

## **Quels sont les catégories d'âge et de poids au Judo ?**

Dans le but de garantir des conditions équitables pour tous les compétiteurs, les judokas sont classés en compétition en fonction de deux critères essentiels : leur catégorie d'âge et leur catégorie de poids.

### *Catégories d'âges (Saison 2024-2025)*

<b>Catégories</b>	<b>Années de naissance</b>	<b>Age indicatif</b>
Eveils	2019-2020	4-5
Mini Poussins	2018-2017	6-7
Poussins	2016-2015	8-9
Benjamins	2014-2013	10-11
Minimes	2012-2011	12-13
Cadets	2010-2009-2008	14-15-16
Juniors	2007-2006-2005	17-18-19
Seniors	2004 et avant	20 et plus



Les catégories de poids au judo sont essentielles pour garantir une compétition équitable, tout en prenant en compte le sexe des athlètes. Chaque judoka est classé dans une catégorie en fonction de son poids et de son sexe, allant des poids les plus légers aux plus lourds, pour permettre des compétitions équilibrées et passionnantes axées sur la technique plutôt que sur la force brute.

Il existe au Judo en 1re division (catégorie « élite ») 7 catégories de poids masculines et 7 catégories féminines :

- *Chez les hommes : – 60 kg, – 66 kg, – 73 kg, – 81 kg, – 90 kg, – 100 kg, + 100 kg.*
- *Chez les femmes : – 48 kg, – 52 kg, – 57 kg, – 63 kg, – 70 kg, – 78 kg, + 78 kg.*

## *Les catégories de poids :*

### Masculin

<b>Benjamins</b>	<b>Minimes</b>	<b>Cadets</b>	<b>Juniors</b>	<b>Seniors</b>
-30 kg	-34 kg	-46 kg	-55 kg	-60 kg
-34 kg	-38 kg	-50 kg	-60 kg	-66 kg
-38 kg	-42 kg	-55 kg	-66 kg	-73 kg
-42 kg	-46 kg	-60 kg	-73 kg	-81 kg
-46 kg	-50 kg	-66 kg	-81 kg	-90 kg
-50 kg	-55 kg	-73 kg	-90 kg	-100 kg
-55 kg	-60 kg	-81 kg	-100 kg	+100 kg
-60 kg	-66 kg	-90 kg	+100 kg	
-66 kg	-73 kg	+90 kg		
+66 kg	+73 kg			

### Féminin

<b>Benjamins</b>	<b>Minimes</b>	<b>Cadettes</b>	<b>Juniors</b>	<b>Seniors</b>
-32 kg	-36 kg	-40 kg	-44 kg	-48 kg
-36 kg	-40 kg	-44 kg	-48 kg	-52 kg
-40 kg	-44 kg	-48 kg	-52 kg	-57 kg
-44 kg	-48 kg	-52 kg	-57 kg	-63 kg
-48 kg	-52 kg	-57 kg	-63 kg	-70 kg
-52 kg	-57 kg	-63 kg	-70 kg	-78 kg
-57 kg	-63 kg	-70 kg	-78 kg	+78 kg
-63 kg	-70 kg	+70 kg	+78 kg	
+63 kg	+70 kg			