



Jeux d'hiver du Canada 2023 Devis technique de judo



Les devis techniques sont un élément important des Jeux du Canada. Ils contiennent des renseignements sur les exigences en matière d'âge et d'admissibilité pour la sélection des athlètes, des renseignements complets sur le format de la compétition et les procédures pour l'attribution des points à l'intention de la société hôte, des directives pour aider les chefs de mission des provinces et territoires à vérifier l'admissibilité des athlètes, des précisions sur le nombre maximum de participants pour la préparation d'un budget et les exigences minimales en matière de certification des entraîneurs, ce qui encourage leur perfectionnement. De plus, ils contribuent au développement des athlètes en identifiant le profil des athlètes se situant au stade « S'entraîner à la compétition » du modèle de Développement à long terme de l'athlète (DLTA) de l'organisme national de sport (ONS), ou à tout autre stade convenable du modèle tel que justifié par l'ONS.

Les devis techniques sont rédigés de 36 à 24 mois avant les Jeux du Canada principalement par les ONS en tenant compte des [principes régissant les devis techniques](#) du Conseil des Jeux du Canada (CJC). À titre d'organisme directeur des Jeux, le CJC a autorité sur les devis techniques, mais il n'exerce cette autorité qu'après entente avec l'ONS concerné.

Les intervenants des Jeux, en particulier les organismes provinciaux/territoriaux de sport (OP/TS) et le personnel des équipes provinciales/territoriales (P/T), sont invités à examiner le devis technique en détail. Quiconque souhaite obtenir des précisions sur un devis technique ou y apporter des modifications avant les Jeux doit adresser sa demande à son ONS ou à son chef de mission. L'ONS ou le chef de mission la soumettra ensuite au CJC. L'échéancier pour les demandes de modification d'éléments importants du devis technique (taille des équipes, catégories d'âge, restrictions en matière d'admissibilité, épreuves, format de la compétition) est défini dans les principes régissant les devis techniques. Les demandes de modification mineure peuvent être soumises à presque n'importe quel moment, mais seront de plus en plus difficiles à faire accepter à six mois des Jeux. D'où l'importance pour les intervenants des Jeux de prendre connaissance de tous les éléments du devis technique le plus tôt possible.

TABLE DES MATIÈRES

SPORT : JUDO	3
PARTICIPANTS	3
CLASSIFICATION	4
ADMISSIBILITÉ	4
COMPÉTITION	6
BRIS D'ÉGALITÉ – COMPÉTITION	11
INSCRIPTION	12
ATTRIBUTION DES POINTS	12
POINTS-DRAPEAU	14
BRIS D'ÉGALITÉ – POINTS-DRAPEAU	15
MÉDAILLES	15
UNIFORME DE COMPÉTITION	15
ÉQUIPEMENT	15
PROTÈTS ET APPELS	16
ANTIDOPAGE	16
ANNEXES	16
ANNEXE 1 – EXIGENCES DE CERTIFICATION DES ENTRAÎNEURS	17
ANNEXE 2 – LIGNES DIRECTRICES CONCERNANT LE NIVEAU DES ATHLÈTES AUX JEUX DU CANADA	18
ANNEXE 3 – DÉROGATION AU CRITÈRE D'ÂGE	19
ANNEXE 4 – HORAIRE PROVISOIRE	20

Jeux d'hiver du Canada 2023

Devis technique de judo

1. SPORT : JUDO

2. PARTICIPANTS

2.1. Athlètes

7 hommes et 7 femmes

Tous les athlètes inscrits doivent avoir l'intention de participer à au moins une épreuve.

2.2. Personnel

2 entraîneurs et 1 gérant

Pour les équipes comptant des athlètes féminines, un des entraîneurs doit être une femme.

Pour les équipes comptant des athlètes masculins, un des entraîneurs doit être un homme.

2.3. Personnel additionnel*

- Apprenti entraîneur
 - Voir le [Programme des apprenties entraîneuses des Jeux du Canada](#).
 - Voir le [Programme des apprentis entraîneurs autochtones](#).
 - Les apprentis entraîneurs jouissent du même accès que les athlètes et le personnel des équipes.

- Détenteur de carte d'accès
 - Voir la [politique sur les cartes d'accès](#).
 - Les détenteurs n'ont pas accès à l'aire de compétition.
 - Zones d'accès des détenteurs de carte d'accès :
 - Aire opérationnelle du sport (zone 2)
 - Zone non publique (zone 3)

* Les postes additionnels sont administrés par les équipes provinciales/territoriales (P/T) et doivent être postulés conformément au processus de chacune. Pour en savoir plus sur le processus de sélection de votre province ou territoire, communiquez avec votre chef de mission.

2.4. Soutien aux participants

Le CJC reconnaît que certains obstacles peuvent empêcher la participation aux Jeux du Canada. Les politiques suivantes ont été adoptées afin d'offrir un soutien aux participants lorsque nécessaire :

- [Politique de soutien aux mères allaitantes](#)
- [Politique d'accompagnement](#)

3. CLASSIFICATION

Les athlètes doivent être âgés d'au moins 15 ans et d'au plus 18 ans en date du 31 décembre 2023.

Année de naissance : entre 2005 et 2008

NOTE : La compétition s'adresse à une catégorie d'âge U19 spéciale. La compétition et la pesée se dérouleront conformément à l'édition 2022 de la politique sur les normes et les sanctions s'appliquant aux tournois de Judo Canada.

Voir la politique de dérogation au critère d'âge de Judo Canada à l'annexe 3.

4. ADMISSIBILITÉ

4.1. Athlètes

Tous les athlètes doivent respecter les règles d'admissibilité énoncées dans la [politique d'admissibilité](#) du CJC.

Sont exclus des Jeux du Canada :

- les membres des équipes nationales seniors, soit les athlètes qui détiennent ou ont détenu un brevet SR, SR1, SR2 ou C1, ou qui sont membres d'une équipe nationale senior permanente (c.-à-d. qui sont reconnus comme membres de l'équipe sans égard à la participation aux compétitions);
- les athlètes qui ont participé aux épreuves suivantes :
 - Championnats du monde seniors
 - Jeux olympiques
 - Jeux panaméricains*
 - Jeux du Commonwealth*
 - Jeux FISU*

* Si un athlète non breveté a participé aux Jeux du Commonwealth, aux Jeux panaméricains ou aux Jeux FISU et répond à tous les autres critères d'admissibilité, il peut être déclaré admissible.

Tous les concurrents doivent être de ceinture verte ou supérieure.

Aucun athlète ne deviendra inadmissible dans les 90 jours précédant l'ouverture des Jeux en raison de son statut d'athlète breveté, de membre de l'équipe nationale ou de sa participation à une épreuve (c.-à-d. qu'un athlète qui devient membre de l'équipe nationale, obtient un brevet ou participe à une épreuve après le 20 novembre 2022 pourra tout de même participer aux Jeux du Canada 2023).

* Les athlètes détenant un brevet C1 selon la définition du Programme d'aide aux athlètes de Sport Canada ou qui font partie de l'équipe nationale senior depuis moins d'un an peuvent être jugés admissibles. Toute demande en ce sens doit être présentée au comité d'admissibilité du CJC par l'entremise du chef de mission provincial ou territorial.

4.2. Entraîneurs

Tous les entraîneurs inscrits au moyen du système d'inscription électronique des Jeux du Canada doivent posséder la certification Compétition – Développement (statut « Certifié ») du Programme national de certification des entraîneurs (PNCE) en judo.

Cette certification doit avoir été obtenue au moins 90 jours avant la cérémonie d'ouverture des Jeux (soit au plus tard le 20 novembre 2022).

Veillez noter que le statut « Certifié – Non renouvelé » dans le contexte Compétition – Développement du PNCE ne satisfait pas aux normes des Jeux d'hiver du Canada 2023.

Voir la [politique de certification des entraîneurs](#) du CJC pour plus de renseignements.

Voir l'annexe 1 pour plus de renseignements sur le cheminement de formation des entraîneurs de judo.

5. COMPÉTITION

5.1. Règles de compétition

- 5.1.1. Les règles de la Fédération internationale de judo (FIJ) s'appliquent, sauf indication contraire dans le présent devis technique.
- 5.1.2. Hansoku-make
 - 5.1.2.1. Tout concurrent disqualifié par hansoku-make direct pour avoir mis en danger son adversaire ou contrevenu à l'esprit du judo est inadmissible au repêchage et perd son rang au classement.
 - 5.1.2.2. Un concurrent disqualifié par hansoku-make direct pour toute autre raison perd le match, mais peut continuer de participer au tournoi.
- 5.1.3. Tout concurrent qui abandonne un combat pour cause de kiken-gachi (blessure) ne peut reprendre la compétition sans l'autorisation du médecin nommé par le comité organisateur.
- 5.1.4. Tous les concurrents doivent avoir deux judogis blancs et deux judogis bleus, ou deux judogis réversibles.

- 5.1.5. Le port de sandales ou de chaussures est obligatoire à l'extérieur du tapis.
- 5.1.6. Les médaillés doivent porter leur uniforme provincial ou territorial lors de la cérémonie de remise des médailles. Sur le podium, il est interdit de porter quelque coiffure que ce soit ou d'arborer un drapeau ou un autre symbole.
- 5.1.7. Les médaillés qui refusent de participer à la cérémonie des médailles seront retirés du classement.
- 5.1.8. Les entraîneurs seront admis aux abords des tapis selon les règles de la FIJ et doivent porter l'uniforme officiel de leur province ou territoire.
- 5.1.9. Durée des combats : 4 minutes.

5.2. Catégories de poids

Hommes

jusqu'à 50 kg
plus de 50 kg jusqu'à 55 kg
plus de 55 kg jusqu'à 60 kg
plus de 60 kg jusqu'à 66 kg
plus de 66 kg jusqu'à 73 kg
plus de 73 kg jusqu'à 81 kg
plus de 81 kg

Femmes

jusqu'à 44 kg
plus de 44 kg jusqu'à 48 kg
plus de 48 kg jusqu'à 52 kg
plus de 52 kg jusqu'à 57 kg
plus de 57 kg jusqu'à 63 kg
plus de 63 kg jusqu'à 70 kg
plus de 70 kg

Chaque province ou territoire peut inscrire un ou deux concurrents par catégorie de poids jusqu'à concurrence de sept athlètes par équipe.

5.3. Pesée

Les concurrents seront pesés selon l'horaire publié de l'événement. La pesée se déroulera conformément à l'édition 2022 de la politique sur les normes et les sanctions s'appliquant aux tournois de Judo Canada.

Pour la pesée de la compétition par équipe, les concurrents qui ont participé à la compétition individuelle dans la même catégorie de poids auront droit à une tolérance de poids de 1 kg. Les concurrents qui, pour quelque raison que ce soit, n'ont pas participé à l'épreuve individuelle devront satisfaire aux exigences de poids exactes.

Voir l'horaire provisoire à l'annexe 4.

5.4. Format

La compétition de judo des Jeux du Canada 2023 comportera un volet individuel et un volet par équipe.

Les règles de Judo Canada pour les épreuves de catégorie U18 seront en vigueur.

5.4.1. Compétition individuelle

Un maximum de 56 médailles sera décerné dans les 14 catégories de poids de la compétition individuelle (1^{er}, 2^e, 3^e et 3^e).

La compétition individuelle aura lieu lors des deux premiers jours du tournoi de judo.

	Femmes	Hommes
Jour 1	-44 kg; -48 kg; -52 kg	-50 kg; -55 kg; -60 kg; -66 kg
Jour 2	-57 kg; -63 kg; -70 kg; +70 kg	-73 kg; -81 kg; +81 kg

Catégories de poids comptant au moins huit (8) athlètes : système de double élimination. Catégories comptant six (6) ou sept (7) athlètes : compétition en deux (2) poules. Catégories comptant cinq (5) athlètes ou moins : tournoi à la ronde.

Dans le cas d'un tournoi à la ronde ou de poules, les points de combat suivants serviront à déterminer le classement :

- IPPON (ou l'équivalent : fusen-gachi, kiken-gachi, hansoku-make) : 10 points
- WAZA-ARI (ou l'équivalent) : 5 points
- une victoire par ippon sera donc enregistrée 1/10, par waza-ari, 1/5

Aucune tête de série.

NOTE : *Lorsqu'un concurrent est disqualifié d'un tournoi en poules par hansoku-make direct, son ou ses prochains adversaires reçoivent des points pour fusen-gachi.*

5.4.2. Compétition par équipe

La compétition par équipe sera disputée dans six (6) catégories de poids.

Hommes : -55; -60; -66; -73; -81; +81

Femmes : -48; -52; -57; -63; -70; +70

Une équipe P/T doit compter au moins quatre (4) athlètes (l'équipe masculine ou féminine doit être composée d'un minimum de *quatre* compétiteurs) pour participer à la compétition par équipe.

Les concurrents peuvent disputer la compétition dans leur catégorie de poids ou dans la catégorie supérieure immédiate.

Dans la compétition par équipe, une médaille sera remise à chaque membre des équipes se classant au premier rang, au deuxième rang et des deux équipes se classant au troisième rang (jusqu'à 28 médailles individuelles par sexe). Les remplaçants (qui ne disputent pas la compétition) recevront également des médailles.

Hommes et femmes concourront dans des équipes distinctes.

La compétition aura lieu le quatrième jour du tournoi de judo, après la journée de repos suivant la compétition individuelle.

La compétition se déroulera selon la formule à double élimination modifiée canadienne. Les équipes P/T seront classées en fonction des résultats de la compétition individuelle.

Les points seront attribués comme suit aux fins du classement : 1^{er} = 6 points; 2^e = 4 points; 3^e = 3 points; 3^e = 3 points; 5^e = 1 point; 5^e = 1 point.

Suivant les règles de tournoi de Judo Canada, la poule A sera composée des équipes classées première (A1) et quatrième (A2). La poule B sera composée des équipes classées deuxième (B1) et troisième (B2). Les autres équipes participantes seront réparties entre les poules par tirage au sort.

S'il y a égalité au classement, les équipes ex æquo seront départagées en fonction des critères suivants, en ordre :

le nombre de médailles d'or individuelles
le nombre de médailles d'argent individuelles
le nombre de médailles de bronze individuelles
le nombre de victoires individuelles
le nombre de victoires individuelles par ippon
le nombre de victoires individuelles par waza-ari
etc.

Seules les équipes ayant une chance théorique de remporter un match par équipe seront admises à la compétition par équipe. (Les équipes masculines et féminines doivent compter au moins *quatre* athlètes.)

Un vainqueur doit être déclaré pour chaque combat. Si le pointage est à égalité après la fin du temps réglementaire, le combat se poursuit conformément au règlement de mort subite (golden score).

Pour chaque victoire dans un combat, le gagnant reçoit un point. Les points de combat sont enregistrés. Pour une victoire par fusen-gachi, un point et dix points de combat sont décernés.

Après la fin des combats d'une rencontre entre équipes, l'équipe ayant accumulé le plus de points est déclarée gagnante.

5.5. Pointage de la compétition par équipe

Barème de points pour la compétition par équipe :

- chaque victoire individuelle d'un membre de l'équipe : 1 point
- autres points de combat admissibles :
 - IPPON (ou l'équivalent : fusen-gachi, kiken-gachi, hansoku-make) : 10 points
 - WAZA-ARI (ou l'équivalent) : 5 points
- une victoire par ippon sera donc enregistrée 1/10, par waza-ari, 1/5

6. BRIS D'ÉGALITÉ – COMPÉTITION

6.1. Compétition individuelle

Selon les règles du judo, aucun combat individuel ne peut se solder par une égalité.

En cas d'égalité dans une **poule** ou un **tournoi à la ronde** :

- S'il y a égalité entre trois athlètes ou plus, ils s'affronteront dans un tournoi à la ronde afin de déterminer leur classement. Le règlement de mort subite (golden score) sera appliqué dès le début de chaque combat.
- Si l'égalité persiste, les règles de bris d'égalité ci-dessous seront appliquées (**IMPORTANT** : la durée de chaque combat doit être enregistrée correctement) :
 1. Le directeur du tournoi déterminera si l'horaire de compétition permet une troisième reprise de la compétition (temps minimal pour poule de 3 concurrents = 45 minutes).
 2. Si l'égalité persiste après la deuxième ronde (ou la troisième s'il y a lieu), la durée totale des combats gagnés durant la compétition, par chaque participant, sera calculée. Le judoka dont la durée totale de combats gagnés est la plus courte sera classé premier; le judoka dont cette durée est la deuxième plus courte sera classé deuxième, et ainsi de suite.
 3. Si l'égalité persiste à l'issue de la seconde étape, le poids des concurrents qui a été enregistré lors de la pesée officielle déterminera leur classement. Le concurrent le plus léger sera classé premier, le deuxième plus léger sera classé deuxième, et ainsi de suite.
 4. Si l'égalité persiste, le représentant du comité technique déterminera les mesures à prendre.

6.2. Compétition par équipe

S'il y a égalité du nombre de victoires, le total des points de combat pour la qualité des victoires tranchera. S'il y a égalité de points de combat, un combat sera repris et déterminera l'issue de la rencontre. Le choix du combat sera déterminé par tirage au sort parmi toutes les catégories de poids. Le combat supplémentaire débutera selon la règle du golden score.

7. INSCRIPTION

7.1. Date limite d'inscription du Conseil des Jeux du Canada

Tous les participants (athlètes, entraîneurs, gérants et autres membres du personnel de l'équipe) doivent être inscrits dans le système d'inscription électronique des Jeux du Canada au plus tard 14 jours avant la cérémonie d'ouverture (soit d'ici le 4 février 2023).

Les équipes doivent soumettre la liste complète de leurs athlètes et entraîneurs à Judo Canada au plus tard un mois avant la cérémonie d'ouverture des JHC (soit le 18 janvier 2023) aux fins de vérification d'admissibilité.

7.2. Date limite d'inscription aux épreuves

Les inscriptions des athlètes aux épreuves doivent être confirmées lors de la réunion des entraîneurs et gérants avant le début de la première épreuve.

8. ATTRIBUTION DES POINTS

Des points sont attribués aux équipes P/T au terme de la compétition selon les critères ci-dessous afin de mesurer leur performance dans l'ensemble des épreuves d'un sport.

8.1. Épreuves individuelles

- Les athlètes sont classés du premier au dernier rang.
- Des points sont accordés séparément pour chaque épreuve (chaque catégorie de poids).
- Les points sont attribués selon le tableau ci-dessous.

Rang	Points
1 ^{er}	7
2 ^e	6
3 ^e	5

8.2. Épreuves par équipe

- Les équipes recevront des points selon leur rang à l'issue de la compétition, pourvu qu'elles l'aient obtenu grâce à une victoire.
- Les rangs obtenus sans victoire ne seront pas partagés.
 - Par exemple, si deux équipes obtiennent le septième rang, l'une grâce à une victoire en ronde préliminaire et l'autre non, l'équipe victorieuse recevra des points pour le septième rang, tandis que l'autre recevra des points pour le huitième rang. Le partage des points pour les équipes classées du neuvième au treizième rang suivra la même logique.
 - Les équipes qui ne peuvent participer à la compétition en raison d'un manque d'athlètes obtiendront le pointage accordé au dernier rang. Si plus d'une équipe ne peut participer à la compétition, les points pour les derniers rangs seront additionnés et partagés également entre les équipes à égalité.
- Les points sont attribués selon le tableau ci-dessous.

Rang	Nombre d'équipes
1er (or)	1
2e (argent)	1
3e (bronze)	2
5 ^e	2
7 ^e	2
9 ^e	Maximum 5

Rang	Points	Rang	Points	Rang	Points
1 ^{er}	20	6 ^e	7	11 ^e	2
2 ^e	15	7 ^e	6	12 ^e	1,5
3 ^e	11	8 ^e	5	13 ^e	1

4 ^e	9	9 ^e	4		
5 ^e	8	10 ^e	3		

9. POINTS-DRAPEAU

La performance des équipes P/T d'une édition à l'autre des Jeux du Canada est mesurée selon le nombre de points-drapeau. Les points-drapeau sont attribués aux équipes P/T en fonction de leur performance dans chaque sport dans lequel elles inscrivent des participants.

En judo, des points-drapeau sont attribués séparément pour les hommes et les femmes en fonction du nombre de points attribués à l'équipe P/T.

Après classement des équipes P/T du premier au dernier rang et après résolution des égalités conformément à la section 10 « Bris d'égalité – Points-drapeau », les points-drapeau sont attribués comme suit :

Rang	Points	Rang	Points	Rang	Points
1 ^{er}	10	6 ^e	5	11 ^e	1,5
2 ^e	9	7 ^e	4	12 ^e	1
3 ^e	8	8 ^e	3	13 ^e	0,5
4 ^e	7	9 ^e	2,5		
5 ^e	6	10 ^e	2		

10. BRIS D'ÉGALITÉ – POINTS-DRAPEAU

- 10.1 S'il y a égalité dans le classement final des équipes P/T, la province ou le territoire ayant le plus grand nombre de premières places aux épreuves accède au rang supérieur. Si l'égalité persiste, on applique la même règle avec les deuxièmes places, puis les troisièmes places, et ainsi de suite.

- 10.2 Si l'égalité persiste toujours, la province ou le territoire qui aura gagné la dernière épreuve par équipe au programme accédera au rang supérieur. Si nécessaire, on appliquera la même règle avec l'épreuve précédente, et ainsi de suite.
-

11. MÉDAILLES

Des médailles sont remises aux athlètes seulement.

Épreuves par équipe	Or : 14	Argent : 14	Bronze : 28
Épreuves individuelles	Or : 14	Argent : 14	Bronze : 28

12. UNIFORME DE COMPÉTITION

Les athlètes doivent porter des judogis blancs et bleus, conformément à la Politique sur les normes et les sanctions s'appliquant aux tournois de Judo Canada.

Les médaillés doivent porter les couleurs de leur province ou de leur territoire lors de la remise des médailles. Voir les renseignements sur les couleurs des équipes P/T à l'annexe C de la [politique sur les uniformes des équipes P/T et les commandites](#) du CJC.

13. ÉQUIPEMENT

S. O.

14. PROTÊTS ET APPELS

14.1. Politique d'appel du Conseil des Jeux du Canada

Les appels concernant le présent devis technique ou toute décision du CJC sont traités conformément à la [politique d'appel](#) du CJC.

14.2. Protêts pendant la compétition

Il n'y a pas de politique de protêt pour les résultats de compétition en judo.

15. **ANTIDOPAGE**

Le CJC s'est engagé, en adoptant la Convention du Programme canadien antidopage (PCA), à déployer des efforts collaboratifs en vue d'éradiquer le dopage dans le sport et à appuyer des mesures de lutte contre le dopage harmonisées, coordonnées et efficaces au Canada. Tout participant aux Jeux du Canada (athlète, entraîneur, gérant, membre du personnel de soutien technique ou autre) reconnu coupable d'une violation des règlements du PCA aux Jeux du Canada sera passible des pénalités et conséquences prévues par le [PCA](#).

16. **ANNEXES**

Veillez prendre soin de lire les annexes, car elles font partie intégrante du devis technique.

- ANNEXE 1 – Exigences de certification des entraîneurs
- ANNEXE 2 – Lignes directrices concernant le niveau des athlètes aux Jeux du Canada
- ANNEXE 3 – Dérogation au critère d'âge
- ANNEXE 4 – Horaire provisoire

ANNEXE 1 – EXIGENCES DE CERTIFICATION DES ENTRAÎNEURS

Les entraîneurs peuvent consulter le

https://www.judocanada.org/wp-content/uploads/2011/05/OVERVIEW-TRAINING-EVALUATION-COMPDev_FR1_1page.pdf pour obtenir de plus amples renseignements sur la certification et la voie d'obtention de la certification.

ANNEXE 2 – LIGNES DIRECTRICES CONCERNANT LE NIVEAU DES ATHLÈTES AUX JEUX DU CANADA

Les lignes directrices qui suivent ont été établies par l'ONS concerné à la demande du CJC et du Comité fédéral-provincial/territorial du sport afin de faire état des paramètres d'entraînement et de performance attendus d'un athlète type des Jeux du Canada se situant au stade S'entraîner à la compétition du DLTA. Ces lignes directrices ont été élaborées en guise d'outil que les équipes P/T peuvent utiliser à leur discrétion dans leur entraînement et leur sélection des équipes des Jeux du Canada. Elles ne constituent pas des critères de sélection obligatoires.

Voici les normes d'entraînement et de performance recommandées par Judo Canada pour les catégories U18 et U16 :

U16	U18
Centre Provincial – Régional	Centre Régional – National
Minimum 44 semaines/année	Minimum 48 semaines/année
Développement technique	Entraînement tactique / physique / technique
Compétition - Minimum 8x année / ou 40 combats	Compétition - Minimum 8x année
Coordination vitesse endurance	Endurance vitesse Endurance force
Intro à l'entraînement tactique	Interactions sociales
Entraînement mental	Entraînement mental inclus dans la pratique régulière du judo
Entraînement complémentaire - Minimum 3x semaine	Entraînement complémentaire - Minimum 3x semaine
Judo minimum 4x semaine	Judo minimum 4x semaine
Mode de vie sain	Mode de vie sain

ANNEXE 3 – DÉROGATION AU CRITÈRE D'ÂGE

Afin de permettre à de jeunes athlètes qui présentent une maturité exceptionnelle d'acquérir une expérience de compétition de qualité, Judo Canada appliquera sa clause visant les « athlètes précoces » dans le cas où les fédérations provinciales sélectionnent des athlètes nés après 2008. Ces sélections doivent être accompagnées de l'historique de compétition de l'athlète aux tournois sanctionnés par Judo Canada et sont assujetties à l'approbation au cas par cas du comité de sport désigné de Judo Canada.

Les équipes doivent soumettre la liste complète de leurs athlètes et entraîneurs à Judo Canada au plus tard un mois avant la cérémonie d'ouverture des JHC (soit le 18 janvier 2023) aux fins de vérification d'admissibilité.

Voir les règles de Judo Canada s'appliquant aux athlètes précoces :

<https://judocanada.org/fr/politiques-de-tournois-ne-waza/>.

ANNEXE 4 – HORAIRE PROVISOIRE

	Jour 0	Jour 1		Jour 2		Jour 3		Jour 4	
Heure		Tapis 1 H	Tapis 2 F	Tapis 1 H	Tapis 2 F	Tapis 1 H	Tapis 2 F	Tapis 1	Tapis 2
09:00	Entraînement							Équipe Hommes Rondes 1 et 2 (si nécessaire)	Équipe Femmes Rondes 1 et 2 (si nécessaire)
10:00		50 kg 55 kg 60 kg 66 kg	44 kg 48 kg 52 kg	73 kg 81 kg +81 kg	57 kg 63 kg 70 kg +70 kg	Entraînement / repos		Demi A femmes	Demi B femmes
13:00								Demi A hommes	Demi B hommes
17:00		Combats bronze et or		Combats bronze et or				Bronze A femmes	Bronze B femmes
	Remise des médailles		Remise des médailles		Finale femmes				
	Contrôle antidopage		Contrôle antidopage		Bronze A hommes	Bronze B hommes			
					Finale hommes				
18:00	Réunion technique et tableaux des épreuves individuelles							Remise des médailles et contrôle antidopage	
19:30 – 20:30	PESÉE officielle des catégories de poids du jour 1 de la compétition individuelle	PESÉE officielle des catégories de poids du jour 2 de la compétition individuelle				PESÉE de la compétition par équipe (équipe par équipe)			
						Tableaux des épreuves par équipe			