



DIRECTION TECHNIQUE

PROGRAMME PLURIANNUEL POUR LA STRUCTURATION ET LE DEVELOPPEMENT DU HAUT NIVEAU

Lyon le 27/08/2025

Mesdames Messieurs les présidents de club
Mesdames Messieurs les entraîneurs
Mesdames Messieurs les athlètes

Pour faire suite à la lettre de cadrage de la DTN aux DTR, il est important qu'un programme clair et cohérent soit mis en place pour nos jeunes athlètes, afin de pérenniser cette action qui est du ressort de notre ligue en liaison avec les entraîneurs nationaux.

Ce programme a été élaboré de concert avec nos entraîneurs régionaux (Jean-Luc BUI – Sylvain FALCO)

LES OBJECTIFS :

- La détection
- La formation et structuration
- La sélection
- Le suivi et l'accompagnement

LA DETECTION :

Cet objectif passe par la pérennisation des entraînements régionaux mensuels (déjà en place depuis plusieurs années) visant à évaluer le potentiel de nos athlètes.

LA FORMATION ET STUCTURATION :

Au-delà de la préparation purement technique, l'objectif est aussi de former nos athlètes sur des sujets importants autour de l'entraînement de haut niveau et de la préparation à la compétition.

Ces sujets sont :

- Identification et préparation des objectifs à court et moyen terme
- Diététique
- Arbitrage
- Physiologie et biomécanique
- Psychologie
- Critères de participation aux regroupements ELITE Kata et Kumité

LA SELECTION (Championnat de France des Ligues)

Elle se fera sur des critères précis

- La présence aux entraînements (les absences devront être justifiées)
- Le comportement général (lors des entraînements et des compétitions)
- Les résultats régionaux, nationaux de la saison précédente et de l'année en cours.
- Le niveau technique.

LE SUIVI ET L'ACCOMPAGNEMENT

Fréquence de la présence aux entraînements

Choix des objectifs

Evolution technique

Evolution physiologique

CRITERES DE PARTICIPATION AUX REGROUPEMENTS ELITE KATA ET KUMITE

Tous les médaillés(es) des podiums régionaux et nationaux de la saison 2024/2025 des catégories suivantes :

- Benjamins 2 (2013) **Division 1**
- Minimes / Cadets / Juniors / + de 18ans

Il sera nécessaire de s'inscrire en amont sur le lien dédié à chaque regroupement

CALENDRIER

Vous trouverez ci- dessous le calendrier pour le 1^{er} trimestre de la saison 2025/2026

Les lieux sont actuellement en attente de confirmation

Les dates et lieux des regroupements suivants vous seront communiqués ultérieurement

ENTRAINEMENT N°	LIEU	DATE	JOUR
ENTRAINEMENT N°1 KUMITE + KATA	ECULLY (69)	20/09/2025	SAMEDI AM
ENTRAINEMENT N°2 KUMITE+KATA	VOIRON (38)	11/10/2025	SAMEDI AM
ENTRAINEMENT N° 3 KUMITE + KATA	SAVOIE (73)	08/11/2025	SAMEDI AM
ENTRAINEMENT N°4 KATA	ANNECY (74)	13/12/2025	SAMEDI AM
ENTRAINEMENT N°4 KUMITE	VOIRON (38)	20/12/2025	SAMEDI AM

Ce document doit permettre d'améliorer encore les actions déjà menées auparavant, d'avoir un « fil conducteur » pour les saisons à venir et de faire progresser nos compétiteurs (trices) au sein du haut niveau national et international.

Il sera réactualisé chaque fin de saison suite aux orientations définies par la DTN, des divers retours des entraîneurs régionaux, du DTR et de nos athlètes.

Pierre CÔTE
Directeur Technique Régional