

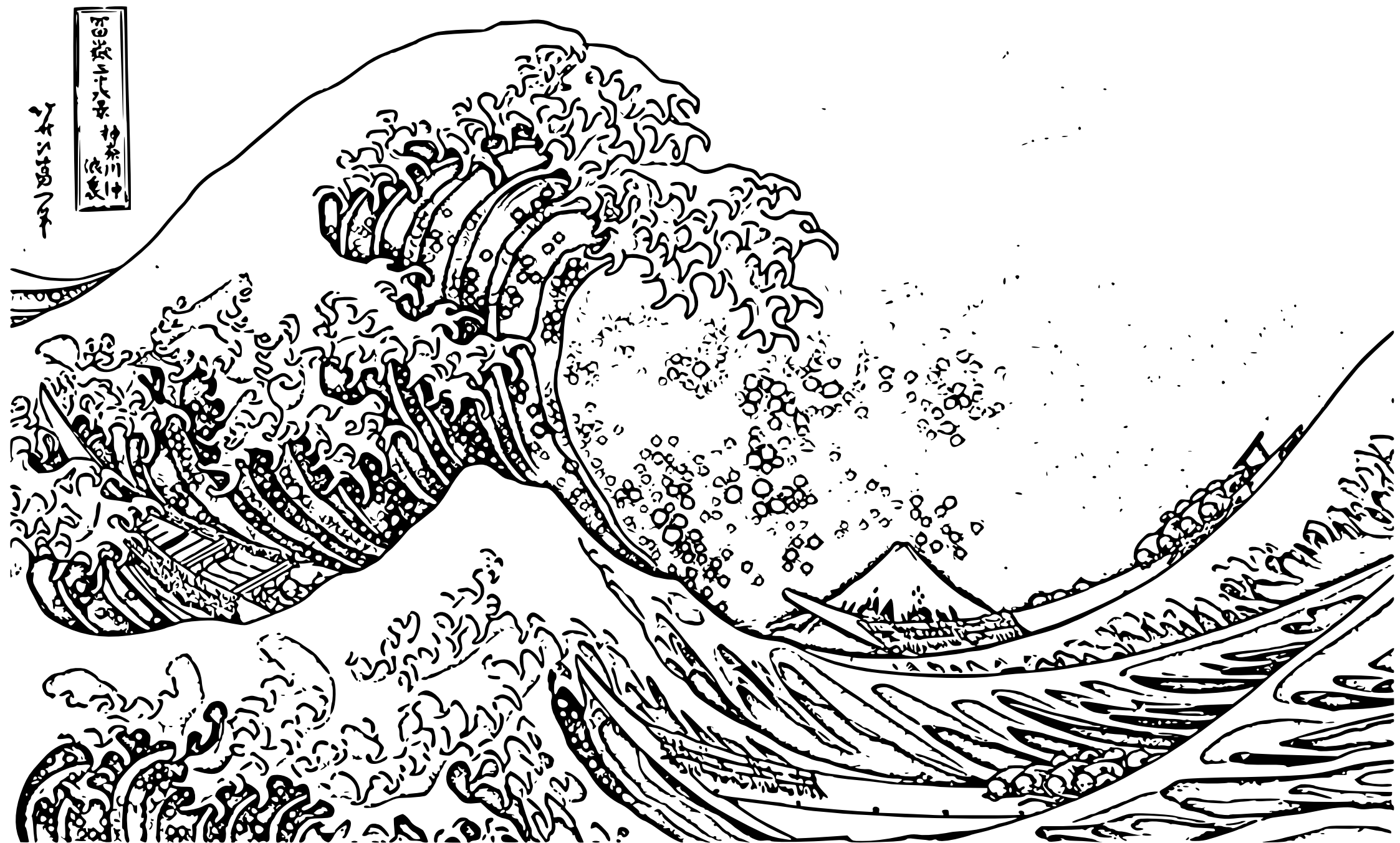
BREIZH
JUDO



JUDO ET
DISCIPLINES
ASSOCIÉES



Ligue de Bretagne Judo





À la fin du XIXe siècle, Jigoro Kano fonde le judo avec l'ambition d'aller au-delà d'un simple art martial. Pédagogue et visionnaire, il conçoit le judo comme un outil d'éducation et de développement personnel, mais aussi comme un moyen de contribuer à une société plus harmonieuse.

Au cœur de sa réflexion, Kano établit deux principes fondamentaux. Le premier, Seiryoku Zenyo, invite à la « meilleure utilisation de l'énergie », encourageant chacun à agir avec efficacité, intelligence et maîtrise de soi. Le second, Jita Kyoei, prône la « prospérité mutuelle », rappelant que le progrès individuel ne peut exister sans respect, entraide et bénéfice collectif.

Ainsi, le judo ne se limite pas à l'apprentissage de techniques de combat. Il propose une voie éducative et citoyenne, où la recherche d'équilibre, le respect de l'autre et la volonté d'améliorer la société occupent une place centrale. Plus qu'un sport, le judo s'inscrit comme un véritable art de vivre, dont les valeurs restent aujourd'hui universelles et profondément actuelles.

Judo

Art martial japonais basé sur la technique, le respect et le contrôle. Il développe l'adaptabilité, la force et la maîtrise de soi à travers des combats et des projections.



Jujitsu

Ancêtre du judo, c'est une discipline complète qui mêle projections, immobilisations, clés et atemis pour maîtriser un adversaire.

Self-défense

Apprentissage de techniques simples et efficaces pour se protéger face à une agression, tout en développant la confiance en soi et la maîtrise du stress.



Taïso

Activité de préparation physique issue du judo, accessible à tous. Elle combine renforcement musculaire, assouplissement et relaxation, sans contact ni chute.

La ligue en chiffres

Nombre de licenciés

30 073

4 459 (Côtes d'Armor-22)

7 618 (Finistère-29)

10 938 (Ille et Vilaine-35)

7 058 (Morbihan-56)

Nombre de clubs

267

43 (Côtes d'Armor-22)

64 (Finistère-29)

79 (Ille et Vilaine- 35)

81 (Morbihan-56)

Nombre d'enseignants

318

Nombre de ceintures noires

1 950

Les formations certifiantes proposées par la ligue

Formation bénévole

CAF

Le Certificat d'Animateur Fédéral est un diplôme qui permet à un **bénévole** d'animer des séances de judo au sein d'un club. La formation est courte, environ 3 à 5 jours.

Formation professionnelle

CQP

Le Certificat de Qualification Professionnelle autorise à encadrer le judo de façon occasionnelle. Il s'adresse souvent aux assistants qui souhaitent enseigner sous la responsabilité d'un professeur diplômé.

Ce que nous pouvons vous apporter

La Ligue de Bretagne de Judo est un organisme de formation certifié QUALIOPF et peut mettre son expertise au service du monde professionnel à travers des formations sur mesure, adaptées aux besoins des entreprises.

Nos intervenants diplômés proposent des ateliers dynamiques et accessibles à tous, alliant bien-être, cohésion et sécurité au travail.

Parmi nos interventions possibles, l'initiation à la self-défense permet d'apprendre à réagir avec calme et efficacité face à une situation de tension.

La prévention des chutes et la gestion de l'équilibre renforcent la confiance corporelle et réduisent les risques d'accident au quotidien.

Ces formations allient pédagogie, convivialité et esprit sportif, tout en véhiculant les valeurs fortes du judo : respect, contrôle de soi et entraide.

Les 3 principales thématiques

**Savoir
chuter**

**Self
défense**

**Taïso
santé**



BPJEPS

Le Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport permet d'enseigner le judo à titre professionnel. La formation dure environ 10 mois et est éligible à l'apprentissage.



Formation continue

La formation continue permet aux enseignants de judo de se perfectionner et d'enrichir leurs compétences tout au long de leur parcours.

Ces formations sont proposées sous forme de modules de 2 à 4 jours, centrés sur des thématiques précises : l'enseignement des éveils, le para-judo, l'apprentissage de la langue des signes, ou encore la prévention des chutes au quotidien.

Elles offrent l'opportunité de se former aux nouvelles pratiques et d'adapter son enseignement à tous les publics.



The background of the entire page is a black and white photograph of numerous Japanese lanterns (andon) hanging from a wooden structure. Each lantern is cylindrical with vertical ridges and features large, bold black kanji characters. The lanterns are arranged in a way that creates a sense of depth and repetition, with some in sharp focus and others blurred in the background.

Pôle Espoirs de Bretagne

Le Pôle Espoirs de Bretagne accompagne les jeunes judokas dans leur **double projet** : sportif et scolaire. Il leur offre un cadre d'entraînement de haut niveau tout en leur permettant de poursuivre leurs études dans les **meilleures conditions**.

Mais le Pôle ne se limite pas à la recherche de la performance. Il représente aussi un lieu d'**épanouissement** et de **formation humaine**, où chacun peut construire son **propre parcours**.

Certains athlètes visent la compétition de haut niveau, d'autres choisissent de devenir enseignants, arbitres, ou simplement de transmettre leur passion.

Le Pôle Espoirs valorise ainsi des parcours variés et intergénérationnels, montrant que le judo peut mener à de nombreuses réussites, sur et en dehors des tatamis.



Franck Robert,
51 ans

Conseiller technique
fédéral



Alix Tabore,
20 ans

Arbitre régionale et
étudiante



Tristan Esnaud,
28 ans

En formation BPJEPS
Judo

“

« Le Pôle Espoirs de Bretagne a marqué le début d'une longue aventure. Après mes années d'athlète, je suis devenu arbitre continental, ce qui m'a permis de voyager et de vivre des expériences inoubliables. J'ai ensuite eu la chance d'entraîner au Pôle avant d'occuper aujourd'hui le poste de conseiller technique fédéral du 56 et de la Ligue. »

”

“

« Le Pôle Espoirs de Bretagne m'a donné le goût de l'exigence et de la rigueur. Aujourd'hui, je poursuis mes études en STAPS tout en étant arbitre régionale. J'ai obtenu mon CQP et j'interviens ponctuellement comme prof dans mon club du Finistère. Transmettre à mon tour ce que le judo m'a apporté est une vraie fierté. »

”

“

« Passer par le Pôle Espoirs de Bretagne a été une étape décisive dans mon parcours. J'y ai appris à me dépasser et à croire en mes ambitions. Après un service civique à la Ligue et quelques mois passés au Japon, j'ai décidé de me lancer pleinement dans l'enseignement du judo. Le BPJEPS est pour moi la suite logique de cette passion. »

”

*Le judo ce n'est pas que de l'opposition.
C'est aussi....*

Le judo est une discipline **ouverte à tous**, quels que soient l'âge, le niveau ou les capacités. L'inclusion occupe une place essentielle : chacun peut progresser à son rythme et trouver sa place sur le tatami.

Le para-judo

Le **para-judo** permet aux personnes en situation de handicap de pratiquer dans un cadre adapté et bienveillant, favorisant l'**autonomie**, la **confiance en soi** et le **plaisir** du mouvement.



Le sport santé

Le **sport santé** s'adresse à un public plus large encore : **seniors**, **résidents d'EHPAD**, ou toute personne souhaitant entretenir sa forme. À travers des exercices adaptés, le judo aide à **prévenir les chutes**, à **améliorer l'équilibre** et à **maintenir le lien social**.



*Le code moral du judo
made in Breizh*

**La politesse – le premier lien
avec autrui**

Comme les marées qui s'inclinent devant la lune, le judoka salue avant chaque combat. Le respect rythme chaque échange, rappelant que la force naît d'abord de l'attention portée à l'autre.

**Le courage – faire face aux
tempêtes**

Sur les tatamis comme en pleine mer, il faut parfois braver les vagues. Le courage, c'est cette capacité à avancer quand le vent tourne, à ne jamais céder à la facilité.

**La sincérité – la transparence
d'une eau claire**

Dire les choses avec justesse, agir avec honnêteté : la sincérité éclaire les relations humaines.

L'honneur – tenir le cap

Un marin ne trahit pas sa promesse, un judoka ne renie pas sa parole. L'honneur, c'est ce fil invisible qui relie nos engagements à nos actes.

La modestie – la force tranquille

Le judoka apprend à rester humble, car chaque victoire appartient aussi à ceux qui l'ont aidé à grandir.

Le respect – la base du cercle

Sur le tatami, tout commence et tout se termine par un salut. C'est le cercle du respect — celui qu'on retrouve dans nos clubs, nos partenariats et nos communautés locales.

**Le contrôle de soi – la maîtrise
du vent intérieur**

Quand les rafales se lèvent, il faut savoir garder le cap. Le judo enseigne la maîtrise de ses émotions, la patience et la sérénité dans l'action.

**L'amitié – l'ancre de notre
communauté**

Des ports aux dojos, la Bretagne est terre de liens sincères. L'amitié, c'est ce qui nous relie, ce qui fait de chaque judoka un membre d'une grande famille.

Nos ambitions & nos projets

Animée par les valeurs éducatives et citoyennes du judo, la Ligue de Bretagne s'engage dans un développement durable et ambitieux de la discipline sur l'ensemble du territoire.

À travers ces projets, notre volonté est claire : structurer la pratique, accompagner la performance sportive, renforcer la formation et faire du judo un véritable levier d'inclusion sociale et territoriale.

Aux côtés de nos partenaires, nous souhaitons construire un judo accessible, performant et porteur de valeurs pour les générations présentes et futures.

Ambition 1

DÉVELOPPEMENT

Atteindre 35 000 licenciés dans la région en 2028

Créer 20 nouveaux lieux de pratique afin de favoriser l'accès au judo sur l'ensemble du territoire

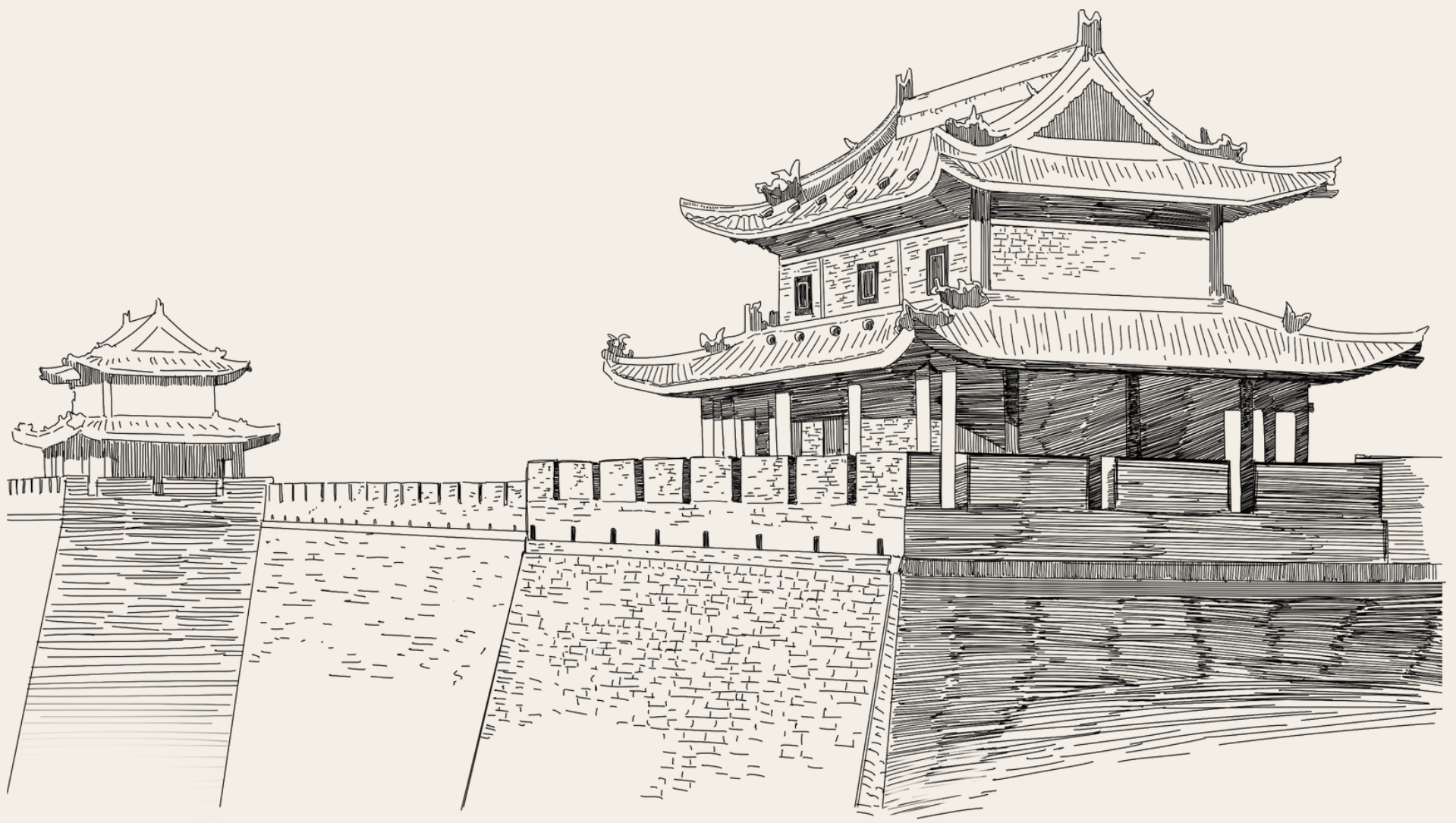
Ambition 2

SPORTIF

Obtenir 4 médailles nationales par saison sportive

Permettre la représentation d'au moins 2 athlètes bretons à l'international

Renforcer l'accompagnement vers les European Cups, grâce au développement de nouveaux partenariats financiers



Ambition 3

PROFESSIONALISER LA FORMATION ET LES CLUBS

Certifier 45 nouveaux enseignants en
2025

Développer la pluridisciplinarité en
proposant des modules spécialisés aux
enseignants (sport adapté, santé, self-
défense...) et renforcer la formation
continue

Favoriser l'insertion professionnelle en
s'engageant à accueillir chaque année
au moins un apprenti ou volontaire en
service civique

Ambition 4

RSE

Développer la pratique du judo dans les
zones rurales et quartiers prioritaires

Mettre en place des actions de formation
et de sensibilisation autour des violences
dans le sport (athlètes, bénévoles,
enseignants...)

Contribuer aux enjeux environnementaux
et sociétaux via des actions comme le
recyclage des judogis

Devenez partenaire

Sponsoring

Le sponsoring consiste à associer votre image à celle de la Ligue en échange de visibilité.

Votre marque peut apparaître sur nos compétitions régionales, affiches, tenues, ou encore sur nos supports digitaux et réseaux sociaux.

C'est une opportunité unique de **valoriser votre entreprise** tout en soutenant le sport, l'éducation et la cohésion sociale.

Mécénat

Le mécénat est un **don financier**, matériel ou en compétences, sans contrepartie commerciale directe.

Il ouvre droit à une **réduction d'impôt de 60 % pour les entreprises**.

Grâce à votre contribution, la Ligue peut développer des projets d'intérêt général :

- développement pour la pratique des personnes en situation de handicap,
- actions éducatives dans les écoles,
- programmes sport-santé,
- promotion de la mixité et de l'égalité des chances.

Notre impact digital en chiffres



1 500 abonnés
création 2024



- Taux d'impression moyen mensuel : 95 832
- Taux d'engagement moyen mensuel : 1 776
- Nombre de publication moyen mensuel : 10



3 300 abonnés



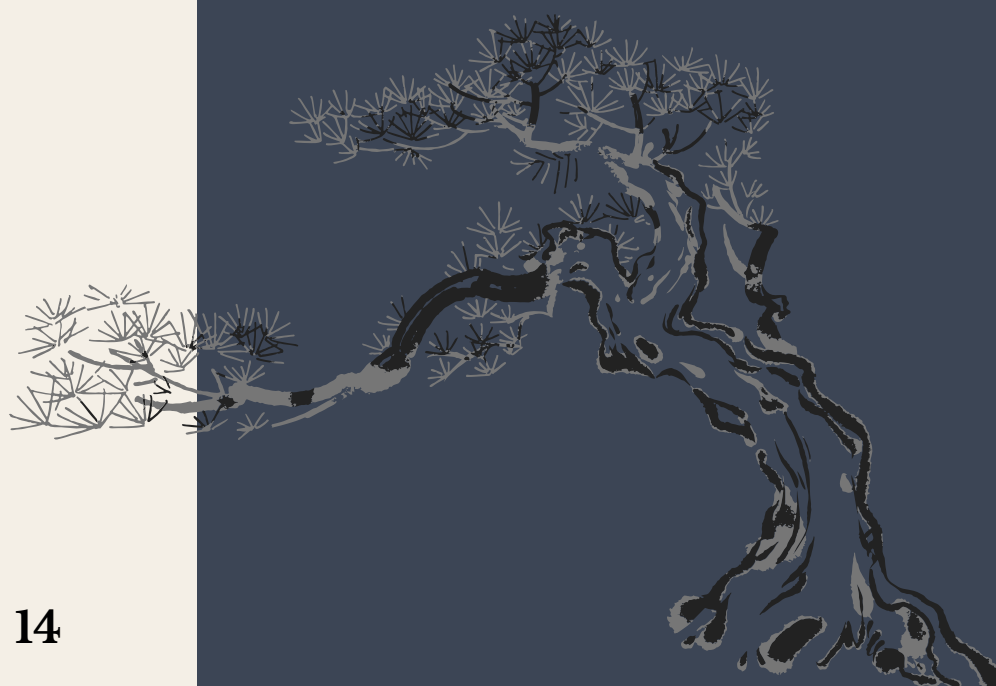
- Taux d'impression moyen mensuel : 72 189
- Taux d'engagement moyen mensuel : 1 451
- Nombre de publication moyen mensuel : 10



330 abonnés



- Taux d'impression moyen mensuel : 3 245
- Taux d'engagement moyen mensuel : 93
- Nombre de publication moyen mensuel : 4



Soutenez le judo breton en 4 étapes simples

Taxe d'apprentissage

Verser votre taxe d'apprentissage à la Ligue, c'est investir dans la formation des futurs éducateurs et cadres du judo breton.

Ces fonds permettent de financer la pédagogie, le matériel, et la montée en compétences de ceux qui font vivre notre sport au quotidien.

C'est une manière concrète et engagée de soutenir la jeunesse et l'emploi dans le secteur sportif en Bretagne.

1

Se connecter à la plateforme **SOLTéA** (ou transmettre les données à votre expert comptable)

2

Indiquer le numéro de SIRET de France Judo :
784 573 792 00024

3

Formation: **BPJEPS Judo Jujitsu (RNCP 36820)**

4

Remplir ce **questionnaire** pour qu'on puisse suivre votre soutien et bien le flécher vers la Bretagne



Associez votre entreprise à l'une des disciplines les plus pratiquées en Bretagne et bénéficiez d'une visibilité directe auprès de plus de 30 000 licenciés et de leurs familles

Sponsoring sportif – Visibilité sur le terrain

- Bannières et kakémonos déployés sur approximativement 15 événements régionaux par saison
- Panneau publicitaire permanent au dojo régional de Rennes (site d'entraînement et de stages)
- Présence du logo sur les textiles des athlètes du Pôle Espoirs (création d'une gamme)
- Visibilité sur les tenues officielles de la Ligue
- Logo sur les badges d'encadrants lors des compétitions régionales



Sponsoring digital – Rayonnez sur nos supports

- Mise en avant permanente de votre entreprise dans nos stories à la une sur le compte instagram de la ligue
- Publications dédiées à votre entreprise sur nos réseaux sociaux (Instagram, Facebook, LinkedIn)
- Présence de votre logo et d'un lien vers votre site sur la page partenaires du site officiel

Pourquoi devenir partenaire ?

Une visibilité régionale puissante

- 30 000 licenciés
- 318 clubs répartis sur tout le territoire breton

Une image forte

- Discipline olympique
- Sport éducatif reconnu
- Porteur de valeurs universelles : respect, maîtrise de soi, honneur...

Un impact territorial concret

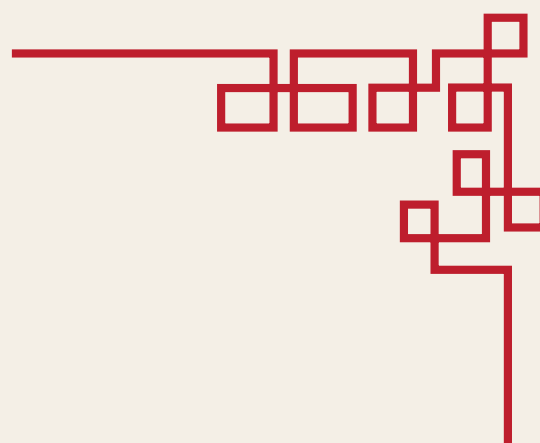
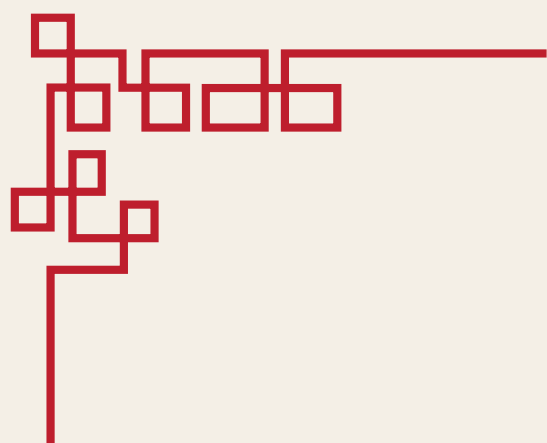
- Le développement du sport en milieu rural
- L'inclusion (para-judo)
- Le sport santé
- La formation des jeunes éducateurs
- La prévention des violences dans le sport

Événementiel – Au cœur des compétitions

- Partenaire titre d'un événement (Championnat ou Coupe de Bretagne)
- Distribution de goodies, animations ou opérations promotionnelles sur site
- Remise de prix au nom de votre entreprise. (ex: logo derrière la médaille, sur la coupe...)
- Présence de votre logo sur les supports podium et fond protocolaire
- Prise de parole possible lors des cérémonies officielles



希望



CONSEIL D'ADMINISTRATION :

Président : GUILMOTO Thierry

Secrétaire Générale : DENIS Dominique

Trésorier Général : LEQUITTE Didier

Membre : DE SOUZA Béatrice

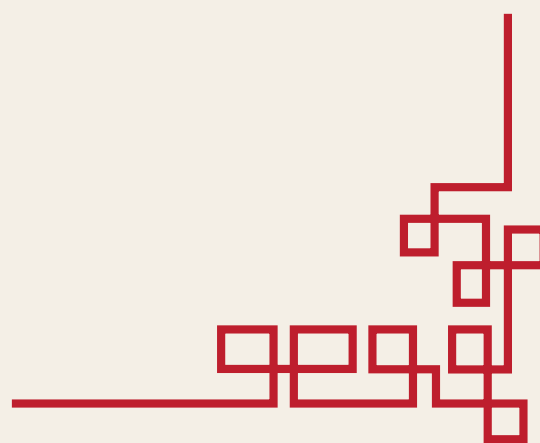
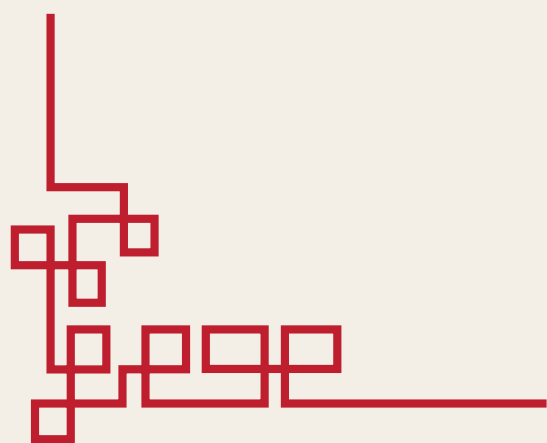
Membre : MELLAC Nathalie, Vice - présidente Arbitrage

Membre : BIZOUARN David , Vice-président Culture Judo

Membre : UBEDA Maria Dolores, Vice- Présidente formation CQP

Membre : LE SAUX Didier

Membre : REBOURS Simon



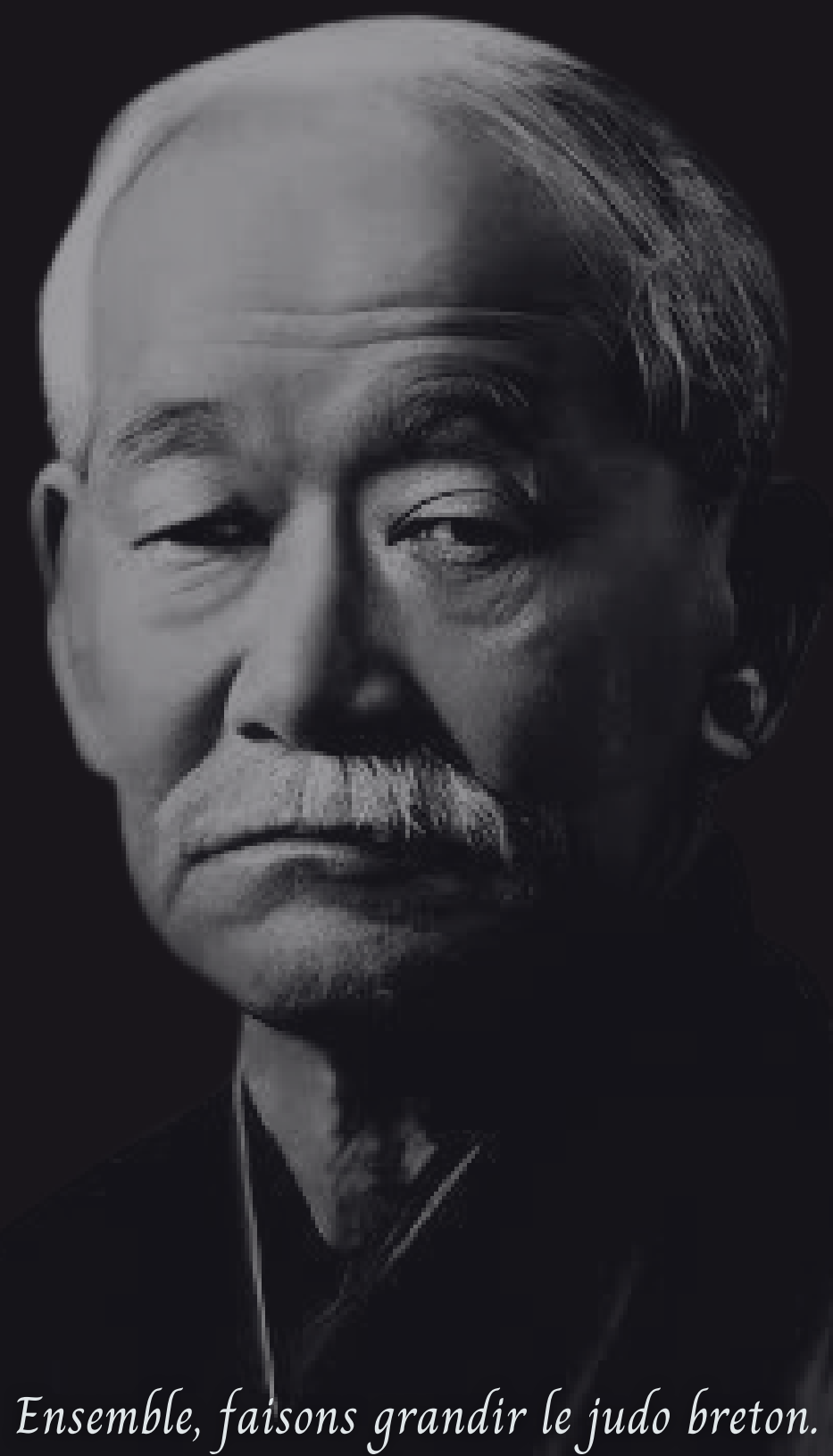


02.99.30.37.37

ligue.judo.bretagne@gmail.com

DOJO RÉGIONAL – 1, allée Pierre
de Coubertin – 35200 RENNES

SIRET n° 32319836600029 – APE n° 9312Z



Ensemble, faisons grandir le judo breton.

02.99.30.37.37

ligue.judo.bretagne@gmail.com

DOJO RÉGIONAL - 1, allée Pierre
de Coubertin - 35200 RENNES

SIRET n° 32319836600029 - APE n° 9312Z

Maître Jigoro Kano, fondateur du judo