



**COUPE ILE DE FRANCE  
PUPILLES - BENJAMINS**

**Technique et Combat - Masculin et Féminin**

<b>CATEGORIES</b>	<b>SAMEDI 13 MARS 2010</b>
PUPILLE - PUPILLETTE Kata	Contrôle de 13h00 à 13h30 – Compétition
PUPILLE -25kg / -30kg	Contrôle et pesée de 13h30 à 13h45 – Compétition
PUPILLETTE -25kg / -30kg	Contrôle et pesée de 13h45 à 14h00 – Compétition
PUPILLE -35kg / -40kg	Contrôle et pesée de 14h00 à 14h15 – Compétition
PUPILLETTE -35kg / -40kg	Contrôle et pesée de 14h15 à 14h30 – Compétition
PUPILLE -45kg / -50kg / +50kg	Contrôle et pesée de 14h30 à 14h45 – Compétition
PUPILLETTE -45kg / +45kg	Contrôle et pesée de 14h45 à 15h00 – Compétition
	FIN PREVISIONNELLE vers 18h

<b>CATEGORIES</b>	<b>DIMANCHE 14 MARS 2010</b>
BENJAMIN - BENJAMINE Kata	Contrôle de 09h00 à 09h30 - Compétition
BENJAMIN -30kg / -35kg	Contrôle et pesée de 09h45 à 10h00 - Compétition
BENJAMINE -30kg / -35kg	Contrôle et pesée de 10h00 à 10h15 - Compétition
BENJAMIN -40kg / -45kg	Contrôle et pesée de 10h30 à 10h45 - Compétition
BENJAMINE -40kg / -45kg	Contrôle et pesée de 13h00 à 13h15 - Compétition
BENJAMIN -50kg / -55kg / +55kg	Contrôle et pesée de 13h30 à 14h00 - Compétition
BENJAMINE -50kg/+50kg	Contrôle et pesée de 14h00 à 14h15 – Compétition
	FIN PREVISIONNELLE vers 17h

**ATTENTION**

Les inscriptions sont transmises par les Ligues.

La compétition est réservée aux compétiteurs ayant participé aux Championnats de Ligue.

Les compétiteurs doivent présenter au contrôle :

- le passeport sportif en règle,
- deux timbres de licence dont celui de la saison en cours,
- un certificat médical postérieur au 01/07/09

La tenue personnelle de chaque compétiteur est obligatoire : Karaté-gi, ceinture rouge et bleue, gants rouges et bleus, protège-pieds rouges et bleus, coquille pour les garçons.