CIRCULAR Nº 130/25

ASSUNTO: Projeto de Desenvolvimento de Judo – Alto Rendimento

Odivelas, 2 de outubro de 2025

Exmos. Senhores,

A Federação Portuguesa de Judo pretende implementar um Projeto de Desenvolvimento de Judo na vertente de Alto Rendimento, com o objetivo de potenciar a preparação e evolução dos judocas em contexto de treino de excelência.

O principal objetivo deste projeto é proporcionar aos atletas um ambiente de treino de elevada qualidade, focado na preparação física, técnica e tática, criando condições para a melhoria contínua do desempenho e para o alcance de resultados de excelência em competições nacionais e internacionais.

O projeto será desenvolvido com base em treinos regulares e concentrados, garantindo uma rotina estruturada e adaptada às exigências do alto rendimento. Para tal, foi definida a seguinte organização:

- **Treinos semanais bi-diários**
  - Terça a quinta-feira;
  - **Local:** Complexo de Piscinas do Jamor;
  - **Data de início:** 14 de outubro de 2025

Os treinos bi-diários estão abertos a todos os atletas, desde que o clube autorize a sua participação. Após essa autorização, irá ser avaliado se o atleta reúne as condições necessárias para integrar o projeto.

- **Estágios nacionais**
  - Sexta-feira e sábado.

Procedimento de Inscrição

Os clubes devem enviar para secretaria@fpj.pt, a proposta dos atletas que pretendam que participem neste projeto. Posteriormente, será comunicado, a autorização da sua participação.

Com este projeto, a Federação Portuguesa de Judo quer reforçar o seu compromisso em investir no desenvolvimento do talento nacional, proporcionando aos atletas um enquadramento estruturado e de qualidade. Pretende-se, desta forma, potenciar a performance dos judocas e consolidar a presença de Portugal no panorama competitivo internacional.

Com os melhores cumprimentos e cordiais,

Saudações Desportivas
O Presidente da FPJ

Joaquim Sérgio Pina

Federação Portuguesa de Judo

Projeto de Desenvolvimento de Judo

Alto Rendimento



INÍCIO 14 DE OUTUBRO



Proporcionar aos atletas um ambiente de treino de elevada qualidade, focado na preparação física, técnica e tática, criando condições para a melhoria contínua do desempenho e para o alcance de resultados de excelência em competições nacionais e internacionais.

Federação Portuguesa de Judo

Visão Geral

O projeto será desenvolvido com base em treinos regulares e concentrados, garantindo uma rotina estruturada e adaptada às exigências do alto rendimento.



OBJETIVOS

criar condições para a melhoria contínua do desempenho desportivo dos judocas nacionais

METAS

alcançar resultados de excelência em competições nacionais e internacionais.



Operacionalização



Coordenadores



Monitorização

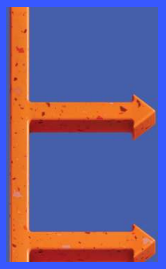


Resultados

Federação Portuguesa de Judo

Operacionalização

Treinos semanais bi-diários



Terça a quinta-feira;

Complexo de Piscinas do Jamor;

Os treinos bi-diários são **abertos a todos os atletas**, desde que o **clube autorize a sua participação**. Após essa autorização irá ser **avaliado** se o atleta **reúne as condições** necessárias para integrar o projeto.

Federação Portuguesa de Judo

Operacionalização

Estágios Nacionais



Sexta e sábado;

Coordenadores do Projeto



PEDRO SOARES



MARCO MORAIS

Federação Portuguesa de Judo



Monitorarização de Projeto

Federação Portuguesa de Judo

Cronograma

IMPLEMENTAÇÃO DO PROJETO

14 OUTUBRO 2025

1ªAVALIAÇÃO INTERMÉDIA

MARÇO 2026

2ª AVALIAÇÃO INTERMÉDIA

NOVEMBRO 2026

AVALIAÇÃO DE RESULTADOS

JANEIRO 2027

Progresso



Implementação do Projeto

95% concluído

Atualizado em:
2 de outubro de 2025



1ª AVALIAÇÃO INTERMÉDIA

0% concluída

Atualizado em:
2 de outubro de 2025



2ª AVALIAÇÃO INTERMÉDIA

0% concluída

Atualizado em:
2 de outubro de 2025



AVALIAÇÃO DE RESULTADOS

0% concluída

Atualizado em:
2 de outubro de 2025



Procedimento de inscrição

Os **clubes** devem enviar para **secretaria@fpj.pt**, a **proposta dos atletas** que pretendam que participem neste projeto. Posteriormente, será comunicado, a autorização da sua participação.



Caso tenha questões, entre em contato com:



SERGIU OLEINIC

sergiu.oleinic@fpj.pt