



Organisation de la Journée Féminine Judo

1. Définition des objectifs et du public cible

Message central

- Valoriser le sport amateur féminin comme levier d'égalité et d'engagement.
- Venir découvrir la pratique du judo, self défense avec une copine licenciée à France Judo
- Encourager l'implication des femmes dans les clubs : encadrement, bénévolat, arbitrage, communication.

Public cible :

Nombre 80 personnes

- Parents de jeunes sportives
- Jeunes féminines licenciées à partir de minimales 2 et invitées.
- Enseignantes, éducatrices, entraîneuses
- Bénévoles et dirigeantes
- Associations féminines : APEX et SOROPTIMIST
- Clubs du département

2. Organisation logistique

Déroulé proposé : Dimanche 12 avril 2026

- 9h30 : Accueil café
- 10:00 Mot d'ouverture : Morgane MOLAS
- 10h15 : Echauffement : Taïso : Silvia PLACE
- 10h30 : Atelier de pratique :
 - Apprentissage de la chute et amener au sol : Emilie LAPLANCHE
 - Self défense : Eric BOCCAND
- 11h30 : Mondo :
- 11h45 : Apéritif
- 12h30 : Fin

Intervenants : Enseignantes (voir avec Emilie LAPLANCHE et Silvia PLACE) et enseignant (Eric BOCCAND), éducatrices, bénévoles féminines.