

La charte du lutteur

LA CHARTE

J'ai des devoirs :

je dois respecter le règlement

je dois respecter l'arbitre

je dois me comporter correctement

je ne dois pas faire mal ni faire semblant d'avoir mal

je ne dois pas tricher

Pour gagner, je dois mettre mon adversaire aux tapis

JE SUIS UN LUTTEUR

DU LUTTEUR

J'ai des droits :

je peux me déplacer tout le tatami

je peux tenir l'adversaire par les épaules

je peux faire tomber mon adversaire

je peux pousser

je peux tirer

je peux retourner mon adversaire sur le dos

je peux faire sortir mon adversaire du tatami

RESPECTUEUX



Écoles USEP de Montluçon

L. Pergaud

Voltaire

J. Moulin

2006-2007