



**Commission du Tarn-et-Garonne de Sambo**  
**Commission Régionale de Sambo d'Occitanie**  
**Fédération Française de Lutte et Disciplines Associées**

Alain BIGOU - Tél : 06 62 81 94 72 - E-mail : a.bigou@orange.fr  
Franck GERARDS - Tél : 06 11 26 23 16 - E-mail : f.gerards@fflutte.org



**Championnat de Tarn-et-Garonne Minimes/Cadets/Juniors/Espoirs/Seniors/Masters**  
**Rencontre de Tarn-et-Garonne Poussins B&C/Benjamins**  
**de SAMBO-SPORTIF**

**Championnat d'Occitanie sélection Midi-Pyrénées Minimes/Cadets/Juniors/Espoirs/Seniors/Masters**  
**Rencontre d'Occitanie Poussins B&C/Benjamins**  
**de SAMBO-SPORTIF & de SAMBO-COMBAT**  
*Qualificatif pour les championnats de France*

- Date :** Samedi 1<sup>er</sup> Décembre 2018  
**Lieu :** Gymnase de la Vaillante Olympique Montalbanaise  
223 rue de Palisse 82000 Montauban
- Programme :** La pesée se fera dans les clubs et l'inscription se fera en ligne sur le site de la FFL&DA  
Limite des inscriptions : Vendredi 30/11/18 à 18h00
- 8h30-9h00 Enregistrement des participants et vérifications des poids de 10% des samboïstes (sondage éliminatoire)  
**!\ Tout samboïste arrivant après 9h00 sera exclu de la compétition**
- 9h30 Rencontre de SAMBO-SPORTIF (F&M) :  
- Rencontre départementale & régionale Poussins B (nés en 2011 et 2012)  
- Rencontre départementale & régionale Poussins C (nés en 2009 et 2010)  
- Rencontre départementale & régionale Benjamins  
Rencontre régionale de SAMBO-COMBAT, catégorie Benjamins (F&M)
- 12h30 Remise des récompenses** (pause repas : 13h15-13h45)
- 13h45-14h15 Enregistrement des participants et vérifications des poids de 10% des samboïstes (sondage éliminatoire)  
**!\ Tout samboïste arrivant après 14h00 sera exclu de la compétition**
- 14h30 Reprise de la compétition : catégories Minimes à Masters (F&M) :  
- Championnat départemental de SAMBO-SPORTIF  
- Championnat régional de SAMBO-SPORTIF & de SAMBO-COMBAT
- 17h00 Remise des récompenses et classement par club**  
Vin d'honneur

**Il est de la responsabilité des présidents des clubs de s'assurer que le BULLETIN D'ADHÉSION - DEMANDE DE LICENCE 2018-2019 a été correctement complété et signé par les participants ou leurs tuteurs légaux et que les participants sont tous en possession d'un certificat médical conforme aux règlements du CFS de Sambo-sportif et de Sambo-Combat.**

Ce championnat est **sélectif** pour toutes les catégories pour les prochains championnats de France.  
Des boissons, confiseries, sandwiches et plateaux repas seront en vente à la buvette. Les personnes qui souhaitent **manger sur place** doivent passer commande auprès du responsable du club, au plus tard le mercredi 28 novembre 2018.

**Rappel : Tenue règlementaire du samboïste :** Kurka rouge ou bleue + Short court moulant ou de type cycliste (au-dessus du genou) rouge ou bleu ou noir + Ceinture de Sambo de la couleur du grade ou rouge ou bleue + Chaussures à semelles de cuir souple (pour les Poussins : rythmiques ou chaussettes) + Tee-shirt (ras-de-cou) uniquement pour les filles. **Complément Sambo Combat :** gants bleu ou rouge (doigts ouverts et recouvrant les premières phalanges, pas de gants de frappe de sac) + casque bleu ou rouge sans boucle métallique, sans mentonnière et sans protection des pommettes + protèges tibias-pieds bleu et rouge, souples et couvrant le coup de pied +protège-dents + coquille homme et femme + protège poitrine femme.