

SAISON 2026-2027



FRANCE  
JUDO

PÔLE ESPOIRS  
METZ



[LIGUEGRANDESTJUDO](https://www.liguegrandestjudo.fr)



[LIGUEGRANDESTJUDO](https://www.liguegrandestjudo.fr)



[WWW.JUDOGRADEST.FR](http://www.judograndest.fr)

## QU'EST-CE QU'UN PÔLE ESPOIRS ?

Le Pôle Espoirs est une structure d'entraînement permanent. Son positionnement dans le Parcours de Performance Fédéral (PPF) de la Fédération Française de Judo correspond à une période de formation technique générale, de perfectionnement et de formation globale du judoka.

Ces Pôles Espoirs permettent également la détection et la préparation des sportifs qui souhaitent prolonger leur parcours de performance fédéral.

La Ligue Grand Est de Judo se fixe comme objectif d'accompagner le judoka dans son triple projet sportif, scolaire et de formation spécifique « judo ». La Ligue s'attache donc à créer l'environnement qui favorise et soutient l'engagement du judoka dans le haut niveau.

Les objectifs de réussite fixés aux judokas se caractérisent par :

- Des résultats scolaires satisfaisants et des évaluations favorables du conseil de classe,
- La réussite aux examens, les passages en année supérieure, le comportement dans l'établissement de formation,

- Les résultats sportifs, l'investissement à l'entraînement et les progrès réalisés,
- Les acquis techniques, kata, arbitrage, grade...

Les années passées dans la structure sont formatrices pour les jeunes judokas. En apprenant à se fixer des objectifs, à gagner, à perdre, à se prendre en charge, ils préparent avantageusement leur vie d'adulte.

Ainsi la Fédération Française de Judo peut répondre à la mission de former, d'éduquer, de préparer les judokas à trouver une place dans la société.



## LE PÔLE ESPOIRS, UN VÉRITABLE TREMLIN

Un Pôle Espoirs désigne une structure d'entraînement agréée par le Ministère des Sports destinée aux jeunes judokas et placée sous l'égide de la Fédération française de judo

Le Pôle Espoirs est un véritable soutien pour les clubs formateurs.

**IL EST CAPITAL DE PRÉCISER QUE LES JUDOKAS RESTENT LICENCIÉS DANS LEUR CLUB QU'ILS REPRÉSENTENT TOUT AU LONG DES COMPÉTITIONS.**

Le Pôle Espoirs s'efforce de permettre aux jeunes sportifs de combiner leur passion pour le judo, leurs études et, bien sûr, leur développement personnel dans des conditions optimales.

L'objectif des Pôles Espoirs est de repérer les judokas à fort potentiel engagés dans un double projet sportif et professionnel de haut niveau.

Les critères de réussite définis pour les judokas des Pôles Espoirs incluront également des objectifs de formation.

**DANS LE GRAND EST, IL EXISTE 3 PÔLES ESPOIRS PILOTÉES PAR LA LIGUE GRAND EST DE JUDO : METZ, REIMS ET STRASBOURG.**

## LISTE MINISTÉRIELLE DES SPORTIFS

Le décret n° 2016 1286 du 29 Septembre 2016 relatif au sport de haut niveau fixe les conditions d'inscription sur les listes ministérielles.

Il existe 3 types de listes :

- Les SHN (Sportifs de haut Niveau) : Elite, Seniors, Relève ou Reconversion
- Les Espoirs
- Les Sportifs des collectifs Nationaux

En fonction de leurs résultats sportifs de l'année N-1, les judokas sont classés dans une liste ou ne sont pas classés.

Il n'est pas obligatoire d'être sur liste ministérielle pour faire partie du pôle espoirs. Pour rappel, les Pôles Espoirs sont des structures d'accès au Haut Niveau.



## LE PÔLE ESPOIRS DE METZ, UN TRIPLE SUIVI

Le Pôle Espoirs de Metz offre aux judokas, qu'ils soient féminins ou masculins, des conditions idéales pour s'entraîner en harmonie avec les directives ministérielles et nationales.

### SUIVI JUDOKA

- Approfondissement de l'apprentissage
  - technique
  - physique
  - tactique
- Travail avec les organismes décentralisés et leurs structures (Pôle France de Strasbourg, Centre Universitaire Européen de Judo, clubs) qui propose une diversification de partenaires
- Sélections aux tournois et stages labellisés
- Participations aux formations telles que kata, arbitrage, etc
- Possibilité de participer au passage de grade exclusivement réservé aux judokas du Pôle Espoirs
- Favorisation de l'épanouissement du judoka et son devenir socioprofessionnel

### SUIVI SCOLAIRE

- Omniprésence d'une personne dédiée au suivi scolaire
- Suivi des conseils de classe
- Suivi et soutien scolaire assurés par les établissements scolaires et coordonné par le responsable du Pôle Espoirs
- Relations avec les enseignants et la vie scolaire
- Mise en place d'heures d'études obligatoires et surveillées organisées par le Pôle Espoirs

### SUIVI MÉDICAL

- Accès au service médical de la Clinique du Sport (95 bis rue Claudy Bernard 57070 METZ)
  - Médecin
  - Diététicienne
  - Psychologue
  - Infirmière
  - Kinésithérapeutes
- Facilité dans la prise de rendez-vous IRM, Radio, Scanner, etc...



## INFRASTRUCTURES

Le Pôle Espoirs de Metz bénéficie des infrastructures suivantes :

- un dojo de 2 surfaces aux Arènes de Metz
- un dojo à l'ASPTT Metz
- une salle de musculation au sein des Arènes de Metz et du Lycée Robert Schuman



## ENTRAÎNEMENTS

Les entraînements quotidiens sont obligatoires et font partie intégrale de l'emploi du temps hebdomadaire. Des séances techniques spécifiques individualisées peuvent être demandées avant les entraînements.

JOURS	HORAIRES	CONTENUS	LIEUX
LUNDI	16h30-18h30	JUDO	ARENES
MARDI	10h00-11h30	JUDO	ASPTT METZ
	16h30-18h30	JUDO	ARENES
MERCREDI	15h30-16h30	MUSCULATION/PPG	ARENES
	16H30-18H30	JUDO	
JEUDI	8h00-10h00	JUDO	PISTE DU LYCEE SCHUMAN
	16h30-18h30	JUDO	ARENES
VENDREDI	14H30-16H30	MUSCULATION	ARENES
	----- SÉANCE DANS LE CLUB D'APPARTENANCE -----		



## ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

### COLLÈGE METZ ARSENAL

2 rue du Général Fournier  
57000 METZ  
03.87.74.01.84.  
--> filières générales

http://



### LYCÉE ROBERT SCHUMAN

4 rue Monseigneur Pelt  
57070 METZ  
03.87.76.40.40.  
--> filières générales et STMG

http://



### LYCÉE LOUIS DE CORMONTAIGNE

12 place Cormontaigne  
57010 METZ  
03.57.31.85.31.  
--> filières générales, STI2D et professionnelles

http://



*Il n'y a pas d'internat au sein de cet établissement mais uniquement de la demi-pension*



## INTERNATS

Les internats du Collège Arsenal et du Lycée Robert Schuman offrent la possibilité d'être logé et nourri à proximité de l'établissement scolaire et des lieux d'entraînement tout en poursuivant son double projet sans contrainte géographique.



## TARIFS PRÉVISIONNELS

TYPES DE COÛTS	MONTANTS
<b>Internat Lycée Robert Schuman</b> (hors demi pension)	<b>2 000,00 €</b>
<b>Internat Collège Arsenal</b> (hors demi pension)	<b>2 000,00 €</b>
<b>Demi-pension</b> (le coût varie légèrement en fonction du lycée ou collège dans lequel est scolarisé le judoka)	<b>600,00 €</b>
<b>Frais de participation des familles au fonctionnement du Pôle Espoirs de Metz</b>	<b>350,00 €</b>

 Tarifs 2025-2026 susceptibles d'évoluer pour la saison 2026-2027

## AIDES

- Bourses de l'éducation nationale : si vous remplissez les conditions de ressources, se renseigner auprès de la conseillère d'orientation de votre établissement.
- Aide aux transports : se renseigner auprès de votre conseil départemental, au service des transports scolaires.




## ENCADREMENT



**YACINE DOUMA**

Coordonnateur des structures d'entraînements du Grand Est

 [yacine.douma@ffjudo.com](mailto:yacine.douma@ffjudo.com)



**LOÏC CHAPLET**

Coordonnateur et Entraîneur du Pôle Espoirs de Metz

 [loic.chaplet@ffjudo.com](mailto:loic.chaplet@ffjudo.com)  06.44.95.31.62



**CYRILLE WAHRHEIT**

Préparateur physique du Pôle Espoirs de Metz

## RATTACHEMENT FÉDÉRAL

### LIGUE GRAND EST DE JUDO - ANTENNE DE STRASBOURG -

Maison Départementale des Sports 4 rue Jean Mentelin -  
BP95028 - 67035 STRASBOURG Cedex 2



**JEAN-LOUIS DUVERGEY**

Président



**VICKY VILMONT**

Directeur Technique Régional



**CÉCILE MULLER**

Secrétaire de ligue  
[secetaire1@grandest-ffjudo.com](mailto:secetaire1@grandest-ffjudo.com)



## STAGE DE DÉTECTION

<b>LIEU</b>	Dojo des Arènes de Metz 5 avenue Louis le Débonnaire 57000 METZ
<b>PROGRAMME DU STAGE</b>	<b>MERCREDI 8 AVRIL 2026</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 8h30 : accueil et présentation du Pôle Espoirs (les accompagnants sont conviés à assister à la présentation du pôle espoirs, et au dernier entraînement du stage)</li><li>• 10h – 12h : séance judo + tests physiques</li><li>• 12h15 – 13h : repas</li><li>• 13h30 – 16h00 : entretiens individuels</li><li>• 16h30-18h30 : séance judo</li></ul>
<b>RESTAURATION</b>	Possibilité de se restaurer mercredi midi au self du Centre Pilâtre de Rozier à proximité pour un tarif de 13,00€ le repas (plat-entrée-dessert). <u>La réservation ne sera effective qu'après règlement sur HelloAsso</u>
<b>INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES</b>	Prévoir un judogi, une tenue de sport, des baskets, une gourde, une trousse à pharmacie (en cas de petits bobos), du gel hydroalcoolique.



## INSCRIPTION

Pour faire acte de candidature via le lien ci-après

[INSCRIPTION](#)



## AUTORISATION PARENTALE



à envoyer par mail à  
[loic.chaplet@ffjudo.com](mailto:loic.chaplet@ffjudo.com)

Je soussigné(e)

père - mère - tuteur (\*), autorise ma fille - mon fils (\*)

à faire acte de candidature au Pôle Espoirs de Metz pour la saison 2026-2027.

Date

SIGNATURE DU PÈRE	SIGNATURE DE LA MÈRE	SIGNATURE DU TUTEUR

(1) Rayer la mention inutile



## PROFESSEUR DU CLUB

Nom

Prénom(s)

Avis

## AUTORISATION DU CLUB

Je soussigné(e)

agissant en qualité de président(e) du club

reconnait avoir été informé de la candidature de mon sociétaire au Pôle Espoirs de Metz pour la saison 2026-2027.

Date

SIGNATURE ET CACHET DU CLUB



Maison Départementale des Sports  
4 rue Jean Mentelin  
BP 95028  
67035 STRASBOURG Cedex 2



**Loïc CHAPLET**



**[loic.chaplet@ffjudo.com](mailto:loic.chaplet@ffjudo.com)**



**06.44.95.31.62**

