CIRCULAR Nº 049/26

ASSUNTO: Divulgação de Eventos

Odivelas, 20 de março de 2026

Exmos. Senhores,

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

→ Programa Ação de Formação - Didática do Judo – Évora – Associação Treinadores

→ Open Associativo Memorial António Matias - 19.04.2026 – Associação Lisboa

→ Torneio Open Veteranos - 19.04.2026 – Associação Lisboa

→ Torneio da UDV – Associação Aveiro

→ Open Cadetes Mestre António Morais 2026 – Associação Castelo Branco

→ Torneio Infantil Aniversário ADJCB 2026 – Associação Castelo Branco

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

"Didática do Judo"

27 e 28.06.2026 – Évora

(Componente específica – 10horas/2 Unidade de crédito)



OBJETIVOS E PERTINÊNCIA DO TEMA

Objetivos: promover o contacto com aspetos de natureza técnico-tática ligados ao judo desportivo, que permitam melhorar o conhecimento didático e pedagógico dos treinadores, de forma a elevar a eficiência e eficácia do processo de treino/ensino-aprendizagem.

Razões que justificam a pertinência da ação: a dimensão técnico-tática e o seu tratamento didático têm um papel crucial na qualidade da formação desportiva e desempenho competitivo.

LOCAL

Pavilhão da Escola Conde Vilalva

Avenida António Barata, Bairro das Pites 7005-621 Évora

PROGRAMA

Sábado, 27.06.2026:

- 10:00 – 13.30 -Prática
- Almoço
- 17:00 – 19:30 – Prática

Domingo, 28.06.2026:

- 09:00 – 13:00 – Prática

FORMADOR



Hiroshi Katanishi – 8.º dan

CURRÍCULO DO FORMADOR

- Formado pela Universidade de Tenri (Japão).
- Treinou a equipa nacional de França.
- Técnico conselheiro da equipa nacional suiça.
- Especialista em judo para jovens, área em que colabora com a Federação de Judo Suiça.
- Integrou o grupo de *experts* da União Europeia de Judo, tendo sido líder do projeto *´Improve Your Club'*.
- Técnico do Judo Kwai Lausanne (Suiça).

INSCRIÇÃO/TAXA

Inscrição *online* obrigatória através do link que se encontra mais abaixo:

- **Preços para associados (com quotas em dia) da ANTJ e AAJP:**

- 50 euros -

- **Outras inscrições:**

- 150 euros

Nota:

- os atletas dos associados da ANTJ poderão participar na Ação de Formação usufruindo das mesmas condições dos seus treinadores. Para o efeito, terão de possuir graduação igual ou superior a 1.º dan e pertencerem, no mínimo, ao escalão etário de juniores.
- As inscrições só serão assumidas após receção do comprovativo de pagamento.
- Preços promocionais até dia 30 de Abril. Após esta data, haverá um incremento de 15 euros

Link para inscrição: https://forms.gle/NKBrCEDz2jVnerrt5

Dados para transferência bancária (NIB): 0035 0310 00037821 330 49 (Caixa Geral de Depósitos).

Contactos:

Rui Veloso: 966220962

Carlos Ramos: 917201915

Email para contacto – antjudo@gmail.com

COLABORADORES

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE LISBOA

PESSOA COLECTIVA DE UTILIDADE PÚBLICA

RUA DE PONTA DELGADA Nº 61 - 1000-241 LISBOA
NIF – 501653503

TELEFONE – 218 460 286 TELEMÓVEL – 965 657 296

E-Mail: secretaria@adjudolisboa.pt Endereço: www.adjudolisboa.pt
Facebook: www.facebook.com/adjudolisboa

CIRCULAR nº 12/26/DT
Lisboa, 17 de Março de 2026

CIRCULAR
Open Associativo Memorial António Matias

O **Open Associativo de Juniores "Memorial António Matias"** decorrerá no dia **19 de Abril de 2026** (Domingo).

Local Prova: Pavilhão do Parque Desportivo Municipal de Mafra (Av. Dr. Francisco Sá Carneiro – 2640-486 Mafra).

HORÁRIOS:

Masculinos: -60kg; -66kg, -73kg; -81kg, -90kg, -100kg, +100kg. **Femininos: -48kg, -52kg; -57kg; -63kg, -70kg, -78kg, +78kg.**	**Pesagens: 08h30 às 09h00** **Sorteios: 09h15** **Início da Prova: 10h00**
Entrega do Troféu António Matias aos clubes com melhor pontuação no final da competição. **(Junção dos pontos femininos com os masculinos)**	**Pontuações: 1º class: 10 pontos;** **2º class: 5 pontos;** **3º class: 3 pontos.**

Nota: Horários sujeito a alterações.

TAXA de INSCRIÇÃO:

- Atletas filiados na ADJL: 5,00€ por atleta (taxa federativa).

- Atletas não filiados na ADJL: 15,00€ por atleta.

O pagamento poderá ser efetuado através do **NIB: 0010 0000 909204800 02 76** e o comprovativo de pagamento ser enviado para secretaria@adjudolisboa.pt.

INSCRIÇÕES:

A inscrição dos atletas terá de ser efetuada até às 23h59 do dia 13 de abril (segunda-feira), através do site www.adjudolisboa.pt (em http://www.adjudolisboa.pt/atividades/provas). Poderão ser aceites

Dist.: FPJ/ Associações Distritais / Clubes / Treinadores.

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE LISBOA

PESSOA COLECTIVA DE UTILIDADE PÚBLICA

RUA DE PONTA DELGADA Nº 61 - 1000-241 LISBOA

NIF – 501653503

TELEFONE – 218 460 286 TELEMÓVEL – 965 657 296

E-Mail: secretaria@adjudolisboa.pt Endereço: www.adjudolisboa.pt

Facebook: www.facebook.com/adjudolisboa

inscrições até às 12h00 do dia 16 de abril (quinta-feira) desde que, simultaneamente, seja paga a taxa extra de 6,50 € de acordo com as Normas Administrativas da ADJL (Circular 01/26/DIR).

FALTAS: Os atletas cuja inscrição não foi cancelada **até às 23h59 do dia 16 de abril (quinta-feira)** ficam sem direito ao reembolso da taxa de inscrição de acordo com as Normas Administrativas da ADJL (Circular 01/26/DIR).

A documentação necessária para a participação no Open Associativo Memorial António Matias integra: a Licença Federativa atualizada, o Exame Médico (ou declaração de responsabilidade do clube do atleta) e Seguro Desportivo atualizado. Mais se informa que a ADJL se reserva no direito de registar fotograficamente o evento e divulgá-lo nos canais próprios.

O Gabinete Técnico

Luís Dias

Dist.: FPJ/ Associações Distritais / Clubes / Treinadores.

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE LISBOA

PESSOA COLECTIVA DE UTILIDADE PÚBLICA

RUA DE PONTA DELGADA Nº 61 - 1000-241 LISBOA
NIF – 501653503

TELEFONE – 218 460 286 TELEMÓVEL – 965 657 296

E-Mail: secretaria@adjudolisboa.pt Endereço: www.adjudolisboa.pt
Facebook: www.facebook.com/adjudolisboa

CIRCULAR nº 13/26/DT
Lisboa, 18 de Março de 2026

CIRCULAR
Torneio Open Veteranos ADJL

O **Torneio Open Veteranos ADJL** decorrerá no dia **19 de Abril de 2026** (Domingo).

Local Prova: Pavilhão do Parque Desportivo Municipal de Mafra (Av. Dr. Francisco Sá Carneiro – 2640-486 Mafra).

HORÁRIOS:

Masculinos: -60kg; -66kg, -73kg; -81kg, -90kg, -100kg, +100kg. **Femininos: -48kg, -52kg; -57kg; -63kg, -70kg, -78kg, +78kg.**	**Pesagens: 11h00 às 11h30** **Sorteios: 11h45** **Início da Prova Previsto: 12h30**

Nota: Horários sujeito a alterações.

TAXA de INSCRIÇÃO:

- Atletas filiados na ADJL no escalão de Veteranos: Gratuito.

- Atletas não filiados na ADJL: 12,50€ por atleta.

O pagamento poderá ser efetuado através do **NIB: 0010 0000 909204800 02 76** e o comprovativo de pagamento ser enviado para secretaria@adjudolisboa.pt.

INSCRIÇÕES:

A inscrição dos atletas terá de ser efetuada até às 23h59 do dia 13 de abril (segunda-feira), através do site www.adjudolisboa.pt (em http://www.adjudolisboa.pt/atividades/provas). Poderão ser aceites inscrições até às 12h00 do dia 16 de abril (quinta-feira) desde que, simultaneamente, seja paga a taxa extra de 6,50 € de acordo com as Normas Administrativas da ADJL (Circular 01/26/DIR).

Dist.: FPJ/ Associações Distritais / Clubes / Treinadores.

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE LISBOA

PESSOA COLECTIVA DE UTILIDADE PÚBLICA

RUA DE PONTA DELGADA Nº 61 - 1000-241 LISBOA

NIF – 501653503

TELEFONE – 218 460 286 TELEMÓVEL – 965 657 296

E-Mail: secretaria@adjudolisboa.pt Endereço: www.adjudolisboa.pt

Facebook: www.facebook.com/adjudolisboa

FALTAS: A não comparência à prova por **atletas Veteranos da ADJL** cuja inscrição não foi cancelada até às 23h59 do dia 16 de Abril (quinta-feira) fica sujeita ao pagamento de uma taxa no valor de 6,50 € de acordo com as Normas Administrativas da ADJL (Circular 01/26/DIR).

A documentação necessária para a participação no Torneio Open Veteranos integra: a Licença Federativa atualizada, o Exame Médico (ou declaração de responsabilidade do clube do atleta) e Seguro Desportivo atualizado. Mais se informa que a ADJL se reserva no direito de registar fotograficamente o evento e divulgá-lo nos canais próprios.

O Gabinete Técnico

Luís Dias

Dist.: FPJ/ Associações Distritais / Clubes / Treinadores.

TORNEIO DA UDV

2.º Edição

UNIÃO DESPORTIVA VALMAIOR JUDO 2023

11 DE ABRIL

10H00

DOS 4 AOS 12 ANOS

Pavilhão Polidesportivo de Angeja

Associação Distrital de Judo de Aveiro ADJA

– Torneio de Judo da UDV –
Circuito Moliceiro

Organização: União Desportiva de Valmaior - Judo
Apoio: ADJA – Associação Distrital de Judo de Aveiro

Data, Horário e Local

11/04/2026	9H00 – Receção de atletas 9H45 – Organização de grupos 10H00 – Inicio da prova	Pavilhão Polidesportivo de Angeja Lugar dos Esporões, R. Parque Desportivo, 3850 Angeja GPS: 40.683099, -8.546201

Inscrição:
Através do preenchimento do ficheiro de inscrição até **dia 3 de abril de 2026**, enviado por correio eletrónico para: **adjaveiro@gmail.com**

Destinatários:

- Atletas inscritos nos clubes filiados na ADJA – Associação Distrital de Judo de Aveiro e outras associações.
- Atletas com idade entre os 4 e os 12 anos a 31/12/2026. (Nascidos de 2014 a 2022)

Arbitragem:
Convocatória da ADJA.

Informações:
Diretor de prova: Daniel Afonso - 927136931
Contacto ADJA: António da Costa - 917673354

Apoios:

A Direção da ADJA

Regulamento de prova

1- Escalões

Os escalões são definidos pelo ano de nascimento do atleta.

- Escalão I: 4 e 5 anos
- Escalão II: 6 e 7 anos
- Escalão III: 8 e 9 anos
- Escalão IV: 10 anos
- Escalão V: 11 anos
- Escalão VI: 12 anos

Pontoúnico: O cálculo doescalãoérealizadopeloanoemqueserealizaaprovamenos o ano de nascimento do atleta.

2- Áreas de combate

As áreas de combate têm a dimensão mínima de 5x5 metros, não podendo ser retangulares.

3- Definição dos grupos

a) Todos os atletas são pesados, antes da prova, de JudoGi completo.

b) Os atletas são divididos em grupos de 3, preferencialmente, com uma diferença máxima de 10% do peso corporal, dentro do seu escalão etário.

c) No caso de não ser possível incluir todos os atletas em grupos de 3, dentro do seu escalão, a organização pode:

- organizar grupos de 4 atletas, com diferença superior a 10% do peso corporal dos atletas,
- juntar o atleta no escalão imediatamente acima ou abaixo do seu escalão,
- Ambas as anteriores

Esta decisão é tomada pela organização não carecendo de consulta prévia dos treinadores.

d) Nos escalões IV, V e VI, os atletas ainda são divididos por sexo (masculino e feminino).

e) Nos grupos IV, V e VI, na impossibilidade de se cumprir o pressuposto de realização de um grupo de 3 atletas, cabe exclusivamente à organização juntar os atletas com os pressupostos da alínea c) ou inclusivamente a atletas do sexo oposto.

4- Sistema de competição

A competição desenrola-se segundo o quadro abaixo

Escalão	Tempo de combate	Pontuação	Técnicas proibidas
I	3min corrido	3 pontos*	Todas as PROIBIDAS nos Juvenis + técnicas de sutemi + com o braço em volta do pescoço do Uke (ex.Koshi-guruma e Kubi-Nage) + projeção com o(s) joelho(s) no solo
II			
III			

IV	3min	Pontuação FPJ para juvenis	Todas as PROIBIDAS nos Juvenis + técnicas de sutemi + projeção com o(s) joelho(s) no solo.
V			
VI	3 min	Pontuação FPJ para juvenis	Regras da FPJ

*Ponto: é toda a técnica pontuável.Cada técnica pontuável, independentemente da sua valoração, é anotada como 1 ponto.

5- Shidos

No caso dos escalões 1 a 3, ao 1º Shido "leve" deve ser dado um aviso, sendo que no 2º e subsequentes se deve atribuir Shido. Ao 3º shido é atribuído hansokumake.
Nos escalões 4 a 6 os shidos devem ser atribuídos normalmente.

6- Desempate

Sempre que, no final do tempo regulamentar, se verificar um empate, será adicionado 1 (um) minuto de tempo extra, em "*golden score*". Se no final do tempo adicional persistir o empate:
- Número de Shidos
- Decisão do árbitro

7- Equipas Técnicas

São aceites, na zona de competição, o máximo de 2 elementos por clube, indicados na ficha de inscrição.
Os treinadores/elementos de cada clube não podem criticar, questionar ou reprovar publicamente a atuação dos árbitros. Para tal devem dirigir-se ao responsável do torneio ou arbitragem, a indicar na divulgação, e apresentar o seu ponto de vista.

8- Conduta das Equipas Técnicas

As Equipas Técnicas devem abster-se de dar indicações para os atletas que se encontram a competir. O Circuito Moliceiro quer-se uma festa do desporto e do Judo em particular, com um ambiente salutar e cordial de disputa dentro da área de competição, e de festa fora dela.

9- Atletas

Os atletas devem respeitar as orientações dos árbitros. Após a realização dos seus combates e consequente entrega das medalhas, ficam disponíveis para se juntarem às suas famílias nas bancadas, ou aos seus treinadores. Fica à responsabilidade dos treinadores de cada clube o "caminho" a seguir pelos seus atletas.

10- Arbitragem

A equipa de arbitragem é convocada pela ADJA.

OPEN CADETES JUDO

MESTRE ANTÓNIO MORAIS



12 ABRIL 2026

INÍCIO 10:00H

PAVILHÃO DESPORTIVO MUNICIPAL DE SÃO MIGUEL, GUARDA

ORGANIZAÇÃO:

APOIO:

MUNICÍPIO DA GUARDA

Academia de Guarda Judo

CENTRO DE DESPORTO CULTURA E SOLIDARIEDADE SOCIAL DO PINHEIRO
C.D.C.S.S.P.
FUNDADO EM 14-10-86
B. DO PINHEIRO
GUARDA

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE CASTELO BRANCO

Urb Santiago, Edifício Jardim de Infância nº 2, cv – 6000 Castelo Branco

Open Cadetes - Mestre António Morais - 2026

Data	Domingo, 12 de Abril de 2026
Local	Pavilhão Desportivo Municipal de São Miguel Av. Cidade de Salamanca 51, 6300-538 Guarda
Tipo de Prova	Individual por categorias de peso e normas FPJ – Ranking Cadetes
Horários	**Dia 11 de Abril** - Pesagens Oficiosas: 18:30 h às 19:00 h, Pesagens Oficiais: 19:00 h às 20:00 h e **Dia 12 de Abril** - Pesagens Oficiosas: 8:00 h às 8:30 h, Pesagens Oficiais: 8:30 h às 9:30 h Sorteio: 9:30 h, Início da Competição: 10:00 h.
Inscrições	Para geral.adjcb@gmail.com até 1 de Abril de 2026 quarta-feira, através de modelo anexo em Excel, juntamente com o comprovativo de pagamento. Taxa de inscrição **15,00 €** (quinze euros) pagos através de transferência bancária para o IBAN: PT50 0010 0000 56344470001 81 Não são aceites transferências individuais, só aceitamos inscrições e transferências dos clubes e ou treinadores.
Documentação	Apresentação do cartão de cidadão ou passaporte na pesagem.
Arbitragem	A cargo da entidade organizadora
Assistência Médica	Permanência de um Fisioterapeuta durante a competição.
Prémios	Medalhas para os três atletas primeiros classificados e três equipas melhor pontuadas.
Apoios	Câmara Municipal da Guarda, Academia de Judo da Guarda e CCDR Pinheiro
Informações	961 163 839
Responsabilidade	A organização não se responsabiliza por qualquer tipo de acidentes inerentes à prova, apesar de providenciar os meios de apoio necessários.

Com o Apoio:

MUNICÍPIO DA GUARDA

Academia de Judo Guarda

B DO PINHEIRO

TORNEIO INFANTIL JUDO



11 ABRIL 2026

PAVILHÃO DESPORTIVO
MUNICIPAL DE SÃO MIGUEL

GUARDA

INÍCIO 11:00H

ORGANIZAÇÃO:

APOIO:

MUNICÍPIO DA GUARDA

Academia de Guarda Judo

CENTRO DE DESPORTO CULTURA E SOLIDARIEDADE SOCIAL DO PINHEIRO
C.D.C.S.S.P.
FUNDADO EM 14-10-86
B. DO PINHEIRO
GUARDA

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE CASTELO BRANCO

Urb Santiago, Edifício Jardim de Infância nº 2, cv – 6000 Castelo Branco

Torneio Infantil Aniversário ADJCB - 2026

Data	11 de Abril de 2026
Local	Pavilhão Desportivo Municipal de São Miguel Av. Cidade de Salamanca 51, 6300-538 Guarda
Escalão Etário	Benjamins/Infantis/Iniciados Masc. e Fem. – 2019/2018/2017/2016/2015/2014
Tipo de Prova	Individual por categorias de peso normas FPJ, devidamente adaptadas à faixa etária.
Horário	Pesagens oficiais: 9:30 h / 10:30 h Aquecimento em Conjunto: 10:30 h / Início da competição: 11:00 h
Inscrições	Para a Associação Distrital de Judo de Castelo Branco através do E-Mail: geral.adjcb@gmail.com em modelo FPJ em anexo, até ao dia **1 de Abril** quarta-feira, inscrições 5,00 € (cinco euros), até dia 8 de Abril 10,00 € (dez euros), após esta data não serão aceites quaisquer inscrições. Valores pagos através de transferência bancária para o IBAN: PT50 0010 0000 56344470001 81 Não são aceites transferências individuais, só aceitamos inscrições e transferências dos clubes e ou treinadores.
Documentação	Cartão de Cidadão.
Categorias de Peso	Serão abertas as categorias necessárias consoante os inscritos presentes na competição, sendo necessário no mínimo dois atletas para a abertura da respetiva categoria.
Assistência Médica	Permanência de um fisioterapeuta durante a competição.
Organização	Associação Distrital de Judo de Castelo Branco.
Regras	Poules preferencialmente de quatro atletas, contudo poderão ser criadas poules de 5, 3 ou até 2 atletas. Duração dos Combates – 2 minutos (com paragens). Regras Adaptadas – Proibido Sutemis, Koshiguruma sem pega, Seoi O Toshi.
Apoios Colaboração	Câmara Municipal da Guarda, Academia de Judo da Guarda e CCDR Pinheiro
Informações	961163839
Taxa de Inscrição	**Inscrições** até ao dia 1 de Abril quarta-feira, 5,00 € (cinco euros), até dia 8 de Abril 10,00 € (dez euros), após esta data não serão aceites quaisquer inscrições.
Prémios	Medalhas para os atletas classificados e Troféus às três primeiras equipas.
Responsabilidade	A organização não se responsabiliza por qualquer tipo de acidentes inerentes à prova, apesar de providenciar todos os meios de apoio necessários.