre en place :

1. Des pesées régulières doivent être organisées dans les Pôles Espoirs et les Pôles France.
2. De la même manière, les judokas sélectionnés en équipe de France cadets pour des stages ou des compétitions, seront pesés à plusieurs reprises.

En cas d'écart important constaté entre le poids observé et la catégorie de poids choisie par le sportif en compétition, le processus suivant est à respecter :

1. Si l'écart constaté est supérieur à 7%, il convient de prévenir le club et les parents.
2. Si cet écart est toujours aussi important lors d'une pesée aléatoire ultérieure, organisée par la structure, un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la compétition dans la catégorie souhaitée par l'athlète sera demandé.
3. A défaut, le judoka ne pourra être sélectionné pour une compétition encadrée par le pôle.

Le compétiteur pourra bien entendu choisir la catégorie de poids dans laquelle il souhaite participer au championnat de France (et aux épreuves de sélections préalables). Nous ne pouvons l'interdire.

Néanmoins, le comité national de sélection se réserve le droit de ne pas sélectionner en équipe de France, un compétiteur qui aura été pesé plusieurs fois au-delà de la limite fixée et ce, dans le but de préserver son intégrité physique. Une perte de poids trop importante peut en effet avoir des conséquences non négligeables pour nos jeunes athlètes, engendrant notamment un risque accru de blessures (musculo-tendineuses...).

La collaboration entre le staff des équipes de France cadets et les entraîneurs de structures est essentielle. Il est du devoir des entraîneurs de structures, dans un cadre de sécurisation des pratiquants, d'informer les responsables des EDF cadets, s'ils observent des écarts importants de poids.

Nous comptons sur vous pour établir une surveillance régulière de nos jeunes judokas des pôles.