

PRESS RELEASE



Federação Portuguesa
de **Judo**

22pr70_12/09/2022

JUDO MAIS QUE UM DESPORTO

A FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE JUDO DESEJA-TE UM EXCELENTE ANO ESCOLAR



Federação Portuguesa
de **Judo**

**DESEJAMOS-TE
UM EXCELENTE
ANO ESCOLAR**

**5 APONTAMENTOS
QUE DEVES TER DESDE O 1º DIA**



**ENRIQUECE O TEU CV
PRÁTICA JUDO**

© FPJ

Desejamos-te um **EXCELENTE** Ano Escolar!! E deixamos-te já 5 apontamentos que deves ter contigo desde o 1º dia! Se ainda não praticas, aconselhamos-te a que o faças para mais facilmente interiorizares estes apontamentos. Se já praticas, vais perceber que este é o caminho suave para o teu ano escolar! **Mais do que um desporto**, o Judo é um despertar para uma

RUA ALVES REDOL, Nº 1, LOJA A/B
2675-285 ODIVELAS - PORTUGAL
TEL. (+351) 213 931 630
FAX (+351) 213 951 679
E-MAIL: SECRETARIA@FPJ.PT
WWW.FPJ.PT



PRESS RELEASE



Federação Portuguesa
de **Judo**

forma de estar no tapete e nas aulas, um despertar de aptidões que vão enriquecer o teu CV.

1º Não treinas na véspera para uma prova. O que te leva a pensar que na escola é diferente?

2º Presta atenção nas aulas. O teu Professor e o teu Treinador são a mesma pessoa em contextos diferentes.

Ao longo das aulas/treinos dão-te informação importante para que sejas bem sucedido nos testes.

Se visses as aulas/treinos como um videojogo, o que te dizem são passagens secretas para passares de nível.

3º Repete /repete / repete - Como no tapete, nas aulas não há nada que te baste fazer uma vez para que percebas ou fiques a saber fazer.

4º Prepara-te para o pior. Ninguém quer cair, assim como ninguém quer ver a matéria mais difícil no teste, mas se estiveres preparado sabes o que fazer.

5º Põe-te à prova. Quanto mais simulares combates, testes ou apresentações mais à-vontade vais estar.

EXCELENTE ANO A TODOS!!

#PortugalJudo #FPJudo2022 #EducaçãoComValores #CV #IPDJ #PNED



Tlm.: (+ 351) 91 777 60 18

Telf.: (+ 351) 21 396 46 93

Email: media@alcomunicacao.pt

www.analimacomunicacao.pt