

COMPTE-RENDU

LE TOUR ADJIMÉ

DU 6 AU 21 FÉVRIER 2016

S É N É G A L



ST LOUIS
GANDON

NDIOUM

DAKAR
(GUEDIAWAYE)

LA SOMONE
M'BOUR

TOUBACOUTA



ZIGUINCHOR





SOMMAIRE

- 1 Organisation prévisionnelle**
 - Communication
 - Objectifs du tour
 - Objectifs par site
- 2 Actions réalisées par site et date**
- 3 Coût de l'action**
 - Au total
 - Par site
- 4 Bilans**
 - Retour stagiaires
 - Retour expert
 - Retour interne
 - Mot du Président



1 ORGANISATION PRÉVISIONNELLE

Communication extérieure

Voir l'affiche en couverture, celle-ci a été transmise sur les pages Facebook des deux associations : Adjimé et AS Douanes ainsi qu'à la Fédération Sénégalaise de Judo.

Objectifs du Tour

- Ouvrir les Dojo AS Douanes/Adjimé.
- Rencontrer les acteurs locaux (élus, responsables des lieux d'implantation des différents Dojo).
- Présenter l'association Adjimé par le biais de Stéphane Lucas, Président.
- Présenter la Coordinatrice du Tour Adjimé, Mme Anne-Laure Cowe, afin d'accompagner les débuts des processus administratifs et logistiques.

Objectifs par site

- Consolider les rapports avec les professeurs de chaque Dojo.
- Visiter individuellement les lieux d'implantations.
- Évaluer les besoins.
- Évaluer la marge de progression du nombre de Judoka dans le club.



2 ACTIONS RÉALISÉES PAR SITE ET DATES

Arrivée à Dakar le vendredi 5 février 2016 à 23h.

Départ de Dakar le samedi 6 février, après avoir loué un véhicule, une 1^{re} escale à La Somone (reprise de contact avec Atou Gueye, responsable du Dojo de la Somone.

Départ le dimanche matin pour Toubacouta à 8h.

Toubacouta

Dimanche 7 février 2016

Visite du président Adjimé sur le site.

- Prise de photographies.

Départ le lundi 8 février à 7h pour traverser la Gambie, direction la Casamance en compagnie de Omar Coly, professeur de Judo en Casamance et membre Adjimé. Arrivée à Badiama 17h.

Badiama – Casamance

Lundi 8 février

Accueil par les personnalités du village et visite du Dojo situé dans une des classes du collège.

- Présentation de l'association Adjimé par Stéphane Lucas.
- Démonstration de l'école de Judo (environ 70 élèves sur 20 m² de tapis).
- Mondo avec les parents d'élèves et les élèves.

Kartiack – Casamance

Mardi 9 février

Présentation de l'association Adjimé par Stéphane Lucas.

- Cours technique combattants dirigé par Stéphane LUCAS, étude sur Te waza (ippon séoi nage, placement, éducatifs, kumi kata) et liaison debout/sol, randori.
- Public constitué de 30 combattants.

Ziguinchor – Casamance

Mercredi 10 février

Visite du président Adjimé sur le site du Dojo

- Présentation de l'association Adjimé par Stéphane Lucas.
- 2 cours dirigés par Stéphane Lucas.
 - > 1 cours initiation au Ne-Waza pour un groupe 25 enfants.
 - > 1 cours technique Ashi-Waza pour un groupe de 25 adultes.
- Prise de photographies.

Départ en ferry de Ziguinchor pour Dakar le jeudi 11 février.

Arrivée à Dakar le vendredi 12 février pour ouvrir le Stage de Formation Continue à 10h.

Dakar

Vendredi 12 au dimanche 14 février

Stage de Formation

Stage ouvert aux Educateurs et Judoka membres Adjimé, AS Douanes, FSJDA- Salle du Point E. Organisation et logistique générale : Anne-Laure Cowe
Intervenants : Stéphane Lucas et Anne-Laure Cowe.

THÈMES

Stage de perfectionnement technique et pédagogique

- **Ne-Waza** – le matin : approche technique et pédagogique dans différentes situations d'attaques et de défenses.
- **Tachi-Waza** – l'après-midi : approche technique et pédagogique des différents Ashi Waza.

OBJECTIFS

Enrichir et approfondir les contenus et les processus d'apprentissages, renforcer les compétences sur le plan technique et pédagogique.

PUBLIC

Éducateurs et Judoka : Association Ajimé /AS Douanes/FSJDA

PROGRAMME

Vendredi

- 9h30 : accueil des stagiaires, petit déjeuner et présentation du programme.
- 10h-12h : Ne Waza (étude sur uke en position quadrupédique).
- 12h30 : pause déjeuner, repas sur place.
- 15h30-17h30 : Tachi Waza (étude sur Ashi Waza).

- 17h30-18h : Mondo sur le contenu de la journée
- 18h30-19h30 : Randori

Samedi

- 9h30 : petit déjeuner
- 10h-12h : Ne Waza (étude sur uke entre les jambes de Tori)
- 12h30 : pause déjeuner, repas sur place
- 14h à 15h : **RÉUNION** dans les bureaux de la FSJDA.

OBJET : rencontre et coordination du partenariat entre la FSJDA et Adjimé.

ETAIENT PRÉSENTS :

- > *Mr Babacar Wade, Président de la Fédération Sénégalaise de Judo et Discipline Associées ;*
- > *Mr Papys, Secrétaire général de la Fédération Sénégalaise du Judo et Discipline Associées ;*
- > *Mr Stéphane Lucas, Président de l'association Adjimé ;*
- > *M^{me} Anne-Laure Cowe, Coordinatrice Sénégal des actions Adjimé.*

- 15h30-17h30 : Tachi Waza (étude sur Ashi Waza)
- 17h30-18h : Mondo sur le contenu de la journée
- 18h30-19h30 : Randori

Dimanche

- 9h30 : petit déjeuner
- 10h-12h00 : Ne Waza (interaction sur les 2 positions déjà vues)
- 12h30 : pause déjeuner, repas sur place
- 14h30-15h30 : Mondo sur le contenu du stage et fin de stage.

Remise aux stagiaires d'un diplôme et d'un sac Adjimé pour Judogi.

Remise par :

- Mr Babacar Wade, Président de la Fédération Sénégalaise de Judo et Discipline Associées.
- Mr Stéphane Lucas, Président de l'association Adjimé.
- M^{me} Anne-Laure Cowe, Coordinatrice Sénégal des actions Adjimé.

Dakar

Lundi 15 février

Repos

Mardi 16 février, départ pour St Louis.
Location d'un véhicule pour se rendre à St Louis.

St Louis

Mardi 16 février

Accueil au Lycée Charles de Gaulle de St Louis par le Président de la Ligue du nord de Judo.

- Présentation de l'association Adjimé par Stéphane Lucas.
- 1 cours dirigé par Stéphane Lucas pour les 40 combattants venus de la Ligue de St Louis.
- Intervention technique sur les Ashi Waza (balayages, éducatifs, et les différentes liaisons debout/sol.
- Prise de photographies.

St Louis et Gandon

Mercredi 17 février

16h : Inauguration du dojo AS Douanes/ Adjimé en présence de la Directrice et des Professeurs du collège de Gandon.

- Présentation de l'association par Stéphane Lucas aux élèves.
- Discours de la Directrice.
- Discours de Mr Bilal Fofana, Professeur de Sport et de Judo.
- Discours du corps enseignant.
- Accompagnement des débuts des processus administratifs :
 - > Informations générales d'inscriptions au Dojo..
 - > Horaires des différents cours par groupe d'âge.
- Prise de photographie.

18h : Accueil à L'Université de St Louis par le Professeur de Judo et le responsable des sports.

- Présentation de l'association Adjimé par Stéphane Lucas.
- Discours du responsable des Sports de L'Université.
- 1 cours dirigé par Stéphane Lucas pour les 40 combattants venus de la Ligue de St Louis.
- Intervention technique sur la 1ère série du Nage No Kata ainsi que sur les Ashi Waza (balayages, éducatifs, et les différentes liaisons debout/sol.
- Prise de photographies.





Jeudi 18 février, départ de St Louis pour Dakar. Arrêt à Louga. Rendez-vous avec le vice-président de Union Sportive de Louga. Visite d'un éventuel Dojo AS Douanes/Adjimé.

Dakar

Jeudi 18 février

Après-midi repos.

*Vendredi 19 février,
départ pour La Somone.*

Somone

Vendredi 19 février

17h Rendez - avec Atou, Charles, Nilan Professeurs et responsables du Dojo AS Douanes/Adjimé.

- Inauguration du dojo AS Douanes Adjimé La Somone, présentation de l'association aux parents et aux élèves.
- Accompagnement des débuts des processus administratifs par Anne-Laure Cowe :
 - > Informations générales d'inscriptions.
 - > Horaires des différents cours par groupe d'âge.
 - > Signatures des différents documents de prêt de Judogi.
 - > Signature de la charte des éducateurs et des élèves.
- Mise en place d'un entraînement d'initiation conduit par Stéphane Lucas.
- Information sur la mise en place du soutien scolaire dans le cadre du club.
- Prise de photographies.

Dakar

Samedi 20 et Dimanche 21 février

Travail Administratif et réunions de synthèse pour Adjimé et AS Douanes avec Anne-Laure Cowe (Coordinatrice Sénégal de Adjimé), Stéphane Lucas (Président de Adjimé France), Sandrine Lemare Boly (Conseillère Adjimé Sénégal), Doudou Tamba (Comité Directeur de AS Douanes Judo).

Guediawaye

Lundi 22 février

10h Organisation générale et mise en place des processus administratifs par Anne-Laure Cowe.

- Signature de la convention Unies Vers'elle – Adjimé.
- Apport des judogi sur le site et distribution.
- Installation de la surface de tatami.
- Présentation du Professeur de Judo, Boubacar Sow.
- Inauguration de l'atelier judo Adjimé au sein de l'espace Yaakaari Guneyi
- Discours du président Adjimé.
- Discours du Responsable de l'espace Yaakaari Guneyi.
- Mise en place d'un entraînement initiation conduit par Stéphane Lucas et Maître Sow.
- Prise de photographies.

Et départ pour Paris...

3 COÛT DE L'ACTION AU TOTAL

Billet d'avion	Départ Brest/Paris/Dakar	545,83 CFA	839,00 €
Communication	Sacs, T-Shirt, Autocollants	219,00 CFA	336,92 €
Photocopies	Feuilles d'inscriptions, prêt de Judogi...	10,00 CFA	15,38 €
Transport	Location véhicule	420,00 CFA	646,15 €
	Essence	130,00 CFA	200,00 €
	Bateau/Place/véhicule (Ziguinchor)	78,00 CFA	120,00 €
Transport tatami	Sur les différents sites	20,00 CFA	30,60 €
Péage	Autoroute	8,40 CFA	12,92 €
Nourriture	Sur place	150,00 CFA	230,76 €
Hébergement	Sur place	131,00 CFA	201,53 €
Bac Gambie	Traversée	10,00 CFA	15,38 €
Visa Gambie	Traversée	39,30 CFA	60,46 €
TOTAL		1 760,53 CFA	2709,60 €

Moyenne du Coût par site

Visite des clubs partenaires et inauguration des Dojo AS Douanes Judo/Adjimé

TOUBACOUTA	CFA	Euro	Total CFA	Total Euro
Transport (vol, location, essence)	136,779 CFA	210,43 €		
Repas	15,600 CFA	24,00 €		
Hébergement	15,600 CFA	24,00 €		
Communication	21,950 CFA	37,33 €	189 929 CFA	292,19 €

KARTIACK	CFA	Euro	Total CFA	Total Euro
Transport (vol, location, essence)	136,779 CFA	210,43 €		
Repas	15,600 CFA	24,00 €		
Hébergement	15,600 CFA	24,00 €		
Communication	21,950 CFA	37,33 €	189 929 CFA	292,19 €

BADIAMA	CFA	Euro	Total CFA	Total Euro
Transport (vol, location, essence)	136,779 CFA	210,43 €		
Repas	15,600 CFA	24,00 €		
Hébergement	15,600 CFA	24,00 €		
Communication	21,950 CFA	37,33 €	189 929 CFA	292,19 €

ZIGUINCHOR	CFA	Euro	Total CFA	Total Euro
Transport (vol, location, essence)	136,779 CFA	210,43 €		
Repas	15,600 CFA	24,00 €		
Hébergement	15,600 CFA	24,00 €		
Communication	21,950 CFA	37,33 €	189 929 CFA	292,19 €



FORMATIONS : Pédagogique et Technique

ST LOUIS LYCÉE CHARLES DE GAULLE	CFA	Euro	Total CFA	Total Euro
Transport (vol, location, essence)	136,779 CFA	210,43 €		
Repas	15,600 CFA	24,00 €		
Hébergement	15,600 CFA	24,00 €		
Communication	21,950 CFA	37,33 €	189 929 CFA	292,19 €

ST LOUIS UNIVERSITÉ	CFA	Euro	Total CFA	Total Euro
Transport (vol, location, essence)	136,779 CFA	210,43 €		
Repas	15,600 CFA	24,00 €		
Hébergement	15,600 CFA	24,00 €		
Communication	21,950 CFA	37,33 €	189 929 CFA	292,19 €

GANDON	CFA	Euro	Total CFA	Total Euro
Transport (vol, location, essence)	136,779 CFA	210,43 €		
Repas	15,600 CFA	24,00 €		
Hébergement	15,600 CFA	24,00 €		
Communication	21,950 CFA	37,33 €	189 929 CFA	292,19 €

SOMONE	CFA	Euro	Total CFA	Total Euro
Transport (vol, location, essence)	136,779 CFA	210,43 €		
Repas	15,600 CFA	24,00 €		
Hébergement	15,600 CFA	24,00 €		
Communication	21,950 CFA	37,33 €	189 929 CFA	292,19 €



GUEDIWAYE	CFA	Euro	Total CFA	Total Euro
Transport (vol, location, essence)	136,779 CFA	210,43 €		
Repas	15,600 CFA	24,00 €		
Hébergement	15,600 CFA	24,00 €		
Communication	21,950 CFA	37,33 €	189 929 CFA	292,19 €

DAKAR STAGE DE FORMATION	Vendredi	Samedi	Dimanche	Total CFA	Total Euro
Transport (vol, location, essence)	136,779 CFA	210,43 €			
Repas	15,600 CFA	24,00 €			
Hébergement	15,600 CFA	24,00 €			
Communication	21,950 CFA	37,33 €		189 929 CFA	292,19 €



4 BILANS

Retour stagiaires :

Judo : Demande d'apprentissage du Nage no Kata.

Organisation : prévoir l'hébergement des stagiaires à l'avance.

Retour intervenant :

Grande assiduité des stagiaires, respect des horaires. Les élèves s'investissent beaucoup et n'hésitent pas à s'engager physiquement sur le tapis, le tout dans une ambiance détendue.

Retour interne :

Mieux prendre en compte les temps de voyage des stagiaires pour assister au stage.

Mot du Président :

Un Grand merci à tous nos partenaires et amis qui ont cru dans ce projet : les clubs de Judo par leurs dons, La ligue de Bretagne et son Président Jérôme Liot, et le Maire de Crozon, Daniel Moysan, sans qui nous n'aurions pas pu mener cette 1ère grande action.

3 ans de travail, mais au bout 5 Dojo ouverts, environ 400 enfants qui ont démarré le Judo dans de bonnes conditions (Professeur, salle, Tatami, Judogi).

Adjimé c'est une association constituée de passionnées de Judo, Notre devise est celle de Jigoro Kano « Entraide et prospérité mutuelle »

Nous avons besoin de vous pour notre prochaine action, le remplissage d'un container (tatami, Judogi, ceintures) pour octobre 2016.

STÉPHANE LUCAS



Rejoignez-nous !

CONTACTS

 **Association Adjimé-Partage Ta Passion**

Stéphane Lucas (président d'association)

06 63 96 82 60
sthblucas3@yahoo.fr

Anne Laure Cowe (coordinatrice Adjimé Sénégal)

00 221 78 292 84 60
lolottekoi@hotmail.com

Léa Buet (Coordinatrice Adjimé France)

06 13 67 50 65
buetlea@hotmail.fr