

PROGRAMME PARAMONDO DU VENDREDI 02/05/2025

• 17h30-18h15 : table ronde, en Salle Polyvalente

- **Créer sa structure parajudo :**
 - témoignages des clubs présents : comment ont-ils fait ?
 - difficultés et freins
 - satisfactions obtenues
- **Proposer le judo en structure d'accueil :**
 - Témoignages des directeurs, éducateurs de foyers de vie ou autres structures d'accueil
 - Changements observés chez les résidents, dans leur structure d'accueil, au quotidien

• 18h15-20h25 : partie sportive, en Salle de Sports

• 18h15-18h30 : Accueil de tous les judokas

- A partir des Benjamins (2014 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

• 18h45-19h30 : ateliers tournants animés, séquences de 15 minutes

- 1 atelier chutes, à confirmer
- 1 atelier Boccia, à confirmer + à voir le lieu
- 1 atelier animé par Julien GRAVE, enseignant non voyant
- 1 atelier technique debout, animé par Natalina LUPINO, médaillée Olympique et Championne du Monde, Marraine de PARAMONDO
- 1 atelier technique sol, animé par Franck WAROQUIER, Champion du Monde de Ne Waza

• 19h30-19h45 : combats au sol ludiques pour tous

• 19h50-20h20 : animations

- animation sportive, pour les judokas déjà licenciés inscrits, né(e)s en 2010 et avant (cf page 2)
- ⇨ certains ateliers pourront se poursuivre (exemple Boccia à confirmer)

• 20h20-20h25 : fête finale

• 20h30-22h30 : Paramondo Party, en Salle Polyvalente

- Podiums & remise des médailles de l'animation sportive
- Hamburger party avec L'Etoiline Foodtruck
- **21h00 : spectacle de magie, avec Charly POTTER et Louise (durée 45'), offert à tous les participants de PARAMONDO**, acteurs ou spectateurs

REGLEMENT DE L'ANIMATION SPORTIVE DU 02/05/2025

● 18H15-19h45 : inscriptions sur place pour l'animation sportive

- A partir des adultes né(e)s en 2010 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 (phases de MATTE comprises) ; si égalité au terme du combat, décision selon l'attitude dans les 30 secondes supplémentaires
- Barème de points :
 - 2 points :
 - pour 5 sec d'immobilisation
 - si le partenaire abandonne
 - 1 point : pour une immobilisation de moins de 5 sec (1)
 - Le 1^{er} arrivé à 5 points = victoire, le combat s'arrête

(pas de point pour un retournement ou renversement non suivi par une immobilisation)

- Pause conseils de 30 sec
 - Pause conseils à mi-combat
 - 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

● 20h30 : podiums et remise des médailles dans la Salle Polyvalente