



---

**PÔLE  
ESPOIR**

**ÎLE-DE-FRANCE  
DE JUDO  
BRETIGNY-SUR-ORGE**

---

DOSSIER DE PRÉSENTATION

---

# QUI SOMMES NOUS ?

Le **Pôle Espoir** est une structure d'entraînement **labellisée par le Ministère de la Jeunesse et des Sports** qui fait partie intégrante du dispositif du sport de haut niveau de la FFJDA. Cette structure accueille dans sa majorité une population de cadets et cadettes. Elle est **chargée de développer et de perfectionner le bagage technique** ainsi que **les qualités physiques et psychologiques** des jeunes judoka.

Depuis septembre 2002, **le Pôle Espoir d'Île-de-France a pour mission** : De détecter et de former les cadets et cadettes de niveau interrégional et national et de **permettre aux meilleurs athlètes d'intégrer les groupes et équipes de France** tout en réussissant leur scolarité et leur vie personnelle.

Le Pôle Espoir Île de France est situé en Essonne à **Brétigny-sur-Orge**.





# 柔道

# LE PÔLE ESPOIR

Le Pôle Espoir est un support pour les clubs formateurs franciliens. Nous mettons tout en œuvre pour permettre aux jeunes sportifs de concilier leurs études, leur passion et leur développement personnel dans les meilleures conditions.

Le suivi médical :



**1 médecin présent une fois par semaine.**



**Informations générales** et entretien individualisé avec un diététicien (sur demande).



**2 kinésithérapeutes** présents deux fois par semaine.



**Présence d'une psychologue.**  
1 fois tous les 15 jours



Facilité pour obtenir des rendez-vous **IRM, radio, scanner**

## SUIVI SCOLAIRE

- 1 personne chargées du suivi scolaire.
- Présence à tous les conseils de classe.
- Relations hebdomadaires avec les enseignants et l'administration.
- Des heures de soutien HSA attribuée par le rectorat.
- Des heures de soutien scolaire supplémentaires organisées par le Pôle.
- Des heures d'études surveillées obligatoires organisée par le Pôle.

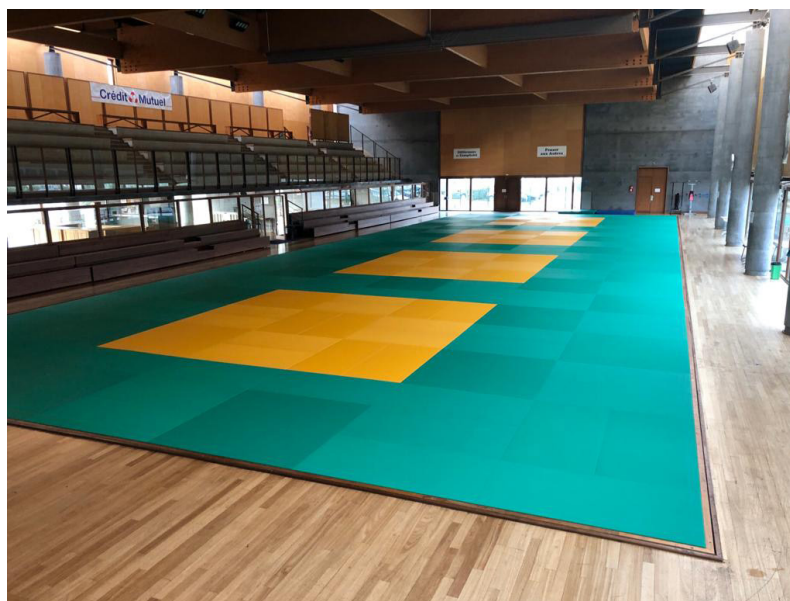
## SUIVI ATHLÈTE

- Technique
- La diversification des partenaires
- L'accès aux tournois et stages labélisés
- Des formations: propres à notre pratique (KATA, arbitrages...)
- PSC1
- Un passage de grade réservé au Pôle

## La structure dispose :

- D'un très grand dojo de 4 surfaces
- D'un plus petit dojo de 2 surfaces
- D'une petite salle de musculation
- D'un service médical
- D'infrastructures sportives : piste d'athlétisme, gymnase, piscine, terrains de sport.

**Tous ces équipements ont un accès direct à pied depuis l'internat et les établissements scolaires.**



# LE PÔLE ESPOIR VOUS PROPOSE

## LA FORMATION SCOLAIRE

Les Recteurs et les Inspecteurs Académiques **organisent l'accueil des sportifs dans les établissements d'enseignement du second degré**, publics ou privés sous contrat, qui ont inscrit volontairement cet accueil dans leur projet d'établissement.

- L'entraînement intensif et la participation aux compétitions imposent un **aménagement de l'emploi du temps**, du régime scolaire et éventuellement du calendrier des examens.
- Les enseignants ayant en charge les sportifs, **adaptent leur démarche pédagogique afin de personnaliser l'apprentissage de l'élève**, de lui garantir davantage d'autonomie et de faciliter la réussite de son projet scolaire personnel.
- La mise en place de **cours de soutien** ou de rattrapage est fréquente, selon les besoins.

## L'INTERNAT

Les élèves sportifs du pôle espoir ont droit à l'internat (sous condition) et sont scolarisés en priorité au lycée Jean-Pierre TIMBAUD et au Collège Paul Éluard de Brétigny/Orge. Des demandes spécifiques pourront être faites pour les élèves scolarisés au Lycée professionnel Paul Belmondo d'Arpajon ou au Lycée polyvalent Léonard DE VINCI de St-Michel/Orge.

Il y a possibilité d'intégrer l'internat le Dimanche soir.

**Chaque élève interne doit obligatoirement avoir un correspondant dont le domicile est rapidement accessible par les transports en commun ou situé à proximité de l'internat.**



## LA FORMATION SPORTIVE

- Entraînement intensif de 12 à 14 heures par semaine.
- Participation aux tournois labellisés et compétitions fédérales.
- Participation aux stages organisés par la fédération de judo et par les Pôles Espoirs.
- Suivi individuel de formation dispensé par l'encadrement du Pôle.
- Formation propre à notre discipline

**Les Judoka restent licenciés dans leur club et représentent celui-ci lors des compétitions.**

## LE SUIVI MEDICAL

- Les fédérations sportives sont chargées d'assurer la surveillance médicale des Sportifs de Haut Niveau (SHN). Ce suivi s'exerce dans le sens préventif tant pour ce qui concerne les risques inhérents à la pratique du sport de haut niveau que pour les risques liés à des pratiques de dopage.
- Le suivi médical est sous la responsabilité du Médecin du Pôle.
- Le kinésithérapeute et le médecin sont présents deux fois par semaine chacun, durant l'entraînement.

Une psychologue ainsi qu'un diététicien assurent un suivi tout au long de la saison sur demande.

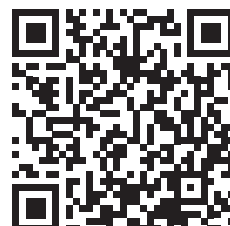




# LES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

## • COLLÈGE PAUL ÉLUARD

Pour plus d'informations flasher le QRcode



**8, RUE HENRY DOUARD  
91220 BRÉTIGNY SUR ORGE.  
TEL: 01 60 84 80 90**

[www.clg-eluard-bretigny.ac-versailles.fr](http://www.clg-eluard-bretigny.ac-versailles.fr)

*Le collège accueille les judokas de troisième et quatrième (Exceptionnellement).*

## • LYCÉE JEAN-PIERRE TIMBAUD

Pour plus d'informations flasher le QRcode



**4, RUE HENRI DOUARD,  
91220 BRÉTIGNY SUR ORGE  
TEL: 01 60 85 50 00**

[www.lyc-timbaud-bretigny.ac-versailles.fr](http://www.lyc-timbaud-bretigny.ac-versailles.fr)

### **Enseignement en classe de seconde générale et technologique :**

*Il n'y a pas possibilité de prendre de matières optionnelles. L'aménagement scolaire serait incompatible avec l'entraînement.*

### **Enseignement en classe de Première et Terminale générale et technologique :**

*Un vingtaine de combinaisons de matières sont possibles. Chaque année l'établissement étudie les demande majoritaires mais seulement cinq sont compatibles avec un emploi du temps complet. Si le choix se porte sur d'autres combinaisons, nous ne garantissons pas l'aménagement de l'emploi du temps.*

### **Enseignement en classe de lycée professionnel (exceptionnellement) :**

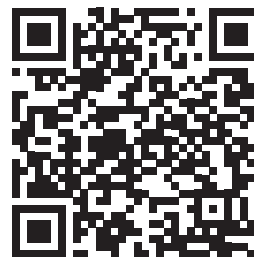
*BAC PRO dans les métiers du bâtiment (géomètre topographe, technicien en étude du bâtiment) et de la construction métallique ou chaudronnerie industrielle.*

**TOUTE LES FILLIERES BENEFICIENT DE L'INTERNAT AU LYCEE J.P TIMBAUD**

**Toute autre demande d'orientations scolaires peut être étudiée.**

- **LYCÉE PAUL BELMONDO** (Exceptionnellement)

Pour plus d'informations flasher le QRcode



**23, AVENUE DIVISION LE-  
CLERC, 91290 ARPAJON.  
TEL: 01 60 83 80 60**

[www.lyc-belmondo-arpajon.ac-versailles.fr](http://www.lyc-belmondo-arpajon.ac-versailles.fr)

- **LYCÉE LEONARD DE VINCI** (Exceptionnellement)

Pour plus d'informations flasher le QRcode



**1 PLACE LÉONARD DE VINCI  
91 240 SAINT MICHEL SUR  
ORGE.  
TEL: 01 60 83 80 60**

[www.lyc-vinci-st-michel.ac-versailles.fr](http://www.lyc-vinci-st-michel.ac-versailles.fr)

# UNE SEMAINE TYPE AU PÔLE

<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>
Petit déjeuner	Petit déjeuner	Petit déjeuner	Petit déjeuner	Petit déjeuner
Cours	Entraînement 8H - 9h45	Cours	Entraînement 7H30 - 9h	Cours
	Cours		Cours	
Cours		Entraînement technique collégiens 14h30 - 15h45		Entraînement 17h - 19h
	Entraînement technique Lycéens 15h45 - 17h	Entraînement 17h - 19h	Entraînement 17h - 19h	
Entraînement 17h - 19h	Entraînement 17h - 19h			Entraînement 17h - 19h
Dîner 19h15	Dîner 19h15	Dîner 19h15	Dîner 19h15	
Etude 20h - 21h	Etude 20h - 21h	Etude 20h - 21h	Etude 20h - 21h	
Chambre	Chambre	Chambre	Chambre	



# COÛT ET FINANCEMENT : TARIF PRÉVISIONNEL 2021 / 2022

Les tarifs ci-dessous sont ceux de l'année scolaire 2020 – 2021 et sont à titre indicatif. Ils sont susceptibles de changer pour la rentrée 2021- 2022. Le coût d'une année est variable en fonction de l'établissement où l'on est scolarisé.

## POUR TOUT LES POLISTES :

**Frais de fonctionnement de la structure : 400 €**  
(Somme à verser à la Ligue IDF)

- 400 € par chèque ou virement, payable en 4x100€ si besoin.

**OU**

- 200 € par chèque ou virement, payable en 4x50 € si besoin + 4 jours de bénévolat à donner à la ligue sur la saison 2021/2022 sur des évènements (compétitions, buvette, action de promotion, besoin en démonstration...)  
-> **sur demande et critères sociaux.**

## MODALITÉS DE PAIEMENT :

**Pour les règlements par chèque :**

- 4 chèques maximum – Encaissement du dernier chèque le 30 décembre
- Totalité du règlement ou 1er versement obligatoire à l'inscription
- Les autres chèques doivent être dans le dossier d'inscription

**Règlement par virement bancaire :**

- 4 virements maxi le 10 de chaque mois - Dernier virement 10 décembre

Prévoir également les frais d'équipement sportif Mizuno.  
(Plusieurs choix allant de 180 € à 300 €)

## INTERNAT :

Deux forfaits sont proposés (Somme à verser au Lycée J.P TIMBAUD) :

- Forfait 4 nuités (Du Lundi soir au Vendredi matin) : 210,24 € pour l'année
- Forfait 5 nuités (Du Dimanche soir au Vendredi matin) : 262,80 € pour l'année
- Petit déjeuner : 1,39 € soit 5,56 € par semaine si prise du « Forfait 4 nuités » ou 6,95€ par semaine si prise du « Forfait 5 nuités »
- Repas du soir : Le prix est variable selon la tranche établie par le quotient familiale

## GRILLE TARIFAIRE :

Tranches	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
Tarifs par repas	1,52€	1,72€	1,92€	2,13€	2,33€	2,53€	2,73€	3,04€	3,54€	4,05€
Tarifs par repas pour 1 semaine « Forfait 4 jours »	6,08€	6,88€	7,68€	8,52€	9,32€	10,12€	10,92€	12,16€	14,16€	16,20€
Tarifs pour 1 semaine « Forfait 5 jours »	7,60€	8,60€	9,60€	10,65€	11,65€	12,65€	13,65€	15,20€	17,70€	20,25€

## **A prévoir :**

- Caution des clés de chambre : 40€
- Maison des lycéens : 20€

Une avance de 100€ vous sera demandé pour les repas afin d'alimenter le compte de restauration pour la première période.

## **Modalités de paiement :**

Pour les règlements par chèque :

- 3 chèques maximum sous validation du service intendance
- Totalité du règlement ou 1er versement obligatoire à l'inscription
- Les autres chèques doivent être donnés avant l'entrée à l'internat
- Les modalités de paiement seront transmises en même temps que le dossier d'inscription.

## **Règlement par virement bancaire:**

**Les virements se feront directement en ligne sur un site sécurisé**

## **DEMI-PENSION :**

### **Pour les lycéens du Lycée J .P TIMBAUD :**

- Repas du midi (Somme à verser au Lycée J.P TIMBAUD) :  
Le prix est variable selon la tranche établie par le quotient familiale.  
(Cf tableau ci-dessus)

### **Pour les lycéens des Lycées P. BELMONDO et L. DE VINCI:**

- Repas du midi (Somme à verser aux Lycées de scolarité):  
Le prix est variable selon la tranche établie par le quotient familiale.  
(Cf tableau ci-dessus)

### **Pour les collégiens du Collège Paul ELUARD:**

- Repas du midi (Somme à verser au Collège P.ELUARD):  
Le prix est variable selon la tranche établie par le quotient familiale.  
(Cf tableau ci-dessus)

**Des aides de financement sont possibles auprès des conseils départementaux et / ou collectivités territoriales.**



# LES RÉSULTATS

## Résultats saison 2018 / 2019

### Sportifs :

#### 8 Médailles au Championnat de France Cadet/tes :

- 1 Titres de Champion de France
- 2 Titres de Vice-Champion de France
- 5 Médailles de Bronze

#### 2 sélectionnés au Championnat d'Europe cadet/te :

- 1 cinquième place

#### 1 sélectionnée au Championnat du Monde Cadet/te

#### 2 Médailles au Championnat de France Juniors :

- 1 Vice-championne de France
- 1 Médaille de Bronze

#### 1 Vice-Championne de France 2ème Division Séniors

#### 1 Médaille de Bronze au Championnat de France 3ème Division

## Résultats saison 2019 / 2020

### Sportifs :

#### PAS DE CHAMPIONNAT DE FRANCE CETTE SAISON

#### Cadet/tes:

- 44 sélectionnés au championnat 1ère division cadet/tes
- TDF: 7 médailles
- Tournois: 36 médailles (Clermont / Harnes /Amnéville)
- CE d'Espagne (Avec le Pôle): 6 engagés / 4 classés / 2 médaillés

#### Juniors:

- 1 Vice-Champion de France
- 2 classés

#### Championnat d'Europe Ne waza cadets:

- 1 médaillé de bronze

#### Championnat d'Europe Deaflympics:

- 1 Champion d'Europe Deaflympics

### Résultats scolaires:

100 % de réussite  
Aucun redoublement, aucune réorientation

# LE RECRUTEMENT

Cette année, le recrutement concernera les judoka dont les années de naissance sont les suivantes :

- 2007 (Cadet 1\*) / 2006 (Cadets 2\*) / 2005 (Cadets 3\*) / exceptionnellement 2004 (Junior 1\*) Catégorie d'âge en Septembre 2021

L'intégration d'un sportif dans une structure « Pôle Espoirs » comprend trois étapes successives :

- **ÉTAPE 1 : Le recrutement sportif :**

Le niveau sportif minimum exigé pour postuler au Pôle est « régional »

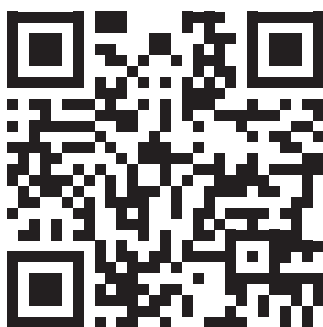
(classé au championnat de ligue).

Les candidatures se font directement sur internet via un lien Googleform disponible sur le site: [www.idfjudo.com](http://www.idfjudo.com) de la Ligue IDF dans la rubrique « Pôle Espoir ».

ou en flashant le **QRcode** avec votre téléphone.

Les 50 meilleures candidatures seront présélectionnées sur dossier pour effectuer un stage de détection et recrutement qui se déroulera du **Lundi 19 au Jeudi 22 Avril 2021 (sur convocation par mail)**.

Les résultats en compétition, la prestation lors des tests de sélection sont les principaux critères de la sélection sportive et les bulletins scolaires.



- **ETAPE 2 : Le recrutement scolaire :**

Les responsables du Pôle présentent les dossiers retenus sportivement aux différents chefs d'établissements lors des commissions pédagogiques.

Les chefs d'établissements et les équipes pédagogiques donnent un avis sur les orientations possibles en fonction des résultats, des appréciations et du comportement mentionnés sur les bulletins scolaires.

**Si le dossier scolaire est accepté**, les candidats seront intégrés dans le collège ou le lycée selon des modalités spécifiques à chaque établissement.

**Les dossiers incomplets ne seront pas traités par l'établissement.**

- **ETAPE 3 : L'examen médical d'aptitude :**

Celui-ci **permet de déterminer l'aptitude à poursuivre ou non un entraînement intensif. Il est obligatoire pour commencer l'année.** Il est réalisé après l'inscription au Pôle et dans l'établissement scolaire, durant les grandes vacances dans l'un des centres médico-sportifs agréés.



# PROCÉDURE CANDIDATURE 2020/2021

Simple et en quelques clics !



Flasher le QR Code  
ou aller sur le site: [www.idfjudo.com](http://www.idfjudo.com)



Vous trouverez le dossier de présentation du Pôle Espoir.



Cliquez sur le lien « Candidature 2020 / 2021 », suivez les indications, remplissez les champs et n'oubliez les pièces obligatoires.



Le retour des dossiers est fixée au dimanche 11 avril minuit. Après cette date, vous recevrez un mail qui stipulera la recevabilité ou non de votre candidature.

**TEST**

Si votre candidature est retenue, vous devrez vous rendre disponible le 19 - 22 avril pour les tests de sélection. Une convocation par mail vous sera alors adressée.

# LES ENCADRANTS



Yann BENOIT - CN 5ème Dan  
**Responsable Technique du Pôle**  
Tél: 06.67.21.60.01  
Mail: yann.benoit@ffjudo.com



Dimitri DRAGIN - CN 4ème Dan  
**Entraîneur**  
Tél: 06.98.18.02.12  
Mail: dimitri.dragin@ffjudo.com



Nolwenn LE TROADEC - CN 3ème DAN  
**Entraîneur**  
Tél: 06.43.78.69.05  
Mail: nolwenn.le-troaDEC@hotmail.fr

Pour tout renseignement complémentaire, contactez :  
Ligue IDF de judo  
Tél: 01 45 41 05 70 / Mail: sportif@idf-ffjudo.com

## " ILS SONT PASSÉS PAR LE PÔLE ESPOIR DE BRETIGNY SUR ORGE "

### AMANDINE BUCHARD (-52 KG )



- Numéro 1 mondiale
- Médaille de bronze aux championnat du monde en 2014 et 2018.
- Championne du monde junior en 2014 et 3ème en 2013.
- Vice championne d'europe 2014 et 3ème en 2019.
- 20 médailles dont 9 titres en Grand chelem, grand prix et l'astre.
- 3 fois Championne de France 1ère diversion seniors.
- Championne de france cadette et juniors.



### AURÉLIEN DIESSE (-90 KG )

- Champion d'Europe juniors 2017.
- Champion de France seniors 2019.
- Champion de France juniors 2016.

### MARIE-EVE GAHIE (-70 KG )

- Numéro 1 mondiale
- Championne du monde 2019
- Vice championne du monde 2018.
- Médaillée de bronze aux championnat d'europe en 2020 et 2017.
- 14 médailles dont 6 titre en grand slam, grand prix et master.
- Championne d'Europe juniors.
- Championne du monde cadettes.
- Championne d'europe cadettes.
- Championne de france 1 ère division.





## ROMANE DICKO (+78 KG )

- Double championne d'Europe 2018 et 2020.
- 5 médailles en grand Slam, grand prix ou master dont 5 titres.
- Vainqueur du tournoi de Paris.
- Championne d'Europe juniors 2017.
- Championne d'Europe cadette 2016.
- Championne de France 1ère division seniors.



## KENNY LIVEZE (-100 KG )

- Champion de France juniors 2020
- Champion du monde cadet 2019
- Champion d'Europe cadets 2019

## FAÏZA MOKDAR (-52 KG )

- 3 fois championne d'Europe juniors 2018, 2019, 2020.
- Vice championne du monde cadette en 2017.
- Championne d'Europe cadette 2018.
- Championne de France cadette, juniors, seniors.

