



# DOSSIER DE CANDIDATURE

SPORTS - ETUDES

JUDO

2010 / 2011

---

F. L. A. M. • Membre du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (C.O.S.L.)

www.flam.lu • email: [sekretariat@flam.lu](mailto:sekretariat@flam.lu)

3, route d'Arlon • L-8009 Strassen • Tel.: +352 - 49 66 11 • Fax: +352 - 49 66 10

## **Concept de la structure « Sports-Etudes »**

Le structure du « Sportlycée » recherche des solutions sur mesure en adéquation avec le rythme du jeune sportif, les contraintes de sa préparation et de ses entraînements et les impératifs des compétitions afférentes. La structure du « Sportlycée » constitue un moyen de promotion, basé sur une coopération étroite entre les études et le sport, qui crée des conditions privilégiées pour les jeunes sportifs talentueux afin de réaliser des performances de haut niveau tout en gardant l'égalité des chances de leur formation scolaire et professionnelle.

**Le Sportlycée coordonne l'ensemble des opérations pédagogiques et administratives qui permettent aux athlètes talentueux de poursuivre leurs études.**

Pour conserver son statut d'athlète-étudiant au Sportlycée, il est essentiel de maintenir son niveau sportif et d'avoir des résultats scolaires adéquats. Par une meilleure redistribution du temps dédié aux activités sportives et aux études, un équilibre indispensable est recherché. La scolarité s'adapte au rythme du sportif. Le projet vise une harmonisation entre la scolarité et les objectifs sportifs.

Un retour à une scolarité traditionnelle à n'importe quel moment de leur cursus doit être garanti.

La structure est centrée sur le sportif-élève et vise les 3 objectifs majeurs suivants :

- la **réussite scolaire** par :
  - un volume horaire hebdomadaire suffisant ;
  - un projet pédagogique adapté et différencié ;
  - des mesures de coordination, d'accompagnement et de remédiation scolaires,
- la **réussite sportive** par :
  - le respect de l'évolution de la concurrence, du profil de la discipline et des principes fondamentaux de l'entraînement (LTAD : Long Term Athlete Development) ;
  - le placement de l'athlète au centre de ses intérêts, guidé par les entraîneurs et supporté par une structure de qualité,
- une **intégration sociale** normale par :
  - des périodes de récupération ;
  - un volume journalier et hebdomadaire réalisable à long terme.

## **Eléments essentiels du Sportlycée :**

- le système des classes « Sports-Etudes » est proposé jusqu'en classes terminales ;
- le projet « Sports-Etudes » est offert dans les deux ordres d'enseignement, secondaire et secondaire technique ;
- les classes ne contiennent que des élèves adhérant au projet « Sports-Etudes » ;
- pour adapter le programme scolaire à la particularité de chaque sportif et de chaque discipline sportive, l'effectif de chaque classe est réduit.
- l'horaire scolaire permet deux entraînements journaliers du lundi au jeudi ;
- l'horaire scolaire s'étend sur max. 25 heures hebdomadaires. Des heures de remédiation (appui/études) sont proposées par semaine ;
- les lieux d'études et d'entraînement sont situés à proximité pour éviter trop de perte de temps par des déplacements ;
- l'encadrement scolaire et sportif est assuré par une équipe de spécialistes qualifiés et motivés ;
- l'application du règlement grand-ducal du 10.12.1998 permet des aménagements spécifiques pour certains sportifs d'élite par:
  - le « Splitting » d'une année scolaire
  - l'ajustement du nombre et de la forme des évaluations
  - la dispense dans certaines branches (coefficient inférieur ou égal à 2)

### **C'est ainsi que le projet comprend les trois volets suivants :**

- le volet pédagogique (**former et évaluer l'élève**)
- le volet sportif (**former et évaluer le sportif**)
- le volet structure de coordination (**accompagner l'enfant-élève-sportif**)

**Pour plus d'informations :**      **[www.sportlycee.lu](http://www.sportlycee.lu)**

# Les classes du Sports-Etudes pour la rentrée 2010/2011 :

Régime secondaire classique	Régime secondaire technique
2 classes de 7 <sup>ième</sup> ; 2 classes de 6 <sup>ième</sup> ; 2 classes de 5 <sup>ième</sup> ; 2 classes de 4 <sup>ième</sup> ; 3 <sup>ième</sup> sections C et D ; 2 <sup>ième</sup> sections C et D ; 1 <sup>ière</sup> sections C et D	7 <sup>ième</sup> ST ; 8 <sup>ième</sup> TE ; 9 <sup>ième</sup> TE ; 10 <sup>ième</sup> TE commerce (éventuellement)

## Echéances des sélections / inscriptions pour la rentrée 2010/2011:

La procédure de sélection pour l'année scolaire 2010/2011 se fera selon les étapes suivantes :

- Remise de la Fiche de Candidature à Frédéric Georgery ou à Charel Stelmes → **09/04/10**
- Réunion d'information à l'INS (salle de conférence) → **03/05/10 à 18 heures**
- Proposition de la fédération des sportifs/élèves voulant intégrer le système → **17/05/10**
- Porte Ouverte Sportlycée → **20/05/10**
- Tests sportifs officiels pour les sélectionnés → **04- 05/06/10 ou 11 - 12/06/10**
- Publication des décisions de la commission de pilotage (ENEPS) sur la sélection définitive → **01/07/10**

### Personne de contact pour la FLAM (Judo):

**Charel Stelmes**

GSM : 691 69 45 19

Email : [charelstelmes@hotmail.com](mailto:charelstelmes@hotmail.com)

---

**F. L. A. M.** • Membre du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (C.O.S.L.)

www.flam.lu • email: [sekretariat@flam.lu](mailto:sekretariat@flam.lu)

3, route d'Arlon • L-8009 Strassen • Tel.:+352 - 49 66 11 • Fax: +352 – 49 66 10

## Judokas/Elèves au „Sportlycée“

### Année Scolaire 2009/2010

Mike Muller (1990) - JC Dudelange

Manon Durbach (1991) - JC Befort

Eric Aach (1992) - JC Bonnevoie

Tom Schmit (1992) - Cercle Esch

Luc Muller (1994) - JC Dudelange

Dany Schlim (1994) - Cercle Esch

Hermes Jacques (1996) - Cercle Esch

Hilgert Pit (1996) - JC Dudelange

Michels Zoé (1996) - JC Befort

Penning Felix (1996) - Cercle Esch

Eggermont Isaline (1996) - Cercle Esch

Demaret Loic (1996) - Cercle Esch

Lippert Charly (1996) - JC Esch

Wenzel Timo (1997) - Cercle Esch

## Plans d'entraînement (2009/2010)

Horaire 2009 / 10 – U13, U15								
			Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Unité 1	08:05	08:55	C	C	PPG / Judo Technique	C	PMG	
Unité 2	08:55	09:45	C	C		C	PMG	
Unité 3	10:00	10:50	EPS	C	C	C	C	libre
Unité 4	10:50	11:40	EPS	C	C	C	C	
Unité 5	11:40	12:25	Déj	C	Déj	C	Déj	ou
Unité 6	12:25	13:10	C	Déj	C	Déj	C	
Unité 7	13:10	14:00	C	Suivi	C	Suivi	C	Tournoi
Unité 8	14:00	14:50	C	Judo	C		C	Régional
Unité 9	15:00	15:50	Judo	Judo	Suivi			
	15 :50	16 :40	Judo			Club*	Club*	
	17 :30	17 :50			Ent. National			
	17 :50	19 :00			Cadre Jeunes			

**Judo:** 4 - 5 entraînements par semaine dont 1 entraînement en club (jeudi ou vendredi)  
10 – 12 tournois par saison

**PMG, PPG et EPS (\*) :** 2 – 3 entraînements par semaine

Horaire 2009/10 – U17, U20								
			Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Unité 1	08:05	08:55	C	PPG	PPG / Judo Technique	PPG	Judo	
Unité 2	08:55	09:45		PPG		PPG	Judo	
Unité 3	10:00	10:50	C	C	C	C	C	Ent. Nat. C.J.S.
Unité 4	10:50	11:40	C	C	C	C	C	Ent. Nat. C.J.S.
Unité 5	11:40	12:25	Déj	Déj	Déj	C	Déj	
Unité 6	12:25	13:10	C	C	C	Déj	C	<b>ou</b>
Unité 7	13:10	14:00	C	C	C	Suivi	C	Tournoi
Unité 8	14:00	14:50	C	C	C		C	Régionale
Unité 9	15:00	15:50		Judo	Suivi			(Samedi ou
	16:30	17:30		Judo		Randori		Dimanche)
	17:30	18:30	Club*			Metz	Club*	
	18:30	19:30			Ent Nat C.J.S.			
	19:30	20:30			Ent Nat C.J.S.			

**Judo:** 5 - 7 entraînements par semaine dont 1 entraînement en club (lundi ou vendredi)  
12 – 16 tournois par saison

**PMG et PPG (\*) :** 2 - 3 entraînements par semaine

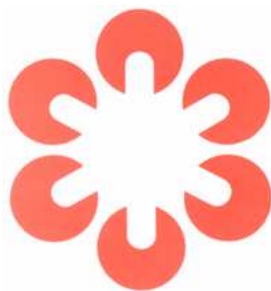
- (\*) PMG = Préparation Motrice Générale  
PPG = Préparation Physique Générale  
EPS = Education Physique et Sportive

---

**F. L. A. M.** • Membre du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (C.O.S.L.)

www.flam.lu • email: [sekretariat@flam.lu](mailto:sekretariat@flam.lu)

3, route d'Arlon • L-8009 Strassen • Tel.: +352 - 49 66 11 • Fax: +352 – 49 66 10



**FLAM**

FEDERATION  
LUXEMBOURGEOISE  
DES ARTS MARTIAUX

Association sans but lucratif

Fédération Nationale agréée et reconnue  
d'utilité publique par arrêté ministériel du  
20/11/1978

Membre du Comité Olympique  
et Sportif Luxembourgeois (C.O.S.L.)

## Fiche de Candidature Sports-Etudes

(à remettre avant le 9 avril 2010 à Frédéric Georgery ou à Charel Stelmes)

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

.....

Nom du Père : .....

Nom de la Mère : .....

Tel. Père : .....

Tel. Mère : .....

Tel. Athlète : .....

Email Père : .....

Email Mère : .....

Email Athlète : .....

Date de Naissance : .....

Nationalité : .....

---

**F. L. A. M.** • Membre du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (C.O.S.L.)

www.flam.lu • email: [sekretariat@flam.lu](mailto:sekretariat@flam.lu)

3, route d'Arlon • L-8009 Strassen • Tel.: +352 - 49 66 11 • Fax: +352 - 49 66 10

## Situation Scolaire :

Classe en 2009/2010 : ..... Ecole / Lycée : .....

Classe envisagée en 2010/2011 : .....

## Informations Judo :

Club : ..... Entraîneur de Club : .....

Tel. Entraîneur : ..... Email Entraîneur : .....

Poids : ..... Taille : .....

Grade : .....

Présences régulières aux Entraînements Nationaux depuis : .....

## Résultats Judo :

	2008 / 2009			2009 / 2010		
	Catégorie d'âge	Catégorie de poids	Résultat	Catégorie d'âge	Catégorie de poids	Résultat
Championnats Nationaux						
Résultats remarquables :						
1) Tournoi de ..						
2)						
3)						
4)						

---

**F. L. A. M.** • Membre du Comité Olympique et Sportif Luxembourgeois (C.O.S.L.)

www.flam.lu • email: [sekretariat@flam.lu](mailto:sekretariat@flam.lu)

3, route d'Arlon • L-8009 Strassen • Tel.:+352 - 49 66 11 • Fax: +352 – 49 66 10

## **Autorisation Parentale**

Je soussigné(e) ..... autorise mon fils / ma fille .....  
..... à faire acte de candidature au Sports-Etudes.

Signature :

## **Visa du Club**

Je soussigné(e), ....., Président/Entraîneur du Judo Club  
..... déclare avoir pris connaissance de la candidature de .....  
.....

Signature :