

L'adversaire est l'ami qui me fait progresser !

Le Comité FSGT des Vosges
et le Collège Pancrace de la CFA Scam FSGT présentent

CHAMPIONNAT DE FRANCE FSGT DE PANCRACE



**18 & 19 MAI
2019**

Compétition à partir de 13h30

**PANCRACE EDUCATIF
SAMEDI 18 MAI 2019**

**PANCRACE AMATEUR
DIMANCHE 19 MAI 2019**

**HALLE DES SPORTS EPINAL
51, rue de Remiremont**

imprimé par nos soins, ne pas jeter sur la voie publique



**COMITE REGIONAL
GRAND EST**



inscriptions : www.fsgt.org - renseignements : jeannoelcharollais@me.com

CHAMPIONNAT DE FRANCE FSGT DE PANCRACE	
Dates compétition :	Samedi 18 mai 2019 : de 13h30 à 18h00 (Pupilles, Benjamins, Minimes, Cadets) Dimanche 19 mai 2019 : de 13h30 à 18h00 (Juniors, Seniors, Vétérans)
Récompenses :	Remise des récompenses à la fin de chaque journée du Championnat.
Lieu exact :	Halle Des Sports, 51 rue de Remiremont, 88000 EPINAL
Gare SNCF la plus proche :	Gare SNCF Epinal (88)
Situation géographique :	Voir carte et plan ci-dessous
Pesées officielles :	<ul style="list-style-type: none"> • Samedi 18 mai 2019, de 09h30 à 10h30 : Pupilles, Benjamins, Minimes, Cadets (<i>accueil à partir de 9h00</i>) • Dimanche 19 mai 2019, de 9h30 à 10h30 : Juniors, Seniors, Vétérans (<i>accueil à partir de 9h00</i>) <p><i>Aucun changement de catégorie de poids lors des pesées officielles. Tout combattant dépassant le poids autorisé dans la catégorie où il est inscrit sera déclaré forfait (tolérance 500 g ; exemple : 66,4 maxi pour - 66 kg)</i></p>
« Rules meeting » avec combattants et coaches	Samedi 18 mai 2019, de 12h15 à 13h00 Dimanche 19 mai 2019, de 12h15 à 13h00
Buvette :	Sur place, sandwiches, boissons, ... Tarifs abordables.
Frais d'inscription :	<ul style="list-style-type: none"> • Poussins, Pupilles, Benjamins, Minimes : inscription gratuite • Cadets, Juniors, Seniors, Vétérans : inscription 10,00 €
Entrée :	Public : entrée gratuite
A présenter lors de la pesée :	Licence FSGT 2018-2019 + Passeport sportif SCAM. Certificat médical (<i>modèles pages 5 et 6</i>). Autorisation parentale pour les mineurs (<i>modèle page 7</i>)
Comment s'inscrire ?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Remplir le formulaire en ligne sur le site : https://forms.gle/HuVjfy5HhQmDWkzo9 (Merci de bien remplir tous les renseignements demandés, qui servent à effectuer la déclaration officielle de la manifestation : Nom, Prénom, N° licence, N° passeport SCAM, date naissance, lieu naissance, nationalité, profession, adresse domicile, N° Tel, adresse mail) 2. Envoyer votre règlement (10 € par compétiteur inscrit) à : FSGT (Domaine des activités) A l'attention de Graziella Trentin 14, rue Scandicci 93508 PANTIN Cédex
Délai maximal pour l'inscription :	Mardi 7 mai 2019 à minuit. Attention ! Ce délai ne sera pas repoussé !
Renseignements :	Responsable collège Combat Mixte : Jean-Noël Charollais Courriel : jeannoelcharollais@me.com Tél : 06 51 26 73 30 (<i>en journée</i>)
Réglementation sportive :	Réglementation sportive Pancrace FSGT (mise à jour du 15/02/2019) : voir sur la page du site fédéral FSGT : https://www.fsgt.org/activites/sports_de_combats/reglementation/ Catégories âge et poids : voir page 4 de ce dossier.

Plan situation Halle des Sports Epinal :

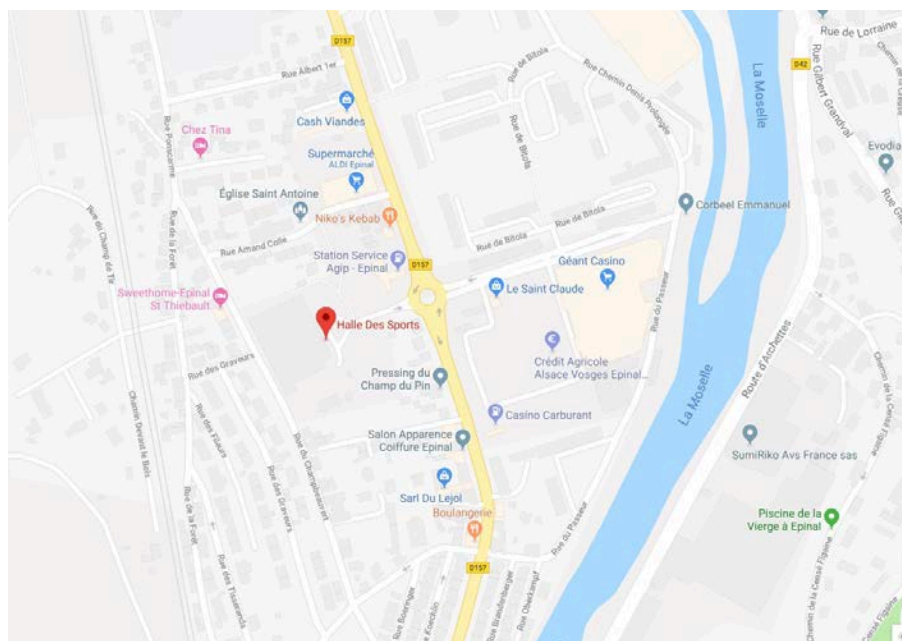


Photo extérieure :



Hébergements à Epinal :

Campanile Epinal

Hôtel 3 étoiles
54 Route de Jeuxy,
88000 Épinal

Quick Palace Epinal

Hôtel
20, Allée Des Rapailles,
88000 Épinal

Hôtel Première Classe Epinal

52 route de Jeuxy,
88000 Épinal

Hôtel ibis budget Epinal

Hôtel 2 étoiles
Za De La Roche
Rue Des Rapailles
88000 Épinal

Matériel à prévoir par les clubs participant au Championnat :

Les clubs doivent apporter pour leurs combattants :

- **Les protections** : gants, protège-tibias, protège-dents, coquille, bustier souple pour les féminines... ;
- **Le nécessaire pharmacie minimum** pour leurs combattants (pansements, petit matériel)

PANCRACE EDUCATIF ET AMATEUR

CATEGORIES D'AGE ET DE POIDS

SAISON SPORTIVE 2018-2019

PUPILLES		BENJAMINS		MINIMES		CADETS		JUNIORS		SENIORS		VETERANS	
8 - 9 ans		10 – 11 ans		12 – 13 ans		14 – 15 ans		16 – 17 ans		18 – 40 ans		41 ans et +	
Nés en 2009 et 2010		Nés en 2007 et 2008		Nés en 2005 et 2006		Nés en 2003 et 2004		Nés en 2001 et 2002		Nés de 2000 à 1978		Nés en 1977 et avant	
F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M
- 23	- 23	- 26	- 26	- 34	- 34	- 38	- 38	- 53	- 53	- 57	- 57	- 57	- 57
- 26	- 26	- 30	- 30	- 38	- 38	- 42	- 42	- 57	- 57	- 61	- 61	- 61	- 61
- 29	- 29	- 34	- 34	- 42	- 42	- 46	- 46	- 61	- 61	- 66	- 66	- 66	- 66
- 32	- 32	- 38	- 38	- 46	- 46	- 50	- 50	- 66	- 66	- 71	- 71	- 71	- 71
- 38	- 38	- 42	- 42	- 50	- 50	- 55	- 55	- 71	- 71	- 77	- 77	- 77	- 77
- 42	- 42	- 46	- 46	- 55	- 55	- 60	- 60	- 77	- 77	- 84	- 84	- 84	- 84
- 46	- 46	- 50	- 50	- 60	- 60	- 65	- 65	- 84	- 84	- 93	- 93	- 93	- 93
- 50	- 50	- 55	- 55	- 65	- 65	- 70	- 70	- 93	- 93	- 120	- 120	- 120	- 120
+ 50	+ 50	+ 55	+ 55	+ 65	+ 65	+ 70	+ 70	+ 93	+ 93	+ 120	+ 120	+ 120	+ 120
2 x 2 mn		2 x 3 mn		2 x 3 mn		2 x 4 mn		2 x 4 mn		2 x 5 mn		2 x 4 mn	
<i>Temps de repos entre chaque reprise : 1 minute</i>													
<p>A la fin du temps réglementaire : « mort subite » : le premier combattant qui touche son adversaire au corps et/ou à la tête (selon sa catégorie) de manière nette et décisive par une technique de percussion autorisée, sans esquive, parade ou riposte de l'adversaire - ou qui effectue une projection nette de l'adversaire - remporte le combat. Les coups de pied circulaires bas (low-kicks) ne sont pas comptabilisés.</p>													
<p><i>Masculins :</i> short, coquille, protège-dents, gants, protège-tibias</p> <p><i>Féminines :</i> short, protège-dents, gants, protège-tibias, protection pubienne et bustier souple (à partir de juniors) tee-shirt ou rashguard</p>										<p><i>Masculins :</i> short, coquille, protège-dents, gants</p> <p><i>Féminines :</i> short, protège-dents, gants, protection pubienne et bustier souple, tee-shirt ou rashguard</p>			
<p><i>Debout :</i> Coups de poing, pied, genou a la touche au corps.</p> <p>Aucun coup à la tête</p>				<p><i>Debout :</i> Coups de poing, pied, genou portés au corps.</p> <p>Aucun coup à la tête</p>				<p>Débutants : <i>Debout :</i> Coups de poing, pied, genou portés au corps. Aucun coup à la tête</p> <p>Intermédiaires et avancés : <i>Debout :</i> Coups de poing, pied, genou portés au corps. Coups de poing et coups de pied contrôlés à la tête</p>		<p>Débutants : <i>Debout :</i> Coups de poing, pied, genou portés au corps. Coups de poing et coups de pied contrôlés à la tête</p> <p>Intermédiaires et avancés : <i>Debout :</i> Coups de poing, pied, genou portés au corps et tête. Pas de genou direct au visage</p>		<p><i>Debout :</i> Coups de poing, pied, genou portés au corps.</p> <p>Aucun coup à la tête</p>	
Techniques de soumission placées sans serrage, ou immobilisation 30 secondes Aucun étranglement				Techniques de soumission									
Coups de coude et coups de tête interdits. Aucun coup porté au sol. Techniques interdites précisées dans la réglementation.													

CERTIFICAT MEDICAL D'ABSENCE DE CONTRE-INDICATION A LA PRATIQUE DU PANCRACE

(Pratiquants de moins de 18 ans)

Je, soussigné(e), Docteur _____

Titulaire d'une compétence en médecine du sport : OUI NON

Atteste que M. – Mme – Mlle _____

Présente, à la date de ce jour, une absence de contre-indication à la pratique du pancrace :

Cocher le type d'activité autorisée (une seule case)

- En activité de loisir
 En loisir et en compétition (1)

A _____ le _____

Cachet professionnel :

Signature :

(1) Les compétitions destinées aux pratiquants mineurs **interdisent tout coup au visage** (sauf catégorie des juniors 16-17 ans de niveau intermédiaire et avancé, qui autorisent les coups contrôlés au visage). Les techniques de percussion sont autorisées au corps, avec des règles spécifiques en fonction de l'âge du pratiquant.

CERTIFICAT MEDICAL D'ABSENCE DE CONTRE-INDICATION A LA PRATIQUE DU PANCRACE

(Pratiquants de 18 ans et +)

Je, soussigné(e), Docteur _____

Titulaire d'une compétence en médecine du sport : OUI NON

Atteste que M. – Mme – Mlle _____

Présente, à la date de ce jour, une absence de contre-indication à la pratique du pancrace :

Cocher le type d'activité autorisée (une seule case)

- En activité de loisir
- En loisir et en compétition, dans les catégories où la mise hors combat au visage n'est pas autorisée
- En loisir et en compétition, dans les catégories où la mise hors combat au visage est autorisée (1)

A _____ le _____

Cachet professionnel :

Signature :

(1) Conformément à l'article A231-2-3 du Code du Sport, pour ces catégories, une attention particulière est portée sur l'examen neuro-psychologique et sur l'examen de la fonction visuelle (acuité visuelle, champ visuel et, si le praticien le retient nécessaire en fonction de son examen clinique, tonus oculaire et fond d'œil).

AUTORISATION PARENTALE
CHAMPIONNAT DE FRANCE FSGT DE PANCRACE
EPINAL - 18 & 19 mai 2019

Je, soussigné(e), M.....

représentant légal du (de la) mineur(e) :

pratiquant le pancrace et licencié FSGT au club :

déclare autoriser le (la) mineur(e) désigné(e) ci-dessus à participer au Championnat de France FSGT de Pancrace organisé à la Halle des Sports, 51 rue de Remiremont, 88000 EPINAL samedi 18 et dimanche 19 mai 2019 (compétition de 13h30 à 18h00). Pesée des combattants de 9h30 à 10h30. Réunion technique des combattants et coaches à 12h15 précises. Ne pas oublier vos protections (gants, protège-tibias, coquille, protège-dents).

J'autorise le mineur ci-dessus désigné à participer aux combats organisés pendant la compétition et déclare connaître les règlements sportifs du pancrace pour sa catégorie (disponible sur le site <http://www.fsgt.org>)

Je déclare avoir connaissance de l'activité et de son objet. La compétition étant de nature officielle et publique, j'autorise expressément les photos et vidéos des combats du mineur désigné ci-dessus, à titre gracieux, sur tous supports de communication partenaires de la FSGT (presse, audio visuel...)

En cas de nécessité d'intervention médicale d'urgence, je déclare autoriser les dirigeants du club et de la FSGT à faire pratiquer les soins d'urgence.

Fait pour servir et valoir ce que de droit

A.....le.....

Signature :

N° Téléphone des parents du mineur : _____