CIRCULAR Nº 166/24

ASSUNTO: Convocatória Estágio Nacional de 19 a 21 de Dezembro2024

Odivelas, 10 de dezembro de 2024

Exmos. Senhores,

Vimos por este meio informar que os treinadores Pedro Soares, Marco Morais, António Saraiva, Joana Ramos e Jerónimo Ferreira convocam os seguintes atletas para os **Estágios Nacionais**, que irão decorrer – no Dojo do Complexo das Piscinas do Jamor, sito na Av. Pierre de Coubertin, 1495-688 Cruz Quebrada, na seguinte data:

- 19 a 21 de Dezembro

SENIORES

Peso	Nome	Clube
-48 Kg	Catarina Costa	AAC
-48 Kg	Mariana Pereira	ADJF
-52 Kg	Raquel Brito	SAD
-52 Kg	Catarina Silva	SAD
-52 Kg	Iracema Manarte	ADJF
-52 Kg	Ana Teixeira	EJC
-57 Kg	Maria Silveira	SAD
-57 Kg	Raquel Brás	SUS
-57 Kg	Mafalda Ezequiel	JCP
-63 Kg	Margarida Brás	SCP
-63 Kg	Patrícia Martins	Mont
-63 Kg	Maria Dias	CRCh
-63 Kg	Letícia Martins	SAD
-70 Kg	Joana Crisóstomo	ULHT
-70 Kg	Barbara Timo	SLB
-70 Kg	Letícia Martins	SAD
-70 Kg	Maria Vidinha	JCLa

Peso	Nome	Clube
-70 Kg	Tais Pina	SAD
-78 Kg	Patrícia Sampaio	SFGP
-78 Kg	Beatriz Moreira	AAC
-78 Kg	Sónia Bica	ADJF
-78 Kg	Fábia Conceição	SUS
+78 Kg	Carolina Paiva	ULHT
+78 Kg	Mariana Nunes	ADJF
-60 Kg	Francisco Mendes	AAC
-60 Kg	Daniel Viegas	CNSul
-60 Kg	Bernardo Fernandes	ACM
-60 Kg	Francisco Bastos	FSAL
-66 Kg	Miguel Gago	AAC
-66 Kg	Bruno Bento	ULHT
-66 Kg	Tomas Gomes	SCP
-66 Kg	Tomas Fonseca	SCP
-66 Kg	Gonçalo Lampreia	SCP
-73 Kg	Otari Kvantidze	SCP
-73 Kg	Thelmo Gomes	SLB
-73 Kg	Saba Danelia	SUS
-73 Kg	Pedro Horta	ULHT
-81 Kg	João Fernando	SCP
-81 Kg	Kainan Pires	SLB
-81 Kg	Miguel Raposo	EJAH
-81 Kg	António Tetino	SAD
-90 Kg	Damian Troianschi	JCP
-90 Kg	Miguel Rato	SCPo
-90 Kg	Tomas Fernandes	SAD
-90 Kg	Pedro Lima	SAD
-100 Kg	Diogo Chantre	SAD
-100 Kg	Diogo Brites	SCP
-100 Kg	Ailton Cardoso	SLB
-100 Kg	Gonçalo Rodrigues	ADJF
-100 Kg	Jorge Fonseca	SCP
+100 Kg	José Pacheco	SLB

Peso	Nome	Clube
+100 Kg	Vítor Pires	JCAv
+100 Kg	Carlos Rodrigues	SLB
+100 Kg	Rodrigo Saraiva	ULHT

SUB 23

Peso	Nome	Clube
-52 Kg	Maria Rodrigues	CJAH
-52 Kg	Inês Arriaga	SCP
-57 Kg	Laura Costa	CAAL
-57 Kg	Beatriz Filipe	SUS
-70 Kg	Ana Queirós	Manh
-60 Kg	Luís Meireles	JCRG
-66 Kg	Alexandre Bucur	AAC
-73 Kg	Sidónio Serpa	SAD
-81 Kg	Pedro Raposo	CAAL
-81 Kg	Francisco Silva	ULHT
-90 Kg	Diogo Luis	SCP
+100 Kg	Henrique Sousa	JCLa

Juniores

Peso	Nome	Clube
-48Kg	Inês Faria	SUS
-48Kg	Ana Pacheco	CJRG
-48Kg	Isabel Farias	JCPD
-52Kg	Iara Guedes	SUS
-52Kg	Maria Xavier	SAD
-52Kg	Mariana Dias	CJRi
-57Kg	Raquel Brás	SUS
-57Kg	Maria Dias	CRCh
-57Kg	Sofia Passão	JCPr
-57Kg	Carlota Pina	SCP
-63Kg	Matilde Jota	JCPr
-63Kg	Leonor Costa	SAD
-63Kg	Mafalda Silva	JCRG

Peso	Nome	Clube
-70Kg	Luísa Santos	VFC
-70Kg	Beatriz Rosa	JCPt
-70Kg	Isabel Costa	FSAL
-70Kg	Matilde Analroy	ACMC
+78Kg	Rosa Mané	JCAl
+78Kg	Constança Lopes	SUS
-60Kg	Manuel Figueiredo	CNSu
-60Kg	Martim Nicola	CNFc
-66Kg	Francisco Caravana	SCP
-66Kg	Rodrigo Janeiro	SCP
-73Kg	Henrique Ferreira	SCP
-73Kg	Gonçalo Cabral	ULHT
-73Kg	Júnior Duarte	SUS
-73Kg	André Lopes	ULHT
-81Kg	Filipe Almeida	SUS
-81Kg	Francisco Pereira	EJC
-90Kg	Victor Antunes	A4JP
-90Kg	Manuel Monge	SCP
-100Kg	Romeu Guerreiro	ULHT
+100Kg	João Colito	JCSa
+100Kg	Henrique Sousa	JCLa

Cadetes 3 ano

Peso	Nome	Clube
-44Kg	Madalena Sancho	CBSu
-44Kg	Beatriz Carinhas	MonC
-52Kg	Maria Nobre	CJPt
-57Kg	Laura Macovei	JCRG
-57Kg	Carlota Pina	SCP
-63Kg	Matilde Jota	JCPr
-63Kg	Maria Freitas	CPRf
-70Kg	Beatriz Jesus	SCP
-50Kg	Gonçalo Turibio	JCLx
-55Kg	João Elias	JCLx

Peso	Nome	Clube
-55Kg	Manuel Figueiredo	CNSu
-60Kg	Diogo Caetano	SCP
-60Kg	Afonso Pereira	CNSu
-73Kg	Joel Silva	A4JP
-81Kg	Francisco Alves	JCLx
-81Kg	Miguel Pereira	JCPN
-90Kg	Stanislav Yoltukhovskiy	JCPt
-90Kg	Daniel Mazyar	CNSu
-90Kg	Danilo Storozhuk	CASJ

Seniores (equipa surdolimpica)

Peso	Nome	Clube
-57Kg	Joana Santos	JCAl

Os atletas convocados, inscritos na Associação de Lisboa e Setúbal **não terão direito a alojamento**, a FPJ irá garantir para estes atletas o almoço, que tem que ser reservado antecipadamente via formulário (link para reservas abaixo).

REGRAS GERAIS DE PARTICIPAÇÃO

Todos os atletas convocados têm obrigatoriamente de preencher o formulário de participação, sob pena de quem não cumprir os prazos, a FPJ não garante a reserva de alojamento ou refeições.

Estágio Nacional Dezembro 2024: (link formulário confirmação):

- **Estágio de 19 a 21 de dezembro:** https://forms.gle/bswkittySmaio6UKA prazo limite inscrição 16.12.2024 as 17:00 horas.

É possível a participação nas sessões de treino a expensas próprias (atletas não convocados) **com previa autorização**. Os pedidos devem ser enviados para o email da secretaria: secretaria@fpj.pt. Só após receber a confirmação via email com a autorização, os atletas serão autorizados a treinar.

Segue abaixo o horário e do estágio:

	19 de Dezembro (quinta-feira)	**20 de Dezembro (sexta-feira)**	**21 de Dezembro (sábado)**
MANHÃ		09H30 – 11h00 **(GRUPO FEMININO e CADETES 3 ANO)**	09H30 – 11h00 **(GRUPO FEMININO e CADETES 3 ANO)**
		11H15 – 12h45 **(GRUPO MASCULINO)**	11H15 – 12h45 **(GRUPO MASCULINO)**
TARDE	16h15 – 17h45 **(GRUPO FEMININO e CADETES 3 ANO)**	15h45 – 17h15 **(GRUPO FEMININO e CADETES 3 ANO)**	15h45 – 17h15 **(GRUPO FEMININO e CADETES 3 ANO)**
	18H00 – 19H30 **(GRUPO MASCULINO)**	17H30 – 19H00 **(GRUPO MASCULINO)**	17H30 – 19H00 **(GRUPO MASCULINO)**

Com os melhores cumprimentos e cordiais

Saudações Desportivas
O Presidente da FPJ

Joaquim Sérgio Pina