



Programme prévisionnel de l'évènement
« Au bonheur des dans »
7 mai 2023 - Centre National d'Entraînement FFKDA
34170 Castelnau Le Lez

9h00 : Accueil des intervenant(e)s par les élèves de l'école **KEYCE Académy**

10h00 : Accueil du public et présentation du plan de féminisation de la FFKaraté par Pierre DELPEYROUX, Président de la ligue Occitanie de Karaté et des Disciplines Associées et du Directeur Technique Régional Pierre LLAVES

10h15 : Lancement des ateliers de découverte et d'initiations

11h00 : **1^{re} table ronde** : « *faire le lien entre la pratique des arts martiaux et la lutte contre les violences faites aux femmes* ».

Intervention de l'association « **Fight for Dignity** » dont la fondatrice est Laurence Fischer, multiple Championne du monde de karaté. (*En attente de confirmation*)

Accompagnée des témoignages des intervenantes des ateliers :

- **Nadia Dumont** (Karaté Santé)
- **Sophie Foucher** (Wushu)
- **Sarah Nguyen** (Arts martiaux vietnamiens)
- **Karine Manca** (Krav Maga)
- **Sandra Rollet** (Karaté défense training)

11h45 : Démonstrations

- **Léa Severan** membre du Collectif France Espoir kata
- **Sarah Nguyen** ceinture noire 5^e Dang style Thanh long
- **Sophie Foucher** Instructrice 3^e Dan Vainqueur du championnat National et l'Open de France Taiji quan 2023.

Photos avec les intervenantes, et remise de cadeaux (goodies ffk, tee-shirt,..)

12h15-13h15 : Pause déjeuner (Food Truck sur parking du CNE)

13h30 : Reprise des ateliers

14h30 : Démonstrations Equipe de France Karaté + Para Karaté :

- **Virginie Ballario** athlète kata fauteuil, Internationale Vice-Championne du monde 2022 (Dubai) et médaille de bronze au Championnat d'Europe 2023 (Guadalajara)



- **Léa Severan** membre du Collectif France Espoir kata.
- **Anne Goudenove** ceinture noire 4^e dan, membre de la commission nationale para karaté, instructrice et créatrice d'un atelier langue des signes.

15h00 : **2^e table ronde** : « *les Arts Martiaux, un moyen d'épanouissement pour la femme et l'incidence de leur pratique au quotidien dans le parcours de vie* »

Témoignages :

- **Virginie Ballario** athlète Kata fauteuil niveau international.
- **Léa Severan** membre du Collectif France Espoir kata
- **Sarah Nguyen** professeure d'Université Toulouse, ceinture noire 5^e Dang style Thanh long.
- **Nadia Dumont** professeure de karaté, ceinture noire 6^e dan, ancienne athlète de haut niveau en kata, praticienne en shiatsu de karaté, fondatrice de la méthode M.IND (Métissage interdisciplinaire)
- **Sophie Foucher** instructrice 3^e dan, vainqueur du championnat, responsable régionale des grades Wushu en Occitanie

15h45 : Reprise des ateliers

16h30 : Résultats de la tombola pour gagner des places gratuites cinéma Pathé Montpellier et photos avec les intervenantes de la journée.

17h00 : Fin de journée

(Cette planification est susceptible de modifications)