



PROGRAMME DU VENDREDI 03/05/2024

- **18h00-18h30 : Accueil de tous les judokas**
 - A partir des Benjamins (2013 et avant), porteurs d'un handicap de type déficience intellectuelle, visuelle ou auditive :
 - les judokas déjà licenciés, à la FFJDA ou à une Fédération agréée (FSGT, FFSA), qui souhaitent participer ;
 - les futurs judokas, non licenciés encore, porteurs d'un même type de handicap, qui souhaitent venir essayer le judo à cette occasion ; merci à eux d'arriver vers 18h00, pour l'essayage et le prêt du kimono.
 - Judokas adultes et jeunes, licenciés à partir des Benjamins, dits « valides », désirant partager l'entraînement
- **18h30-18h45 : échauffement collectif**
- **18h45-19h45 : découverte en ateliers, parmi lesquels**
 - 1 atelier fixe : atelier initiation
 - 4 ateliers tournants :
 - 1 atelier art-thérapie
 - 1 atelier animé par Julien GRAVE, enseignant non voyant
 - 1 atelier technique
 - 1 atelier combats au sols ludiques
- **19h50-20h20 : animations**
 - animation sportive, pour les judokas déjà licenciés inscrits, né(e)s en 2009 et avant (cf page 2)
 - certains ateliers pourront poursuivre (exemple art-thérapie)
- **20h20-20h30 : remise des récompenses et fête finale**
- **20h30-22h30 : Paramondo Pizza Party : partage et échanges**
dans la Salle Polyvalente avec tous les participants et partenaires :
 - interventions de plusieurs athlètes, « ambassadeurs de l'inclusion » : comment sont-ils allés au bout de leurs rêves et quels conseils donner aux parasportifs présents ?
 - Sur le principe du « close up », un animateur fera participer la salle



REGLEMENT DE L'ANIMATION SPORTIVE DU 03/05/24

- **18H00-19h50 : inscriptions sur place pour l'animation sportive**
 - A partir des adultes né(e)s en 2009 et avant, déjà licenciés
 - Et ayant participé à Paramondo dans son ensemble, dès 18h30
 - Regroupement au mieux, par sexe et groupes morphologiques
 - Possibilité d'inscrire des judokas valides qui jouent le jeu
- **19h50-20h20 : animation NE WAZA**
 - Départ 1 genou relevé au choix et en garde classique, droite ou gauche
 - Durée des combats 1'30 ; si égalité au terme du combat, décision selon l'attitude dans les 30 secondes supplémentaires
 - Barème de points (pas de limite) :
 - 2 points :
 - pour 5 sec d'immobilisation
 - si le partenaire abandonne
 - 1 point :
 - pour une immobilisation de moins de 5 sec (1)
 - pour un retournement ou renversement (2)
 - pas de cumul entre (1) et (2)
 - Pause conseils de 30 sec
 - Pause eau et conseils à mi-combat (45 sec)
 - Si chacun des deux a un coach, l'arbitre ne conseille pas
 - Si un seul a un coach, l'arbitre conseille l'autre
 - Si aucun n'a de coach, l'arbitre conseille les deux
 - Aucune pénalité, uniquement de la prévention et de la pédagogie
 - Interdictions identiques à celles des plus jeunes, notamment
 - Interdiction des saisies au cou avec contrainte cervicale
 - pas d'étranglements ni clés
 - L'arbitre unique désigne le vainqueur à la fin du combat ; en cas de décision il peut consulter les bénévoles de la table
 - Des secouristes seront présents
- **20h20-20h30 : remise de récompenses et fête finale** (seuls les judokas en situation de handicap seront récompensés)