



***LUTTE « JEUNES »***  
**POU B – POU C - BENJ**

**Règlement technique et  
compétitions**

Sept 2006

## OBJECTIFS RECHERCHES

- ***L'objectif premier reste la mise en place d'un règlement simplifié de LUTTE qui ne dénature pas l'activité mais la rend accessible et facilement compréhensible pour les jeunes lutteurs et leurs parents.***
- ***Fidéliser le jeune lutteur à l'activité LUTTE par des rencontres régulières en complément d'un enseignement centré sur les maîtrises.***
- ***Favoriser la formation du « jeune arbitre »***

**La lutte « JEUNES » est un style de lutte qui doit être :**

- Séduisant et sécurisant pour les enfants et parents
- Facilement accessible aux débutants.
- Ecartant les gestes pouvant présenter un danger.
- Aisément arbitrable.
- Compréhensible par le spectateur.

**La Lutte « JEUNES » s'adresse aux catégories d'âge :**

- Poussins B - C et benjamins.

**La lutte « JEUNES » se pratiquera à trois niveaux :**

- Rencontres individuelles poussins.
- Championnat individuel benjamins.
- Coupe de la jeunesse par équipe.

# REGLEMENT

## I - BUT DU COMBAT DE « LUTTE JEUNES »

De la position debout, renverser et maintenir **son adversaire sur le dos pendant deux secondes** : c'est le " TOMBE " (contact des omoplates au tapis).

## II - DUREE DU COMBAT

Temps continu. Cas particulier d'arrêt du chronomètre à la demande de l'arbitre (blessure...)

Rencontres ou championnats individuels :

POUSSINS : 2 minutes

BENJAMINS : 3 minutes

Championnat par équipes :

POUSSINS ET BENJAMINS : 2' minutes et 30 secondes

## III - INTERDICTION

### Interdictions générales :

- Les coups
- Toutes les torsions d'articulation
- Les saisies de la tête seule à 2 bras
- Actions sur les doigts, les cheveux, etc...
- Les étranglements
- Toute action sur la figure
- Toute action jugée dangereuse pour l'intégrité de l'enfant et notamment sur la colonne vertébrale
- Seul le demi pont est autorisé en position de défense (contact d'une épaule avec le tapis)  
Le pont (extension dorsale en appui sur la tête seule) est strictement interdit, **il entraînera une interruption immédiate du combat, un avertissement et une pénalité de 3 pt.**

### Techniques interdites :

- Les projections en souplesse.
- Les arrachés au sol.
- Les techniques de passage en pont.
- La double clef de tête
- La « cuisse à rebours », défenseur à plat ventre.
  
- **Un avertissement sera prononcé en cas de technique interdite, un point sera attribué à l'adversaire.**

## IV - ARBITRAGE

### 1) JURY

- un arbitre qui dirige le combat et cote les prises
- un secrétaire qui note la cotation des prises, sur la feuille de match et chronomètre.

### 2) TENUE

- Tenue réglementaire à tous les niveaux : maillot et chaussures de lutte

## V - SURFACE DE COMBAT

Le combat se déroule sur un tapis présentant toutes les caractéristiques de sécurité. Le tapis est de 36 m<sup>2</sup>, soit le quart du tapis 12x12 (tapis lutte collège).

La limite de la surface de combat, cercle rouge, n'est pas une zone de passivité.

## VI - COTATION DES TECHNIQUES

(Elle découle de la finalité du combat : le " tombé ")

- Le tombé, c'est le contact simultané des deux omoplates au sol pendant 2 secondes.
- La mise en danger :
  - allongé, la ligne des omoplates forme avec le tapis un angle inférieur à 90°
  - assis, le dos forme avec le tapis un angle inférieur à 45°
- L'amené au sol contrôlé : au moins trois appuis au sol autres que les pieds (2 genoux + 1 main ou 2 mains + 1 genou)
- Le contrôle arrière : le lutteur attaqué se retrouve à plat ventre ou en position quadrupédique, le lutteur attaquant est situé derrière la ligne d'épaules du lutteur attaqué et le contrôle avec au moins un bras à la taille.
- La lutte debout : le lutteur attaqué est debout au départ de l'action.
- La lutte au sol : le lutteur attaqué possède au moins un genou au sol au moment du déclenchement de l'action.
  - ✓ 3 points : - Technique de lutte amorcée debout, contrôlée avec mise en danger directe de l'adversaire (le lutteur attaqué doit être debout au départ de l'action)
  - ✓ 2 points : - Mise en danger amorcée au sol et maintenue 2 secondes.
  - ✓ 1 point : - Toute action amorcée debout, qui amène l'adversaire au sol sans le mettre en danger et suivi dans la continuité par un contrôle arrière.
    - Passage arrière ou surpassé au sol sans mise en danger.
    - Avertissement (accompagné d'un point pour l'adversaire).

## TABLEAU DE COTATION DES ACTIONS ET DES TECHNIQUES

TECHNIQUES	AVEC MISE EN DANGER	AVEC CONTROLE AR
<b><u>DEBOUT</u></b>	3 POINTS	1 POINT
<b><u>SOL</u></b>	2 POINTS (si maintenue 2")	1 POINT

### VII - AVERTISSEMENT

L'avertissement est toujours accompagné d'un point pour l'adversaire (1 point).

Il est attribué :

- ✓ Pour non combativité flagrante (point d'activité toujours précédé d'un avertissement verbal)
- ✓ En cas de non respect des interdits

Cas particulier de l'avertissement **accompagné de 3pt. à l'adversaire** pour le lutteur dominé qui, en position de mise en danger, se met en position de pont (appui sur la tête seule)

- ✓ Pour conduite antisportive

L'élimination se fait au 3ème avertissement.

Pour tout comportement antisportif du lutteur, une sanction d'exclusion de la compétition pourra être prononcée.

### VIII - DEROULEMENT DU COMBAT

#### **A/ Éléments favorisant une lutte active**

1. **L'attaquant ne doit pas être pénalisé**, quelle que soit la position d'arrivée au sol sauf s'il est maintenu en danger.
2. Sur une technique " loupée " où le lutteur attaquant se retrouve dessous sans contrôle et sans action du lutteur attaqué, **la lutte est interrompue et reprend debout.**
3. **Si la lutte stagne au sol**, le combat est interrompu et reprend au centre du tapis debout.

#### **B/ Arrêt et continuation du combat**

Le combat sera **arrêté et reprendra debout** dans les cas suivants :

1. **Debout**, l'arbitre siffle dès qu'un des deux lutteurs met un pied à l'extérieur du cercle rouge. Si une action était engagée, elle sera cotée.
2. **A genoux**, la lutte est interrompue dès qu'une main du lutteur attaqué est à l'extérieur du cercle.
3. **Sur le dos ou à plat ventre**, le combat est interrompu dès qu'une épaule du lutteur attaqué est à l'extérieur du cercle rouge.

**N.B.** : il ne peut y avoir de " tomber " à l'extérieur du cercle.

## **C/ Gain du match**

### **Le combat s'arrête :**

- Victoire par " tombé "
- Victoire par "supériorité technique" (quand la différence entre les lutteurs est de 10 points) ou qu'un lutteur obtient 2 cotations à 3 points. Dans ce cas, le match sera interrompu dès que le lutteur dominé sera sorti de la position de mise en danger, la possibilité de parvenir au tombé sera laissée au lutteur attaquant jusqu'à la fin de l'action.
- A la fin du temps réglementaire.
- Sur disqualification

**Est déclaré vainqueur aux points** le lutteur qui totalise le plus grand nombre de points techniques.

En cas d'égalité de points à la fin du temps réglementaire, la victoire sera attribuée :

- Au lutteur qui a réalisé la technique la mieux cotée
- Si l'égalité subsiste, au lutteur qui a réalisé la dernière action cotée.
- En cas d'égalité à 0-0, il y aura match nul (2-2 en points de classement).

## **IX - CLASSEMENT DE LA POULE**

Est déclaré vainqueur celui qui :

- a le plus de points de classement (Annexe 2)
- si l'égalité subsiste entre 3 lutteurs, les critères suivants seront retenus :
  - 1) **Entre battus par " tombé ou supériorité "** :
    - a - priorité au « tombé »
    - b - temps du « tombé » ou « supériorité technique »
  - 2) **Entre battus aux points** :
    - a - le nombre de points techniques marqués entre eux.
    - b - si l'égalité subsiste, le plus léger sera déclaré vainqueur.
- si l'égalité subsiste entre 2 lutteurs, la victoire de l'un sur l'autre déterminera le classement.

## **X - DEROULEMENT DE LA COMPETITION**

### ➤ **POUSSINS individuel :**

- Poules de 4

### ➤ **BENJAMINS**

- On détermine des groupes (" poules ") de 2, 3 ou 4 lutteurs, selon le nombre d'engagés (voir annexes 2 5 et 6). Les combats s'effectuent en une formule championnat où tous les concurrents de chaque poule se rencontrent.
- La rencontre se poursuit en élimination directe sur un tableau où sont qualifiés les 2 premiers de chaque poule pour déterminer les places 1 et 2.
- Sont repêchés les lutteurs battus par les 2 finalistes du tableau.
- Les vainqueurs du repêchage disputent la place du 3ème.

# COUPE DE LA JEUNESSE

## CONSTITUTION DES EQUIPES

Les équipes sont constituées de 8 lutteurs, un jeune arbitre et un entraîneur, tous licenciés au club :

- 10 combattants poussin(e)s et benjamin(e)s réparti(e)s en 2 catégories d'âge :
  - **Poussin(e)s B et C1** (+22) **24 27 30 34 39**
  - **Poussins(e)s C2 et BEN** (+26) **30 34 39 45 52**
- **1 « jeune arbitre »** diplômé ou en formation.
- **1 « coach »**

## PESEE

Chaque équipe devra présenter au minimum 6 lutteurs dans des catégories d'âge et de poids différentes.

Les lutteurs seront pesés en maillot de lutte.

Un numéro de tirage au sort sera attribué à l'équipe pour l'appariement.

## FORMULE DE COMPETITION

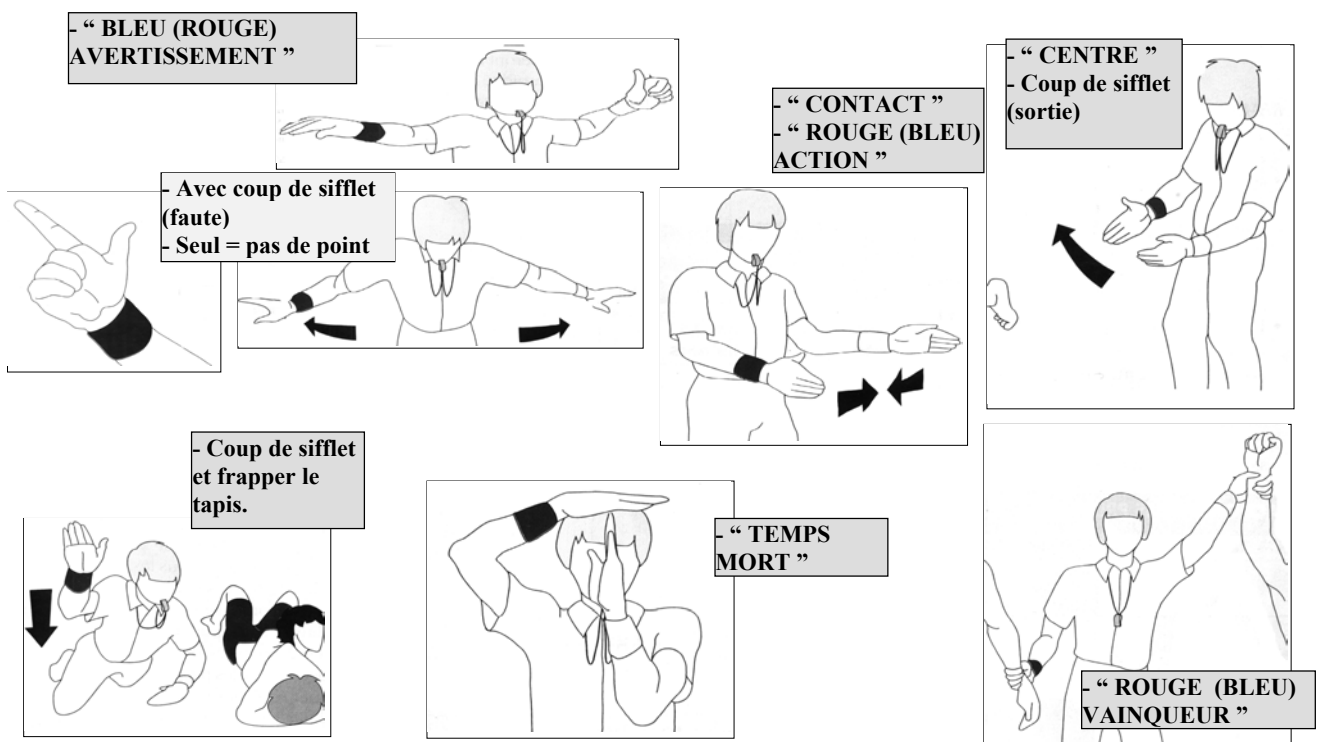
- 2 équipes : une rencontre de 10 combats
- 3 équipes : une poule de 3 équipes, tournoi nordique.
- Entre 4 et 8 équipes : 2 poules + tableau ( $\frac{1}{2}$  finales + finales  $\frac{1}{2}$  et  $\frac{3}{4}$ ) dans lequel sont retenues les 2 premières équipes des 2 poules.
- Entre 9 et 16 équipes : 4 poules + tableau ( $\frac{1}{4}$  et  $\frac{1}{2}$  finales + finales  $\frac{1}{2}$  et  $\frac{3}{4}$ ) dans lequel sont retenues les 2 premières équipes des 4 poules.
- **Résultats des rencontres :**
  - Une rencontre est remportée par l'équipe qui a le plus de victoires (3 points pour l'équipe vainqueur, 1 point pour l'équipe perdante).
  - En cas de victoire par forfait, l'équipe vainqueur reçoit 3 points et l'équipe forfait obtient 0 point.
  - Le jeune arbitre rapporte des points à son équipe (points de classement) :
    - 4 points : jeune arbitre diplômé
    - 2 points : jeune arbitre stagiaire
    - 0 points : pas de jeune arbitre
  - En cas d'égalité de victoires à la fin de la rencontre les équipes seront départagées comme suit :
    - Total des points de classement intégrant ceux de l'arbitre.
    - Nombre de victoires avant la limite (4-0) : tombé et supériorité technique.
    - Nombre de points techniques marqués.
    - Le « tombé » le plus rapide

➤ **Classement au sein de la poule :**

- Il se fait en fonction du nombre de points obtenus par l'équipe.
- En cas d'égalité de 3 équipes, les équipes seront départagés comme suit :
  - Total des points de classement obtenus entre elles.
  - Nombre de victoires avant la limite (tombé et supériorité technique) obtenues entre elles.
  - Nombre total de points techniques marqués entre elles.
  - « Tombé » le plus rapide obtenu entre elles.
- En cas d'égalité de 2 équipes, la victoire de l'une sur l'autre.

## XI - GESTES ET VOCABULAIRE DE L'ARBITRE

Les termes sont parfois précédés de la couleur du lutteur interpellé.



**RENCONTRES ET CHAMPIONNATS  
INDIVIDUELS  
CATEGORIES D'AGE ET DE POIDS**

<b>POUSSINS B</b>	<b>POUSSINS C</b>	<b>BENJAMINS</b>
Individuel	Individuel	Individuel
Pesée au poids de corps et constitution de poules de 4 lutteurs.	Pesée au poids de corps et constitution de poules de 4 lutteurs.	24
		27
		30
		33
		36
		40
		44
		49
		54
		60
66		
73		
81		

**COUPE DE LE JEUNESSE  
CATEGORIES D'AGE ET DE POIDS**

<b>POU B et C1</b>	<b>POU C2 et BENJ</b>
(+22)	
<b>24</b>	
<b>27</b>	(+26)
<b>30</b>	<b>30</b>
<b>34</b>	<b>34</b>
<b>39</b>	<b>39</b>
	<b>45</b>
	<b>52</b>

## POINTS DE CLASSEMENT DES POULES

### Rencontres et championnats individuels

Vainqueur	Perdant	Type de victoire
4	0	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TOMBE</li> <li>- FORFAIT / ABANDON / BLESSURE</li> <li>- DISQUALIFICATION</li> <li>- SUPERIORITE TECHNIQUES / DIFFERENCE DE 10 POINTS OU 2 FOIS 3 POINTS</li> </ul>
3	0,5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- DIFFERENCE DE MOINS DE 10 POINTS</li> <li>- LE PERDANT A MARQUE AU MOINS 1 PT TECHNIQUE</li> </ul>
3	0	<ul style="list-style-type: none"> <li>- DIFFERENCE DE MOINS DE 10 POINTS</li> <li>- LE PERDANT N'A MARQUE AUCUN POINT TECHNIQUE</li> </ul>
3	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- LE PERDANT A MARQUE 1 PRISE A 3 POINTS</li> </ul>
2	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- MATCH NUL 0 – 0 A LA FIN DU TEMPS REGLEMENTAIRE</li> </ul>

## REPARTITION EN POULES

**Deux lutteurs : Finale**

**Trois lutteurs : 1 poule unique**

Nombre de lutteurs	A	B	C	D
4	2	2		
5	2	3		
6	3	3		
7	3	4		
8	4	4		
9	2	2	2	3
10	2	2	3	3
11	2	3	3	3
12	3	3	3	3
13	3	3	3	4
14	3	3	4	4
15	3	4	4	4
16	4	4	4	4

	A	B	C	D	E	F	G
17	H						
	2	2	2	2	2	2	2
	3						

**NB :** à partir de la liste des concurrents triée sur le N° de tirage au sort dans un ordre croissant, le premier est placé dans la dernière poule, le second sur la précédente et ainsi de suite jusqu'à la fin de la liste.

# ORGANISATION DE LA COMPETITION LUTTE « JEUNES » INDIVIDUELLE

## Phase des combats en poules

### POULE 1

	NOMS Prénoms	N°					RESUL TATS

### POULE 3

	NOMS Prénoms	N°					RESUL TATS

### POULE 5

	NOMS Prénoms	N°					RESUL TATS

### POULE 7

	NOMS Prénoms	N°					RESUL TATS

### POULE 2

	NOMS Prénoms	N°					RESUL TATS

### POULE 4

	NOMS Prénoms	N°					RESUL TATS

### POULE 6

	NOMS Prénoms	N°					RESUL TATS

### POULE 8

	NOMS Prénoms	N°					RESUL TATS

# ORGANISATION DE LA COMPETITION INDIVIDUELLE BENJAMINS

Phase des combats en tableau final

