

## Coupe de France Zone Nord Karaté Light Contact PBMCV

<b>SALLE</b>	Vernon - Gymnase du Grévarin
<b>ADRESSE</b>	20 rue du Grévarin, 27200 Vernon
<b>BILLETTERIE</b>	Tarif 1 jour : 8€ / Tarif 2 jours : 10€ / Gratuit - 12 ans
<b>ENGAGEMENT</b>	Individuels : 6€
<b>CATEGORIES</b>	Pup_Ben_Min_Cad_Vét (M / F - Individuels)

**Date limite d'inscription\* : 23 octobre 2022**



Les dates, lieux, horaires sont donnés sous réserve de modification, les informations définitives sont disponibles sur [www.ffkarate.fr](http://www.ffkarate.fr)

SAMEDI 29 OCTOBRE 2022	
<b>Meeting des Coaches A à 8h00 précises</b>	
<b>Briefing des arbitres à 8h15 précises</b>	
<b>Début des compétitions : 9h00</b>	
<b>Contrôle et pesée CADETS (M) :</b> 08h30-08h45 : -45/-50/-55/-60/-65/-70/-75/+75 kg	<b>Contrôle et pesée CADETTES (F) :</b> 08H45-09h00 : -40/-45/-50/-55/-60/+60 kg
<b>Contrôle et pesée MINIMES (M) :</b> 09h00-09h30 : -35/-40/-45/-50/-55/-60/+60 kg	<b>Contrôle et pesée MINIMES (F) :</b> 09H30-10h00 : -35/-40/-45/-50/-55/+55 kg
<b>Contrôle et pesée BENJAMINS (M) :</b> 10h00-10h15 : -30/-35/-40/-45/-50/-55/+55 kg	<b>Contrôle et pesée BENJAMINES (F) :</b> 10h15-10h30 : -30/-35/-40/-45/-50/+50 kg
<b>Contrôle et pesée PUPILLES (M) :</b> 10h30-10h45 : -30/-35/-40/-45/-50/+50 kg	<b>Contrôle et pesée PUPILLES (F) :</b> 10h45-11h00 : -25/-30/-35/-40/-45/+45 kg
<b>Contrôle et pesée VETERANS (M) :</b> 11h00-11h15 : -60/-68/-76/-85/+85 kg	<b>Contrôle et pesée VETERANS (F) :</b> 11h15-11h30 : -50/-60/+60 kg

**\*INSCRIPTION :** les compétiteurs doivent être licenciés au plus tard 3 jours avant la date d'inscription (extrait du règlement des compétitions 2022-2023 p.30)

**AUCUNE INSCRIPTION SUR PLACE NE SERA ACCEPTÉE**

**Coupe de France Zone Nord  
Karaté Light Contact - Karaté Full Contact JS**

<b>SALLE</b>	Vernon - Gymnase du Grévarin
<b>ADRESSE</b>	20 rue du Grévarin, 27200 Vernon
<b>BILLETTERIE</b>	Tarif 1 jour : 8€ / Tarif 2 jours : 10€ / Gratuit - 12 ans
<b>ENGAGEMENT</b>	Individuels : 6€
<b>CATEGORIES</b>	Juniors _ Seniors (M / F - Individuels)

**DIMANCHE 30 OCTOBRE 2022**

**Briefing des arbitres à 8h15 précises**

**Début des compétitions : 9h15**

**Contrôle et pesée JUNIORS (M) :**

08h30-08h45 : -55/-60/-65/-70/-75/-80/+80 kg

**Contrôle et pesée JUNIORS (F) :**

08h45-09h00 : -48/-53/-58/-63/-68/+68 kg

**Contrôle et pesée SENIORS (M) :**

09h15-09h30 : -56/-60/-64kg  
09h30-09h45 : -68/-72/-76kg  
09h45-10h00 : -80/-85/-90/+90kg

**Contrôle et pesée SENIORS (F) :**

09h00-09h15 : -50/-54/-58/-63/-68/+68 kg