



LES MUAYBOXING75 KIDS DU 20EME EN ROUTE VERS LES CHAMPIONNATS

Subvention de la mairie de Paris :

Aider nos jeunes à accomplir des exploits lors de championnat de représentation afin de s'épanouir dans une discipline qui allie la rigueur, la confiance en soi et le respect





- ▶ Déplacement dans toute la France et Ile de France en vue de participer aux évènements et championnat
- ▶ Lutter contre les inégalités et donner la chance à tous.
- ▶ Favoriser le lien social et la cohésion de groupe et la mixité
- ▶ Apprendre à avoir confiance en soi et en les autres autour du sport et ne plus craindre de se défendre
- ▶ Transformer l'environnement social et relationnel des jeunes femmes et jeunes hommes par une écoute bienveillante et des actions mobilisatrices
- ▶ Contribuer à lutter contre toutes formes de violences physique et mental sur un public ayant besoin d'aide pour se construire (jeune subissant du harcèlement scolaire) ou se reconstruire pour les femmes et jeunes hommes ayant subi des violences physique et morale.

OBJECTIFS

Les membres de « Muay Boxing 75 » souhaitent apporter leur contribution

Autour du sport et surtout du self défense apprendre que se faire confiance s'est possible lorsque l'on sait se défendre.

Nous souhaitons mettre en place autour de l'initiation à la boxe thaïlandaise, le self défense, gérer son cardio, une forme du vivre ensemble durant un moment convivial, qui favorise l'échange, l'aide de l'estime de soi, de la confiance en soi et surtout du partage.

4 jours de cours par semaine à raison de 1h30 d'entraînement

Découverte des méthodes, de la discipline, et de la rigueur de la boxe thaïlandaise et du self défense.

Public visé filles et garçons de 6 ans à 25 ans.

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ PROPOSÉE


Entraînement des compétiteurs
3 à 4 fois par semaine sur 1H30.
Déplacement au niveau de
toute la France pour concourir
Être présent au gala
représentative
Participer au Interclub

2- ACTIONS PROPOSEES

Les entrainements

Les représentations au
niveau régionale de nos
jeunes issues de quartier
défavorisé

DÉROULÉ DU PROJET



LES ACTIONS

NOUS PROPOSONS 3 ACTIONS



**ENSEMBLE POUR
GAGNER**



3 POINTS ESSENTIELS

ENTRAINEMENT

CHAMPIONNAT

GALA

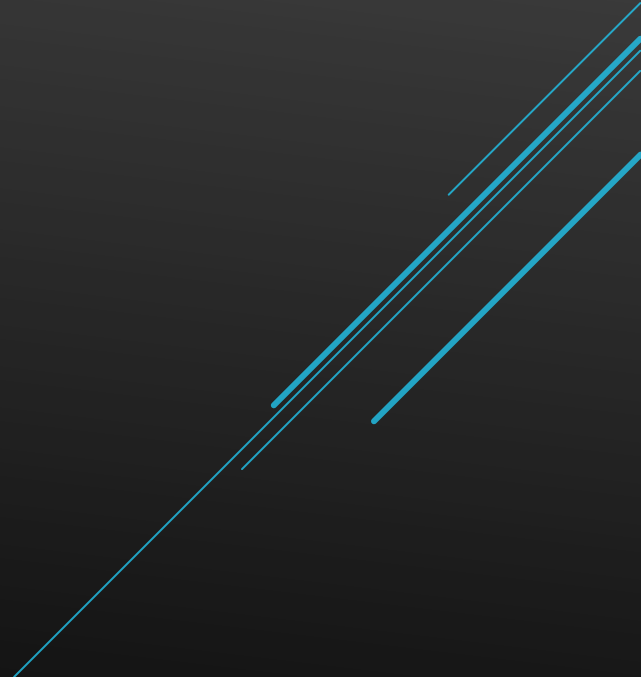
L'ENTRAÎNEMENT / LES CHAMPIONNAT

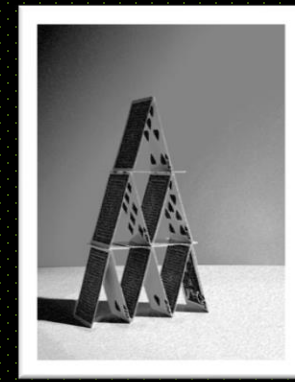
- ▶ **Attention et Interaction et écoute sans jugement**
- ▶ **- Créer un moment d'apaisement, prendre le temps de se (re)connaître, de se faire confiance, réapprendre à se parler.**
- ▶ **- Partager des idées, des préoccupations dans un cadre bienveillant,**
- ▶ **- Faire naître des projets, des envies à la fois individuelles et collectives**

- ▶ **Transmission et Inspiration**
- ▶ **Chercher des partenaires**
- ▶ **Rencontre sans discrimination**



L'ENTRAINEMENT

- ▶ **Ouverture, Confiance et Décharge énergétique**
 - ▶ **Sensibiliser le public au lien entre pratique physique et équilibre psychologique**
 - ▶ **Développer des séances d'entraînements adaptées au niveau des participantes**
 - ▶ **Valoriser les participantes qui participent régulièrement en appliquant les règles du savoir-être et du savoir-vivre du vivre ensemble.**
 - ▶ **Ouvrir un lieu pour que les gens se sentent à l'aise. On pense à ceux qui ne peuvent pas avoir accès à ce type de défense pour cause de manque d'argent mais pas que de peur du jugement.**
- 



Grâce au diagnostic terrain en amont et aux reporting réalisés tout au long de l'action, nous pourrons :

Elaborer un document riche en enseignements contributif et prospectif pour la politique jeunesse de la Commune.

Ouvert aux personnes après Evaluation

Ouverture aux personnes à la gende féminine, non-discrimination), nombre, âge, ..

- ▶ Age : 11/17 ans
- ▶ 18/25 ans
- ▶ 26/64 ans
- ▶ Sexe : femmes et jeunes filles



BILAN PUBLIC VISÉE PARTICIPATION

NOMBRE D'ADHERENT DU CLUB





NOS BESOINS

- ▶ Afin de pouvoir mener à bien notre projet nous aurions besoin de :
- ▶ **3** créneaux supplémentaire au DOJO
- ▶ **2** créneaux au niveau du gymnase couvert le mardi de 18H à 20H et le Mercredi de 20h 22h
- ▶ **3** créneaux à défaut du DOJO dans la salle de boxe.

Grâce au diagnostic terrain en amont et aux reporting réalisés tout au long de l'action, nous pourrons :

Elaborer un document riche en enseignements contributif et prospectif pour la politique jeunesse de la Commune.

Bénéficiaire : dans le respect des valeurs d'égalité et de fraternité de la République

Ouverture aux à la gente féminine, non-discrimination), nombre, âge, .

- ▶ Age : 6/17 ans
- ▶ 18/25 ans
- ▶ Sexe : mixte



BILAN /PUBLIC VISE

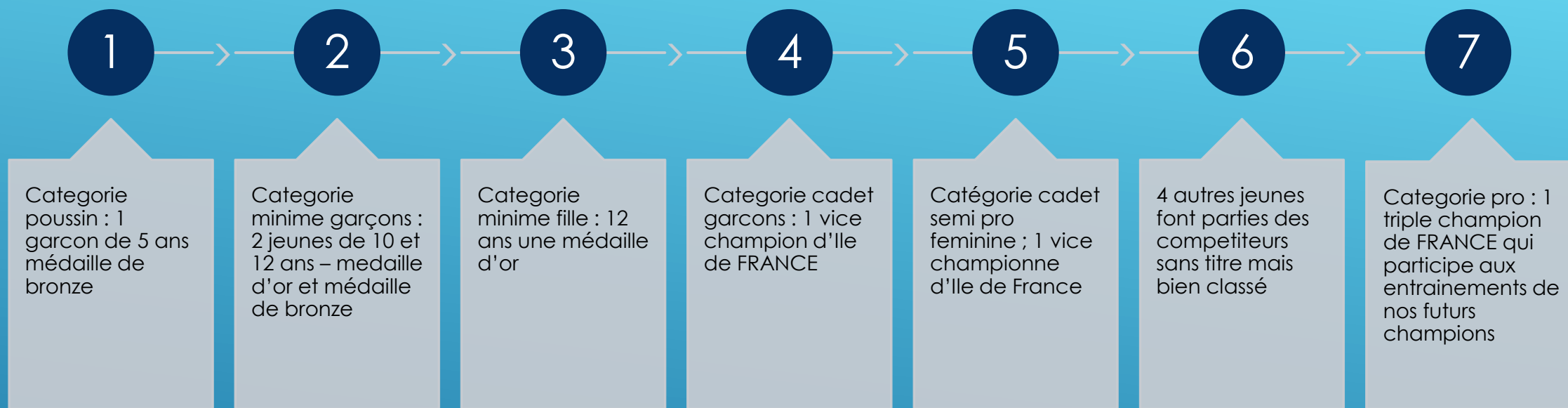


PARTENAIRE QUE NOUS SOUHAITONS FAIRE ADHÉRER À NOTRE PROJET

- ▶ Mairie avec la collaboration de l'adjoints au maire chargés du sport et du développement des quartiers du 20^{ème} : M EPARA



- ▶ Tous les jeunes qui sont passionné de sport et l'envie de gagner de se dépasser et surtout de prendre du plaisir à concourir.



BILAN COMPETITION 2023

DEVISE DE NOTRE ASSOCIATION



- **NOTRE ASSOCIATION A POUR BUT LE VIVRE ENSEMBLE DANS UN CLIMAT AGRÉABLE. L'ENSEIGNEMENT DE CET ART PERMETTRA UNE OUVERTURE AU DIALOGUE, AU PARTAGE DANS UN CADRE OUVERT À TOUS SANS JUGEMENT, SANS DISTINCTION.**
- **ON AIME NOTRE DISCIPLINE ET LE MAILLEUR MOYEN DE LE DIFFUSER ET D'EN FAIRE PART LES AUTRES.**
- **ON NE CHERCHE PAS À SAVOIR SE BATTRE MAIS À SE DEFENDRE ET AVOIR CONFIANCE EN SOI POUR NE PAS AVOIR PEUR DE L'AUTRE.**