CIRCULAR Nº 127/25

ASSUNTO: Divulgação de Eventos

Odivelas, 1 de outubro de 2025

Exmos. Senhores,

Vimos por este meio proceder à divulgação do Eventos abaixo indicados:

→ Programa ação de formação Estudo do Gokyo e Ne-waza – Mafra – Associação Treinadores

→ Estágio de Koshiki no Kata – Associação Santarém

→ 36ºAniversário do JCPragal - OPEN JUVENIS – Associação Setúbal

→ 36ºAniversário do JCPragal - OPEN CADETES – Associação Setúbal

→ Dia Paralímpico Jovem – Comité Paralímpico de Portugal

Com os nossos melhores cumprimentos e cordiais,

Saudações Desportivas
O Presidente da FPJ

Joaquim Sérgio Pina

ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE TREINADORES DE JUDO

N.I.P.C. - 500 911 606
FUNDADA EM 12.11.1979 – SÓCIO ORDINÁRIO DA FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE JUDO
www.antjudo.pt

AÇÃO DE FORMAÇÃO

"Estudo do *Gokyo* e *Ne-waza*"

18.10.2025 (sábado) – Mafra

(Componente específica – 5horas/1 Unidade de crédito)



OBJETIVOS E PERTINÊNCIA DO TEMA

Objetivos: aprofundar o conhecimento sobre aspetos fundamentais de judo de base.

Razões que justificam a pertinência do tema: O conhecimento aprofundado das técnicas de base concorre para melhorar a eficácia pedagógica, fator potenciador de um maior sucesso no processo Ensino-Aprendizagem.

CONTEÚDOS

Seoi-nage; Okuri-ashi-harai; Ashi-guruma; Soto-Makikomi; Hikikomi-gaeshi; Obi-otoshi;

Obi-tori-gaeshi; Sode-tsuri-komi-goshi; Sukui-nage; Ude-hishigi-juji-gatame.

LOCAL

Dojo do Grupo Recreativo Gonçalvinhense

Estrada Municipal 549, 2640-430 Mafra

HORÁRIO

- **10:00 – 13:00 –** Prática: Gokyo
- **Almoço**
- **15:30 – 17:30 –** Prática**:** Gokyo e Ne-waza

FORMADOR

António Moraes – 8.º dan

Membro da Comissão Nacional de Graduações

INSCRIÇÕES/TAXA

Preenchimento *online*: https://forms.gle/F8MXC1i9cVtBtXPU7

Contactos:
Rui Veloso – Telm: 966220962
Carlos Ramos – Telm: 917201915
Email para contacto – antjudo@gmail.com

Associados da ANTJ com quotas em dia – 10 euros

Outras inscrições – 30 euros

Notas:
- Os atletas (≥ 1.º dan e ≥ 18 anos) dos nossos associados poderão participar nas mesmas condições dos seus treinadores.

- Só será permitido o uso de judogi branco.

COLABORADORES

Federação Portuguesa de Judo

Grupo Recreativo Gonçalvinhense


Associação Distrital de Judo de Lisboa


MUNICÍPIO DE MAFRA

Estágio de Kata

A. JUDO D. SANTARÉM

AJDS

18 Out 25

9h-13h

14h30-17h30

Koshiki no kata

Mestre Manuel Martins 7º dan

Jtsutsu no kata

Mestre Pedro Gonçalves 7º dan

Destinado-Treinadores –Atletas > 1º dan

Acreditação IPDJ –1 crédito

Custo –25€

Inscrições -https://judoajdsantarem.com/formacao/

Associação de
Judo do **Distrito**
de **Santarém**



Torres Novas, 30 de setembro de 2025

ESTÁGIO DE KATA /KOSHIKI NO KATA E ITSUTSU NO KATA - AJDS

Ex.mos(as) Senhores(as),

A Associação de Judo do Distrito de Santarém através de seu departamento Formação e de katas, realiza no próximo dia 18 de Out 25 um Estágio de kata envolvendo dois kata em particular Koshiki no kata e Itsutsu no kata Sendo o mesmo é de carater "Open" o significa dizer que Árbitros, Treinadores e Judocas com graduação mínima de 1º Dan poderão se inscrever no site da AJDS para garantir sua participação.

Este estágio, que ocorre na sequência de anteriores abordagens da kata, vem estabelecer o estudo e padronizar o modelo de ensino e apresentação da(s) técnicas que os preenchem.

Assim, porque achamos ser de todo interessante o estudo de katas em particular estas menos apresentadas ao longo dos tempos ,gostaríamos de vos propor o desafio a estar presentes no dia 18 Out 25 em Torres Novas ,CTCKK.

Esta ação, sendo creditada pelo IPDJ, irá decorrer no Centro de Formação Técnico Competitiva Mestre Kiyoshi Kobayashi - Torres Novas.

CONVIDADOS

Koshiki no kata

Mestre Manuel Martins (CJT) 7º dan

Itsutsu no kata

Mestre Pedro Gonçalves (EJC) 7ºdan

Apoio:

Padrinhos:

Associação de
Judo do **Distrito**
de **Santarém**



PROGRAMA DE AÇÃO

ESTÁGIO DE KOSHIKI NO KATA E ITSUTSU NO KATA	
Organização	Departamento de Formação da AJDS
Data	18 de Out de 2025 (Sábado)
Local	Centro de Formação Técnico Competitiva Mestre Kiyoshi Kobayashi Colégio Diocesano Andrade Corvo Rua da Cerrada Grande. 2350-483 Torres Novas
Equipamento	Judogi Branco (obrigatório)
Acreditação	Acão certificada junto de IPDJ
Inscrição (obrigatória)	https://judoajdsantarem.com/formaca/
Custo de participação	25€ com inscrição até 8 de Out25 (00h00) 35€ depois de fecho de inscrição e até ao dia de Estagio.
Condição de participação	Treinador -Árbitros -Atletas
Graduação Mínima	1ºDan (cinto negro)

HORÁRIOS

HORA	PROGRAMA	RESPONSABILIDADE TÉCNICA
08h30	Abertura de espaço e receção de Treinadores	AJDS
09h00-09h15 09h15-11h30 11h30-11h45 11h45-13h00	Apresentação de aspetos Históricos e Técnicos da kata Sessão Prática de Koshiki no kata (1º Grupo ,Omote) Pausa de café Sessão Prática de Koshiki no kata (2º Grupo ,Ura)	Mestre Manuel Martins 7º Dan
13h15 - 14h45	Almoço (local com todos treinadores e atletas presentes)	Mestre Pedro Gonçalves 7º Dan
14h45-17H30 17h30-18h00	Apresentação de aspetos Históricos e Técnicos da kata Sessão Prática de Itsutsu no kata -Encerramento Entrega de diplomas	

Apoio:

Padrinhos:



Associação Distrital de Judo de Setúbal

35ºAniversário do Judo Clube Pragal

OPEN JUVENIS

Data	Sábado 8 de Novembro de 2025 (**de tarde**)
Local	Complexo Municipal dos Desportos **C**idade de **A**lmada Alameda Guerra Junqueiro, Feijó, ALMADA
Escalão e Tipo de prova	Juvenis Masculinos e Juvenis Femininos de acordo com o Regulamento de Organização de Provas da FPJ, **escalões 2026**, nascidos em **2012** e **2013**. Individual por categorias de pesos.
Horários	• Pesagens das 14:00h às 14:45h • Sorteios imediatamente a seguir às pesagens • Início previsto da competição 15:30horas
Inscrições	Taxa de inscrição por atleta – **15€** NIB PARA PAGAMENTO - BPI PT50 001000005339591000115 Plataforma de inscrição - https://forms.gle/ZJRmA4RKnjZpH26H9
Documentação	Licença federativa atualizada para 2025 e cartão de identificação.
Organização	Associação Distrital de Judo de Setúbal e Judo Clube Pragal
Informações	Nelson Trindade – TM 914 058 664 – secretaria@adjudosetubal.pt
Prémios	Medalhas para os classificados até ao 3º classificado.
Responsabilidade	A organização não se responsabilidade por qualquer tipo de acidentes inerentes ao decorrer da prova, apesar de providenciar meios de apoio e primeiros socorros.
Informações Importantes	Taxa de inscrição por atleta **15 €** tem de ser paga pelo Clube na totalidade. Prazo de inscrição impreterivelmente até às 24:00horas do dia 27 Outubro. As inscrições encerram automaticamente assim que se somar 125 inscritos.

CMA CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA

Federação Portuguesa de Judo

JUDO CLUBE PRAGAL ALMADA

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL JUDO SETÚBAL



Associação Distrital de Judo de Setúbal

36ºAniversário do Judo Clube Pragal

OPEN CADETES corrigido

Data	Sábado 8 de Novembro de 2025 (**de manhã**)
Local	Complexo Municipal dos Desportos **C**idade de **A**lmada Alameda Guerra Junqueiro, Feijó, ALMADA
Escalão e Tipo de Prova	Cadetes Masculinos e Cadetes Femininos de acordo com o Regulamento de Organização de Provas da FPJ, **escalões 2026**, nascidos em **2009**, **2010** e **2011**. Prova individual por categorias de peso.
Horários	• Pesagens das 08:30h às 09:15h • Sorteios imediatamente a seguir às pesagens • Início previsto da competição 10:00horas
Inscrições	Taxa de inscrição por atleta – **15€** NIB PARA PAGAMENTO - BPI PT50 001000005339591000115 Plataforma inscrição - https://forms.gle/dxvAyi9HtzyWrCNp7
Documentação	Licença federativa atualizada para 2025 e cartão de identificação
Organização	Associação Distrital de Judo de Setúbal e Judo Clube Pragal
Informações	Nelson Trindade – TM 914 058 664 – secretaria@adjudosetubal.pt
Prémios	Medalhas para os classificados até ao 3º classificado.
Responsabilidade	A organização não se responsabilidade por qualquer tipo de acidentes inerentes ao decorrer da prova, apesar de providenciar meios de apoio e primeiros socorros.
Informações Importantes	Taxa de inscrição por atleta **15€** tem de ser paga pelo Clube na totalidade. Prazo de inscrição impreterivelmente até às 24:00horas de 27 de Outubro. As inscrições encerram automaticamente assim que se somar 125 inscritos.

COMITÉ PARALÍMPICO PORTUGAL

18 modalidades paralímpicas e surdolímpicas

DIA PARALÍMPICO JOVEM

11 Outubro 2025 | 10h00 - 16h00

Centro de Desportos e Congressos de Matosinhos

Mais informações e inscrições em:
www.paralimpicos.pt

Presença de atletas paralímpicos e surdolímpicos

VEM DIVERTIR-TE CONNOSCO!

Apoio

MATOSINHOS'25 CIDADE EUROPEIA DO DESPORTO *EUROPEAN CITY OF SPORT*

matosinhos / matosinhos sport

Parceiros

IPDJ INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE, I. P.

INR instituto nacional para a reabilitação
Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social
Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P.