



CIRCULAR Nº 037/24

ASSUNTO: 1º Estágio Nacional para Competição Katas- Programa

Odivelas, 11 de março de 2024

Exmos. Senhores,

De acordo com o Calendário da Federação Portuguesa de Judo para 2024, vai realizar-se o **1º Estágio Nacional para Competição Katas** no dia **14 de abril de 2024**, em Ponte de Sor.

Esta ação será creditada para efeitos da Formação Contínua para todos os participantes que possuam o Título Profissional de Treinador de Desporto (TPTD) e que indiquem o seu TPTD no respetivo formulário de inscrição.

Este estágio será, tecnicamente, orientado por Fausto Carvalho, 9.º Dan e Pedro Gonçalves, 7.º Dan, com a colaboração dos membros da Comissão Nacional de Graduações da FPJ.

Todos os elementos participantes e formadores deverão preencher o formulário, cujo link anexamos: <https://forms.gle/He3xiZb45m4rDyppg6>

Participação mediante o preenchimento do formulário até ao dia 5 de abril 2024 (sexta-feira)

PROGRAMA
Local: Pavilhão Municipal de Ponte de Sor Data: 14 de Abril 2024

Horário	Conteúdos
9H00	Receção dos participantes
9H30	Apresentação



Federação Portuguesa
de **Judo**

mais do que um DESPORTO... um DESPERTAR!

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA DESPORTIVA
CONT N° 501 515 674
MEMBRO DA UNIÃO EUROPEIA DE JUDO
E DA FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE JUDO
FUNDADA EM 1959



SEGUINDO A SUA POLÍTICA DE SUSTENTABILIDADE
A FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE JUDO
PASSA DA ACREDITAÇÃO IMPRESSA PARA UMA VERSÃO ONLINE
CONTANDO COM O APOIO DE TODA A FAMÍLIA DO JUDO

9H45 - 11H30	Treino técnico: Cerimóniade abertura, Reiho, Ritsurei, Zarei, Kumi-Kata, Ayumiashi, Tsugiashi, Kuzushi, Atemis, Ukemis;
11H30 - 13H00	Treino Técnico: Nage No Kata, Katame No Kata, KodokanGoshinjitsu
13H00 - 15H00	Pausa para Almoço
15H00- 17H00	Treino Técnico
17H00 - 18H30	Demonstração Prática

Com os nossos melhores cumprimentos e cordiais,

Saudações Desportivas
O Presidente da FPJ

Joaquim Sérgio Pina



Federação Portuguesa
de **Judo**

