

TROBADA DE DISCIPLINES ASSOCIADES

La Federació Catalana de Judo i Disciplines Associades té la voluntat d'organitzar una trobada de disciplines, formada per **judo, jiujitsu i defensa personal**, adreçat a tots els/les federats/des de les diferents arts marcial que formen part de la nostra federació.

L'objectiu d'aquest Trobada és oferir una jornada d'entrenament compartit en què tots els participants puguin gaudir no només de la seva disciplina habitual, sinó també d'un tast de la resta de disciplines, tot promovent noves experiències i sensacions en un ambient amè, respectuós i de caire familiar. Es tracta d'una activitat oberta a **totes les persones amb llicència federativa** vigent, amb un enfocament clarament participatiu, integrador i de foment de la convivència entre clubs, categories i especialitats.

La jornada s'iniciarà amb un escalfament conjunt, dirigit de manera col·lectiva a continuació, aniran passant, de manera pautaada les diferents disciplines, amb un temps d'entrenament determinat a cada sessió. La proposta d'activitat està adreçada principalment a persones nascudes l'any 2014 i anteriors.

Diumenge, 8 de març de 2026,

Inici de l'activitat a les 9.30 h i finalitzarà sobre les 13h aprox.

Lloc: Pavelló Municipal de Can Cases

carrer Josep Vilar, s/n

08760 Martorell (Barcelona).

Les sessions seran conduïdes majoritàriament per mestres de referència de cada especialitat, amb una presència destacada de mestres femenins, comptant també amb la col·laboració de mestres i tècnics de suport d'altres clubs i disciplines. D'aquesta manera, es vol posar en valor el paper de les dones en les arts marcial i reforçar el caràcter exemplar de les persones que assumeixen responsabilitats tècniques i formatives.

Amb aquesta iniciativa, la Federació Catalana de Judo i Disciplines Associades reafirma el seu compromís amb la promoció de la pràctica esportiva de base, el treball interdisciplinari i la difusió dels valors propis de les arts marcial, com ara el respecte, la convivència i l'esperit de superació.

Podeu realitzar les vostres inscripcions fins divendres 6 de març a les 11h a través de :

<https://docs.google.com/forms/d/1xDZY8ZP5Xeaww3v36GGuCdIYYWQul3YFSrJ1lFEilEw/edit>

Alicia Alonso

Fermín Parra

Directora Tècnica

Vist-i-plau President