



## Ligue des Associations Sportives Estudiantes Luxembourgeoises

League of the Luxembourg Students' Associations  
Luxemburger Studentensportverband

lase@education.lu / www.lasel.lu

### Fight & Fun Day



GROFFILIER Elaine

100, Cité Grand-Duc Jean

7233 BERELDANGE

Email : [elaineg85@yahoo.fr](mailto:elaineg85@yahoo.fr) / GSM : 621.267.388

### Avis

Aux Dirigeants des Associations sportives estudiantines

### Compétition « Fight & Fun Day » pour J.F. et J.G. minimes non-affilié(e)s FLAM

**Date** : 2 mai 2013 à partir de 14h15, échauffement dès 13h45

**Lieu** : d'Coque (salle des arts martiaux)

**Principe** : compétition composée de divers jeux de combat (genre "Ringen und Raufen") se rapprochant des sports de combat comme le judo, le sumo, le karaté ou la lutte.

L'idée est de rendre les jeux de combat accessibles à tous et de faire découvrir aux jeunes le plaisir de s'opposer dans le respect des règles, de soi et d'autrui. La création de catégories de poids rendra d'ailleurs les combats plus intéressants et plus justes.

Comme le fair-play est une notion très présente et très importante dans le domaine des sports d'opposition, les combats débiteront et se termineront toujours par un "salut".

**Les jeux de combat** dans lesquels les élèves s'opposeront sont les suivants

:

- Sumo : faire sortir l'adversaire de l'aire de combat ou le faire tomber
- Lutte/ Judo : essayer de contrôler l'adversaire au sol (sur le dos/ le côté) pendant 10" à 20"
- Karaté : essayer de toucher les épaules/ genoux de l'adversaire sans se faire toucher soi-même

**Inscriptions** : elles doivent parvenir au Directeur Sportif par voie électronique et **au plus tard pour le mardi 30 avril 2013 à 12h00**. Veuillez indiquer le nom, le prénom, le poids et la date de naissance de chaque élève. Aucune inscription ne sera admise après cette date !

**Equipement** : tenue habituelle de sport, aucun matériel spécifique n'est requis

**Licences** : la feuille de licence LASEL est obligatoire

**Règles de combat** : les règles détaillées seront présentées et expliquées le jour même

Salutations sportives,

Elaine Groffilier  
Directeur Sportif Arts Martiaux