



**PÔLE
ESPOIR
ÎLE-DE-FRANCE
DE JUDO
BRETIGNY-SUR-ORGE**

DOSSIER DE PRÉSENTATION 2025 / 2026

QUI SOMMES NOUS ?

Le **Pôle Espoir** est une structure d'entraînement **labellisée par le Ministère de la Jeunesse et des Sports** qui fait partie intégrante du dispositif du sport de haut niveau de France Judo. Cette structure accueille dans sa majorité une population de cadets et cadettes. Elle est **chargée de développer et de perfectionner le bagage technique** ainsi que **les qualités physiques et psychologiques** des jeunes judokas.

Depuis septembre 2002, le **Pôle Espoir d'Île-de-France** a pour mission :

- ✓ **De détecter et de former** les cadets et cadettes de niveau interrégional et national
- ✓ **De permettre** aux meilleurs athlètes d'intégrer les groupes et équipes de France tout en réussissant leur scolarité et leur vie personnelle.

Le Pôle Espoir Île de France est situé en Essonne à **Brétigny-sur-Orge**.



LE PÔLE ESPOIR

Le Pôle Espoir est un support pour les clubs formateurs franciliens. Nous mettons tout en œuvre pour permettre aux jeunes sportifs de concilier leurs études, leur passion et leur développement personnel dans les meilleures conditions.

❖ Le suivi médical :



1 médecin présent une fois par semaine.



Informations générales et entretien individualisé avec un diététicien (sur demande).



1 kinésithérapeute présent une fois par semaine.



Présence d'une psychologue.
1 fois tous les 15 jours



Facilité pour obtenir des rendez-vous **IRM, radio, scanner**

SUIVI ATHLÈTE

- Technique/physique/tactique
- La diversification des partenaires
- L'accès aux tournois et stages labellisés
- Des formations: propre à notre pratique (KATA, arbitrage, CAP...)
- PSC1
- Un passage de grade réservé au Pôle

SUIVI SCOLAIRE

- 1 personne chargée du suivi scolaire.
- Présence à tous les conseils de classe.
- Relations hebdomadaires avec les enseignants et la vie scolaire
- Des heures de soutien scolaire supplémentaires organisées par le lycée et le Pôle.
- Des heures d'études surveillées obligatoires organisées par le Pôle et l'internat.

❖ **La structure dispose :**

- D'un très grand dojo de 4 surfaces
- D'un plus petit dojo de 2 surfaces
- D'une petite salle de musculation
- D'un service médical
- D'infrastructures sportives : piste d'athlétisme, gymnases, piscine, terrains de sport.

Tous ces équipements ont un accès direct à pied depuis l'internat et les établissements scolaires.



LE PÔLE ESPOIR VOUS PROPOSE

❖ LA FORMATION SCOLAIRE

Les recteurs et les inspecteurs académiques **organisent l'accueil des sportifs dans les établissements d'enseignement du second degré**, publics ou privés sous contrat, qui ont inscrit volontairement cet accueil dans leur projet d'établissement.

- L'entraînement intensif et la participation aux compétitions imposent un **aménagement de l'emploi du temps**, du régime scolaire et éventuellement du calendrier des examens.
- Les enseignants ayant en charge les sportifs, **adaptent leur démarche pédagogique afin de personnaliser l'apprentissage de l'élève**, de lui garantir davantage d'autonomie et de faciliter la réussite de son projet scolaire personnel.
- La mise en place de **cours de soutien** ou de rattrapage est fréquente, selon les besoins.

❖ L'INTERNAT

Les élèves sportifs du pôle espoir ont droit à l'internat (sous condition) et sont scolarisés en priorité au lycée Jean-Pierre TIMBAUD et au Collège Paul Éluard de Brétigny/Orge. Des demandes spécifiques pourront être faites pour les élèves scolarisés au Lycée professionnel Paul Belmondo d'Arpajon ou au Lycée polyvalent Léonard DE VINCI de St-Michel/Orge.

Les sportifs ont la possibilité d'intégrer l'internat le Dimanche soir.

Chaque élève interne doit obligatoirement avoir un correspondant dont le domicile est rapidement accessible par les transports en commun ou situé à proximité de l'internat.



❖ LA FORMATION SPORTIVE

- Entraînement intensif de 12 à 14 heures par semaine.
- Participation aux tournois labellisés et compétitions fédérales.
- Participation aux stages organisés par la fédération de judo et par les Pôles Espoirs en France et à l'étranger.
- Suivi individuel de formation dispensé par l'encadrement du Pôle.
- Formation propre à notre discipline

Les Judoka restent licenciés dans leur club et représentent celui-ci lors des compétitions.

❖ LE SUIVI MEDICAL

- Les fédérations sportives sont chargées d'assurer la surveillance médicale des Sportifs de Haut Niveau (SHN). Ce suivi s'exerce dans le sens préventif pour ce qui concerne les risques inhérents à la pratique du sport de haut niveau.
- Le suivi médical est sous la responsabilité du Médecin du Pôle.
- Le kinésithérapeute et le médecin sont présents au moins une fois chacun chaque semaine.
- Une psychologue est présente sur la structure une fois tous les quinze jours.
- Un diététicien assure des interventions de prévention sur la diététique du sportif de haut niveau mais également des dérives que cela peut entraîner. Un suivi peut être mené tout au long de la saison sur demande.



LES ETABLISSEMENTS SCOLAIRES

Collège Paul éluard

Pour plus d'informations flasher le QRcode



8, rue Henry Douard 91220 Brétigny sur Orge.

Tel: 01 60 84 80 90

www.clg-eluard-bretigny.ac-versailles.fr

Le collège accueille les judokas de troisième et quatrième (Exceptionnellement).

Lycée Jean-pierre timbaud

Pour plus d'informations flasher le QRcode



4, rue Henri Douard, 91220 Brétigny sur Orge

TEL: 01 60 85 50 00

www.lyc-timbaud-bretigny.ac-versailles.fr

Enseignement en classe de seconde générale et technologique :

Il n'y a pas possibilité de prendre de matières optionnelles. L'aménagement scolaire serait incompatible avec l'entraînement.

Enseignement en classe de Première et Terminale générale et technologique :

Une vingtaine de combinaison de matières est possible. Chaque année l'établissement étudie les demande majoritaires mais seulement cinq sont compatibles avec un emploi du temps complet. Si le choix se porte sur d'autres combinaisons, nous ne garantissons pas l'aménagement de l'emploi du temps.

Enseignement en classe de lycée professionnel (exceptionnellement) :

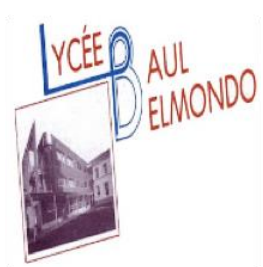
BAC PRO dans les métiers du bâtiment (géomètre topographe, technicien en étude du bâtiment) et de la construction métallique ou chaudronnerie industrielle.

TOUTES LES FILLIERES BENEFICIENT DE L'INTERNAT AU LYCEE J.P TIMBAUD

Toute autre demande d'orientation scolaire peut être étudiée.

Lycée Paul Belmondo (Exceptionnellement)

Pour plus d'informations flasher le QRcode



23, avenue Division Leclerc, 91290

Arpajon.

TEL: 01 60 83 80 60

www.lyc-belmondo-arpajon.ac-versailles.fr

Lycée LEONARD DE VINCI (Exceptionnellement)

Pour plus d'informations flasher le QRcode



**1 Place Léonard de Vinci 91240 Saint
Michel sur Orge.**

TEL: 01 60 83 80 60

www.lyc-vinci-st-michel.ac-versailles.fr

UNE SEMAINE TYPE AU PÔLE

<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u>VENREDI</u>	<u>SAMEDI</u>	<u>DIMANCHE</u>
Petit déjeuner 7h15 - 8h	Petit déjeuner 7h15 - 8h	Petit déjeuner 7h15 - 8h	Petit déjeuner 7h15 - 8h	Petit déjeuner 7h15 - 8h	Repos, stages, compétitions	
COURS	Entraînement 8H - 9h45	COURS	Entraînement 7h30 - 9h	COURS	Repos, stages, compétitions	Retour Internat 19h30 - 21h
COURS	COURS	Entraînement technique Lycéens 15h45 - 16h45	COURS	Entraînement Clubs	Repos, stages, compétitions	Retour Internat 19h30 - 21h
Entraînement 17h - 19h	Entraînement 17h - 19h	Entraînement 16h45 - 19h	Entraînement 17h - 19h	Entraînement Clubs	Repos, stages, compétitions	Retour Internat 19h30 - 21h
19h30	19h30	19h30	19h30	Entraînement Clubs	Repos, stages, compétitions	Retour Internat 19h30 - 21h
Etude 20h30 - 21h30	Etude 20h30 - 21h30	Etude 20h30 - 21h30	Etude 20h30 - 21h30	Etude 20h30 - 21h30	Repos, stages, compétitions	Retour Internat 19h30 - 21h
Chambre	Chambre	Chambre	Chambre	Chambre	Repos, stages, compétitions	Retour Internat 19h30 - 21h

COÛT ET FINANCEMENT : TARIF PRÉVISIONNEL 2025 / 2026

Les tarifs ci-dessous sont ceux de l'année scolaire 2024 – 2025 et sont donnés à titre indicatif. Ils sont susceptibles de changer pour la rentrée 2025 - 2026.

Le coût d'une année est variable en fonction de l'établissement où l'on est scolarisé.

❖ **JUDO (tarifs 2024-2025 à titre indicatif sous réserve d'être modifiés)**

- ✓ **Frais de fonctionnement de la structure** (Somme à verser à la Ligue IDF):

400 € par chèque ou virement, payable en 4x100€ si besoin.

Modalités de paiement:

Pour les règlements par chèque :

- 4 chèques maximum – Encaissement du dernier chèque le 30 décembre de l'année.
- Totalité du règlement ou 1er versement obligatoire à l'inscription
- Les autres chèques doivent être dans le dossier d'inscription

Règlement par virement bancaire :

- 4 virements maximum le 10 de chaque mois - Dernier virement 10 décembre de l'année

- ✓ **Pack Mizuno** (Somme à verser à notre équipementier)

Prévoir également les frais d'équipement sportif Mizuno.
(Plusieurs choix allant de 180 € à 300 €)

❖ INTERNAT : (tarifs 2024-2025 à titre indicatif sous réserve d'être modifiés)

Deux forfaits sont proposés (Somme à verser au Lycée J.P TIMBAUD) :

- ✓ Forfait 4 nuitées (Du Lundi soir au Vendredi matin): 280,24€ pour l'année
- ✓ Forfait 5 nuitées (Du Dimanche soir au Vendredi matin) : 332,80 € pour l'année

❖ RESTAURATION : (tarifs 2024-2025 à titre indicatif sous réserve d'être modifiés)

- ✓ Petit-déjeuner : 1,39 € soit 5,56 € par semaine si prise du « Forfait 4 nuitées » ou 6,95€ par semaine si prise du « Forfait 5 nuitées »
- ✓ Repas du midi et du soir : Le prix est variable selon la tranche établie par le quotient familial

GRILLE TARIFAIRE :

Tranches	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
Tarifs par repas	1,52€	1,72€	1,92€	2,13€	2,33€	2,53€	2,73€	3,04€	3,54€	4,05€
Tarifs par repas pour 1 semaine « Forfait 4 jours »	6,08€	6,88€	7,68€	8,52€	9,32€	10,12€	10,92€	12,16€	14,16€	16,20€
Tarifs pour 1 semaine « Forfait 5 jours »	7,60€	8,60€	9,60€	10,65€	11,65€	12,65€	13,65€	15,20€	17,70€	20,25€

✓ **A prévoir :**

- Caution des clés de chambre : 40€
- Maison des lycéens : 20€
- Une avance de 100€ vous sera demandée pour les repas afin d'alimenter le compte de restauration pour la première période.

✓ **Modalités de paiement :**

Pour les règlements par chèque :

- 3 chèques maximum sous validation du service intendance
- Totalité du règlement ou 1er versement obligatoire à l'inscription
- Les autres chèques doivent être donnés avant l'entrée à l'internat
- Les modalités de paiement seront transmises en même temps que le dossier d'inscription.

Règlement par virement bancaire:

Les virements se feront directement en ligne sur un site sécurisé.

❖ **SCOLAIRE**

Pour les lycéens du Lycée J .P TIMBAUD:

Repas du midi (Somme à verser au Lycée J.P TIMBAUD) :

Le prix est variable selon la tranche établie par le quotient familial.

(Cf tableau ci-dessus)

Pour les lycéens des Lycées P. BELMONDO et L. DE VINCI:

Repas du midi (Somme à verser aux Lycées de scolarité):

Le prix est variable selon la tranche établie par le quotient familial.

(Cf tableau ci-dessus)

Pour les collégiens du Collège Paul ELUARD:

Repas du midi (Somme à verser au Collège P.ELUARD):

Le prix est variable selon la tranche établie par le quotient familial.

(Cf tableau ci-dessus)

Des aides de financement sont possibles auprès des conseils départementaux et/ou collectivités territoriales

LES RÉSULTATS DU PEB

SAISON 2022 / 2023

- 72 sélections en championnat de France:
 - ✓ 39 classés / 29 podiums / 10 titres / 8 finalistes / 12 médailles de bronze / 7 cinquièmes / 4 septièmes
- 11 sélectionné(e)s en équipe de France pour un championnat majeur:
 - ✓ 2 sélectionnés au Championnat d'Europe cadet/tes:
 - 1 médaille / 1 titre,
 - Les 2 sélectionnés sont **VICE-CHAMPIONS D'EUROPE PAR EQUIPE**
 - ✓ 5 sélectionnés au FOJE :
 - 2 classés / 1 médaille de bronze / 1 cinquième
 - ✓ 4 sélectionnés au Championnat du Monde :
 - 1 médaille / 1 titre de Vice-championne du Monde / 1 cinquième
 - 3 d'entre eux sont **CHAMPIONS DU MONDE PAR EQUIPE**
- 3 athlètes 1^{ère} division
- 13 entrées en pôle France
- 2 entrées en collectif national
- 2 entrées à l'INSEP



Résultats scolaires:
100% de réussite au Brevet 98 % au BAC

LES RÉSULTATS DU PEB

SAISON 2023 / 2024

- **Tournois Excellence (Avec le PEB):**
 - ✓ 88 classés / 53 podiums / 21 Médailles d'or / 11 Médailles d'argent / 21 médailles de bronze / 24 cinquièmes / 11 septièmes
- **Championnats de France:**
 - ✓ 42 classés / 26 podiums / 8 titres / 7 finalistes / 11 médailles de bronze / 9 cinquièmes / 7 septièmes
- **Tournois internationaux avec le Pôle ou le Club (EC):**
 - ✓ 18 classé(e)s / 12 podiums / 3 Médailles d'or / 1 Médailles d'argent / 8 médailles de bronze / 3 cinquièmes / 3 septièmes
- **Sélections en équipe de France en Tournoi:**
 - ✓ 14 Sélectionnés / 7 podiums: 2 Médailles d'or / 5 médailles de bronze / 2 septièmes
- **Sélection en équipe de France pour un Championnat Majeur:**

CHAMPIONNAT D'EUROPE

- ✓ 3 Titulaires /
- ✓ 3 CHAMPION(NE)S D'EUROPE PAR ÉQUIPE

CHAMPIONNAT DU MONDE

- ✓ 3 Titulaires / 1 cinquième / 1 septième / 2 VICE-CHAMPION(NE)S D'EUROPE PAR ÉQUIPE

- 21 entrées en Pôle France



Résultats scolaires:

100% de réussite au Brevet 100 % au BAC (4 mentions sur 5)

LE RECRUTEMENT

Cette année, le recrutement concernera les judoka dont les années de naissance sont les suivantes :

2011 (Cadet/tes 1*) / 2010 (Cadet/tes 2*) / 2009 (Cadet/tes 3*) / 2008 (Junior 1*) *Catégories d'âge en Septembre 2024

L'intégration d'un sportif dans une structure « Pôle Espoir » comprend 2 étapes successives :

❖ **Étape 1 : Le recrutement sportif :**

Le niveau sportif minimum exigé pour postuler au Pôle est « régional » (minimum classé au championnat de ligue).

Les candidatures se font directement sur internet via un lien Googleform disponible sur le **site: www.idfjudo.com** de la Ligue IDF dans la rubrique « **Pôle Espoir** » ou en flashant le **QRcode** ci-dessous avec votre téléphone.

Le retour des dossiers est fixé au Dimanche 30 Mars minuit.

Les 50 meilleures candidatures seront présélectionnées sur dossier pour effectuer un stage de détection et recrutement qui se déroulera du **Lundi 14 Avril au Mercredi 16 Avril (sur convocation par mail).**

Les résultats en compétition, la prestation lors des tests de sélection sont les principaux critères de la sélection sportive ainsi que les bulletins scolaires.



❖ Etape 2 : **Le recrutement scolaire** :

Les responsables du Pôle présentent les dossiers retenus sportivement aux différents chefs d'établissements lors des commissions pédagogiques.

Les chefs d'établissements et les équipes pédagogiques donnent un avis sur les orientations possibles en fonction des résultats, des appréciations et du comportement mentionné sur les bulletins scolaires.

Si le dossier scolaire est accepté, les candidats seront intégrés dans le collège ou le lycée selon des modalités spécifiques à chaque établissement.

Les dossiers incomplets ne seront pas traités.



PROCÉDURE CANDIDATURE 2025 / 2026

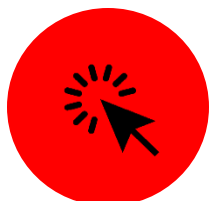
Simple et en quelques clics !



Flashez le QR Code ou allez sur le site: www.idfjudo.com dans la rubrique "Pôle Espoir"



Vous trouverez le dossier de présentation du Pôle Espoir.



Cliquez sur le lien « Candidature 2025 / 2026 », suivez les indications, remplissez les champs et n'oubliez pas les pièces obligatoires.



Le retour des dossiers est fixé au Dimanche 30 Mars minuit. Après cette date, vous recevrez un mail qui stipulera la recevabilité ou non de votre candidature.



Si votre candidature est retenue, vous devrez vous rendre disponible du 14 au 16 Avril 2025 pour les tests de sélection. Une convocation par mail vous sera alors adressée.

LES ENCADRANTS



Yann BENOIT - CN 5ème Dan
Responsable et entraîneur du Pôle
Tél: 06.67.21.60.01
Mail: yann.benoit@ffjudo.com



Nolwenn LE TROADEC - CN 3ème DAN
Entraîneur
Tél: 06.43.78.69.05
Mail: nolwenn.le-troaDEC@ffjudo.com



Salim ABDOUROIHAMANE - CN 3ème DAN
Entraîneur en alternance

**Pour tout renseignement complémentaire,
contactez :**
Ligue IDF de judo
Tél: 01 45 41 05 70 / Mail: sportif@idf-ffjudo.com

**Pour tout renseignement complémentaire,
contactez :**
Ligue IDF de judo
Tél: 01 45 41 05 70 / Mail: sportif@idf-ffjudo.com