

PÔLE ESPOIRS DE BRETAGNE

DOJO RÉGIONAL, 1 ALLÉE PIERRE
DE COUBERTIN RENNES 35200



FRANCE
JUDO

PÔLE ESPOIRS
BRETAGNE

TABLE DES MATIÈRES

1

Présentation

2

L'équipe

3

Suivi médical

4

Scolarité

5

Entraînements

6

Compétitions et stages

7

La sélection



Présentation.

Le Pôle Espoirs est une structure d'entraînement d'accession au haut niveau labellisée dans le projet de performance fédéral France Judo. Son rôle est de soutenir les clubs dans la formation et la préparation des judokas aux contraintes et exigences du haut niveau. La structure peut accueillir des judokas des catégories minime à junior afin de leur proposer les meilleures conditions d'entraînement dans leur double projet (sportif et scolaire).

L'encadrement est assuré, lors des entraînements, stages et tournois, par des enseignants tous titulaires du diplôme d'état d'éducateur sportif et membres de l'équipe technique régionale validée par la Direction Régionale Académique de la jeunesse, de l'Engagement et du Sport.



L'équipe technique.

**Thibaut
CELLIER**



**Responsable du
Pôle Espoirs**

Entraîneur principal

**Mickaël
DUBOIS**



**Entraîneur/coach
adjoint**

**Cédric
ROUDOT**



**Préparateur physique et
intervenant le lundi &
mercredi**

**Margaux
POYARD**



**Directrice
Technique Régionale**

**Intervenante
ponctuelle**

**Franck
ROBERT**



**Responsable des
premières années et
intervenant ponctuel**

**Kilian
COLLET**



**Équipe technique et
intervenant**

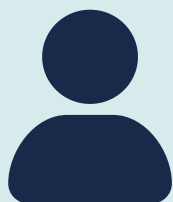
**Erwan
GUIGO**



**Équipe technique et
intervenant**

Suivi médical.

Au sein du Pôle Espoirs de Bretagne, la santé des judokas est considérée comme la priorité essentielle : protéger l'intégrité physique et morale des athlètes. Un accompagnement médical complet est mis en place afin d'assurer un suivi régulier, individualisé et adapté à chacun. Cette organisation permet de prévenir les blessures, d'optimiser la récupération et de veiller à l'équilibre physique et mental des jeunes judokas tout au long de leur parcours au sein du pôle.



DR. MÉNARD
Médecin référent

Suivi traumatologies sur la
Polyclinique St Laurent
(membre de la commission
médicale de France Judo)



KINÉ & OSTHÉO



ALEX HAUTFORT
Kinésithérapeute référent

Présence à l'entraînement
tous les mardis

Suivi kiné sur un cabinet à
proximité des 2 lycées

Camille COMMEUREUC
Guillaume SALLOU



CLÉMENT MARI GERNIE
Osthéopathe référent

Présence à l'entraînement
tous les jeudis



DIÉTÉTIQUE
Coralie Vaugeois

- Possibilité de mise en relation avec diététicienne et psychologue du sport
- Sensibilisation à la diététique et prise de taux de masse grasse (1 fois par an)



SENSIBILISATION

- Sensibilisation alerte aux dérives, aux violences (bizutage, harcèlement...)
- Sensibilisation féminine à la gynécologie dans le sport avec Dr.Duros et Dr.Isly
- Sensibilisation à la préparation mentale individualisée avec une spécialiste Gaëlle DESMARETS



Scolarité.

Les filières générales, technologiques et professionnelles sont disponibles sous réserve d'acceptation du dossier scolaire par la commission pédagogique des établissements.

Des enseignants référents assurent la correspondance avec la structure pour chaque école. Les chefs d'établissement et le responsable de la structure attachent une attention toute particulière à la réussite scolaire indispensable au bon épanouissement de chacun.

Les établissements scolaires partenaires.



**COLLÈGE ANNE DE
BRETAGNE**



15 rue Martenot - 35000 Rennes



02 99 63 19 45



Coût approximatif de l'internat : 1600 €



Transport : déplacement en minibus assuré
par un salarié de la ligue



LYCÉE DE BRÉQUIGNY



**LYCÉE DE SAINT MARTIN
(QUARTIER STE GENEVIÈVE)**



Avenue Georges Graff - 35000 Rennes



02 99 86 82 00



Coût approximatif de l'internat : 1600 €



Transport : lycée voisin du dojo



14 rue de Gingené - 35000 Rennes



02 99 65 10 08



Coût approximatif de l'internat : 5000 €



Transport : 10min en bus (abonnement au réseau
STAR remboursé par la ligue de Bretagne)

Planning des entraînements

de la semaine

Lundi

17h15 / 18h45 :
Entraînement judo

Mardi

8h30 / 9h30 : **Préparation
physique**

18h00 / 18h45 : **Travail
technique individualisé**

18h45 / 20h45 :
Entraînement judo

Mercredi

14h30 / 16h30 :
Entraînement judo

16h30 / 17h30 : **Travail
technique individualisé**

Jeudi

8h30 / 9h30 : **Préparation
physique**

18h00 / 18h45 : **Travail
technique individualisé**

18h45 / 20h45 :
Entraînement judo

Vendredi

10h30-11h30 :
Préparation physique

**Retour en club
obligatoire**



Compétitions & stages.

Le pôle assure un accompagnement complet de ses athlètes lors des compétitions et championnats nationaux, grâce à une programmation d'entraînements individualisée et à un suivi coaching personnalisé en situation de compétition.

L'encadrement des judokas s'inscrit dans une continuité, de l'entraînement à la compétition, jusqu'à l'après-compétition, avec notamment la possibilité d'analyses vidéo des combats.

Le pôle s'engage également aux côtés des clubs afin de contribuer pleinement au développement des athlètes et de les accompagner vers le plus haut niveau.

Compétitions

- Tournois labellisés de la région (un Label excellence & 2 Label A & un Label régional)
- 2 tournois excellence des régions voisines (Pays de Loire & Normandie)

Sur sélection :

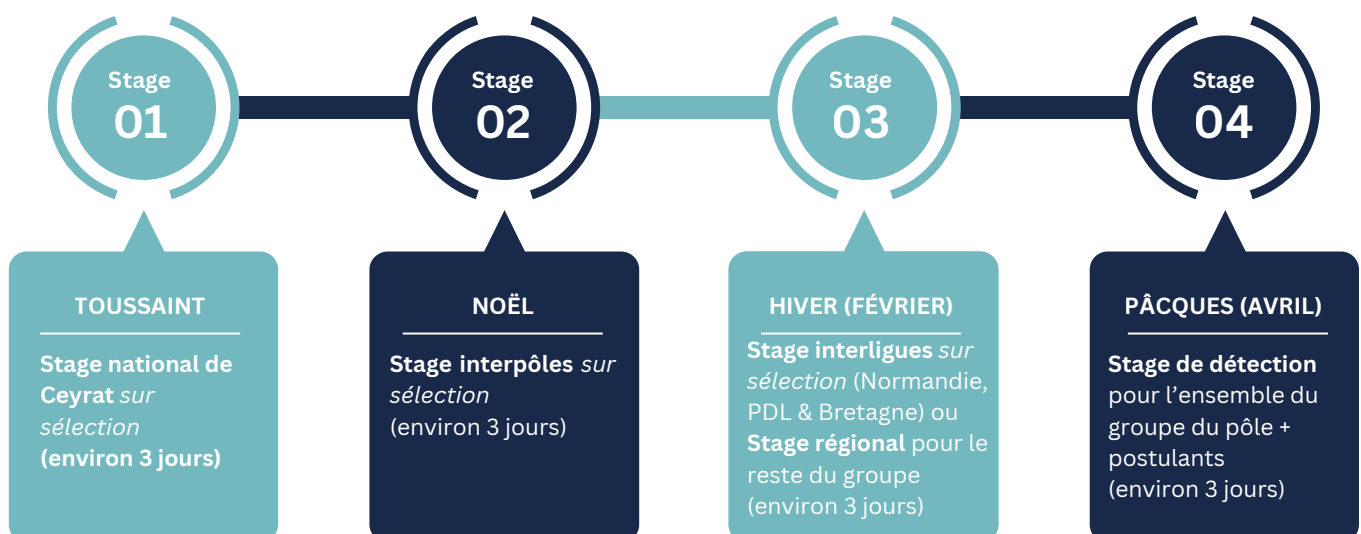
- Déplacement à deux tournois excellence (Nouvelle Aquitaine & Auvergne Rhône Alpes) et sur le tournoi super excellence.

Participation financière supplémentaire de 30€ (hébergement, repas, déplacement)

Frais d'inscription annuel entre 200 et 250€

Ces frais participent au financement des coûts de fonctionnement de la structure

Stages



Participation financière supplémentaire de 70€ (hébergement, repas, déplacement) pour tous les stages.

La sélection

La sélection se déroulera lors d'un **stage**, programmé du **lundi 13 au mercredi 15 avril 2026**, au **centre régional des arts martiaux de Ploërmel**.

A cette occasion, les candidats sont soumis à des tests physiques et techniques qui permettront l'évaluation de leur niveau, de leur potentiel, mais aussi de leur aptitude à la vie en collectivité.

Suite à ce stage, les judokas retenus sportivement seront orientés sur les établissements scolaires par l'équipe technique, en fonction des places disponibles sur les internats.

La validation sera officialisée après le passage du dossier scolaire en commission pédagogique.

Candidature pour la rentrée 2026 / 2027 :

Tous les judokas licenciés à la FFJDA minimes et cadets peuvent candidater.

Inscription à compléter via le formulaire google form (QR code sur le document ou lien sur le site de la ligue de Bretagne de Judo).

Les dossiers de candidature sont à remplir sur le site de la ligue de Bretagne de Judo via le lien google form.

La date limite de candidature est fixée au 10 mars 2026. Après réception des informations, nous enverrons une convocation pour le stage.

