**CIRCULAR Nº** 088/26

**ASSUNTO:** Divulgação de Eventos

Odivelas, 17 de junho de 2026

Exmos. Senhores,

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

→ Programa Estudo do Kime-no-kata e Gokyo – Associação Treinadores

→ Programa XXX Clinic ANTJ (Albufeira) – Associação Treinadores

→ Outline - Open Central 2026 final – Associação Açores

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 da Kime-no-kata e Técnicas do Gokyo

### 11 e 12.07.2026 – Ílhavo (Aveiro)

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



## OBJETIVOS E PERTINÊNCIA DO TEMA

**Objetivos:** melhorar o conhecimento teórico-prático sobre a "Kime-no-kata" e algumas técnicas do Gokyo.

**Razões que justificam a pertinência da ação:** Atualmente, a Kime-no-Kata é praticada por uma significativa parte dos treinadores de Judo. As katas fazem parte do programa de exames de graduação, assim como do calendário competitivo nacional e internacional. O conhecimento das características e história das técnicas de Judo concorre para melhorar o processo de ensino-aprendizagem da modalidade.

## LOCAL

Pavilhão Desportivo da Gafanha do Carmo

https://maps.app.goo.gl/2tSBZNBmFJeTFjaf7

## PROGRAMA

**Sábado, 11.07.2026:**

- 09:30 – 13.00 -Prática
- Almoço
- 17:00 – 19:30 – Prática

**Domingo, 12.07.2026:**

- 09:00 – 13:00 – Prática

## FORMADOR




**Justo Herguedas Canales – 7.º dan Kodokan**

## CURRÍCULO DO FORMADOR

- Mestre-Treinador Nacional Especialista (Espanha): Judo em pé, Judo no solo, Katas e Arbitragem.
- Cinto Negro de Judo 7º Dan (Kodokan)
- Mestre reconhecido pelo Kodokan nas seguintes katas: Nage-no-kata, Katame-no-kata, Kime-no-kata, Ju-no-kata, Kodokan-goshin-jutsu, Koshiki-no-kata, Itsutsu-no-kata.
- Participação em vários cursos internacionais de katas.
- Medalhas de Mérito Desportivo atribuídas pela Real Federação Espanhola de Judo e Disciplinas Associadas.

## INSCRIÇÃO/TAXA

**Inscrição *online* obrigatória (aceder ao link que se encontra mais abaixo):**

- **Preços da Ação de Formação para associados (com quotas em dia) da ANTJ:** 10 euros
- **Outras inscrições:** 60 euros

**Notas:**

- 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 a graduação (mínima) de 1.º dan e pertencerem, no mínimo, ao escalão etário de juniores.
- Será obrigatório o uso de judogi branco.

**OUTRAS INFORMAÇÕES IMPORTANTES:**

**Link para inscrição:** https://forms.gle/f1frbCYSW7Nis7WC9

**Dados para transferência bancária (NIB):** 0035 0310 00037821 330 49 (Caixa Geral de Depósitos). Possibilidade de pagamento no local em dinheiro ou cartão bancário

**Contactos:**

Rui Veloso: 966220962

Carlos Ramos: 917201915

*Email* para contacto – antjudo@gmail.com

## COLABORADORES

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

# XXX CLINIC ANTJ - 2026

## Albufeira (Faro), 12 e 13 de setembro

## Alfredo Vismara (ITA)



## PROGRAMA

**SÁBADO 12.09.2026:**

- **09:00 – 13:00 -** Sessão prática
- **13:30** – **Almoço**
- **17:30 – 19:30 –** Sessão prática
- **21:00** – **Jantar**

**DOMINGO 13.09.2026:**

- **09:00 – 13:00** – Sessão prática

## CONTEÚDOS

**Nage-waza:** técnicas do Gokyo, Renzoku-waza e Kaeshi-waza.

**Ne-waza:** entradas e viragens no solo, osaekomi-waza, kansetsu-waza e shime-waza.

## LOCAL DAS SESSÕES

- Pavilhão Desportivo de Olhos de Água

https://maps.app.goo.gl/CVbZASL7wBMuauyk9

## ALOJAMENTO

- Hotel Miraparque (650m do Pavilhão)

https://maps.app.goo.gl/zo1F278kU13BCEFw6

## INSCRIÇÕES/TAXA

**Preenchimento online:** https://forms.gle/K6PdyLzHfYh5bFCp8

**Contactos:**

Rui Veloso – 966 220 962
Carlos Ramos – 917 201 915
Email para contacto – antjudo@gmail.com

**Preço do XXV CLINIC:**

**Associados da ANTJ** (com quotas em dia) – 60 euros
**Outros treinadores** – 150 euros

**Dados para transferência:**
**Banco:** Caixa Geral de Depósitos
**NIB –** 0035 0310 00037821 330 49
**IBAN –** PT50 0035 0310 00037821 330 49
**BIC/SWIFT -** CGDIPTPL

**Notas importantes:**
- Só serão assumidas inscrições na ação e reserva de alojamento após a receção do respetivo comprovativo de transferência bancária.
- Será obrigatório o uso de judogi branco.

## CURRÍCULO ALFREDO VISMARA



- Graduação – 9.º dan (desde 2012).
- Campeão da Europa no escalão júnior.
- Várias vezes campeão italiano.
- Formador reconhecido a nível nacional e internacional.
- Com mais de 50 anos de experiência, é conhecido pelos seus vastos recursos educativos e didáticos focados na técnica, kata e randori.
- Treinador em clubes de referência: Dojo Ko Sen (Milão) e Musokan-Wellness (Milão).

## COLABORADORES

Federação Portuguesa de Judo

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DO ALGARVE
ADjA

CIDADE DE ALBUFEIRA

CLUBE DESPORTIVO
AREIAS S. JOÃO
ALBUFEIRA

JUD JERÓNIMUS

# OPEN CENTRAL.

JUDO | Estágio Associativo



## ANTÓNIO SARAIVA

**SELECIONADOR NACIONAL CADETES FPJ**

Desde 2017

**Destinatários**

Juvenis, Cadetes e Juniores

**Local**

Pavilhão Municipal de
Angra do Heroísmo

# 2026

## 4 a 7 | JUL

Segue-nos!

INSCREVE-TE ... 912 520 620 clubeescolarja@gmail.com

Governo dos Açores · Angra do Heroísmo · ZeniTravel viagens e turismo · JBLA

## DATAS

4 a 7 de julho de 2026

## ORGANIZAÇÃO

CEJA - Clube Escolar Jerónimus D'Angra

**EMAIL:** clubeescolarja@gmail.com

**Telef:** +351 912520620

Associação de Judo do Arquipélago dos Açores

### CONTATOS DE ORGANIZAÇÃO DO ESTÁGIO

**Rute Meireles: 912520620**

**Vitória Meireles: 910148594**

## LOCALIZAÇÃO:

## OPEN e ESTÁGIO

PAVILHÃO MUNICIPAL DE ANGRA DO HEROÍSMO

Rua Tomé Belo de Castro (Cerrado do Bailão)

## ALOJAMENTO e ALIMENTAÇÃO:

EB1/JI Infante Dom Henrique

Rua do Rego, nº 17 (Alto das Covas)

## COMODIDADES

Localização privilegiada no centro da cidade de Angra do Heroísmo

- Supermercado - 2 minutos
- Restaurante - 1 minuto
- Zona Balnear - 3 minutos

## PRELETORES CONVIDADOS

### António Saraiva



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE JUDO

Selecionador Nacional de Cadetes desde 2017

## ESCALÕES

- Formação Base (2022/2014)
- Juvenis (2012 e 2013)
- Cadetes (2011/2010/2009)
- Juniores (2008/2007/2006)

## PROGRAMA

### ENCONTRO DA FORMAÇÃO BASE

| Dia 4 | |
|---|---|
| 10h00/11h00 | Aquecimento/Encontro/Medalhas |

### OPEN CENTRAL - CADETES - JUVENIS - JUNIORES

| Dia 4 | |
|---|---|
| A partir das 7h30 | Receção das equipas não residentes |
| 11h00/13h30 | Pesagens oficiosas |
| 11h30/12h30 | Pesagens oficiais |
| 12h30/13h15 | Almoço |
| 14h30 | Open Central Cadetes |
| 16h30 | Open Central Juvenis |
| 17h45 | Open Central Juniores (previsão) |
| 20h00/20h45 | Jantar |

***os atletas terão 2,5% de tolerância**

# ESTÁGIO

| Dia 5<br>Domingo | Dia 6<br>2ª feira | Dia 7<br>3ª feira |
|---|---|---|
| Pequeno Almoço<br>8h00 – 08h30 | Pequeno Almoço<br>8h00 – 08h30 | Pequeno Almoço<br>8h00 – 08h30 |
| Curso de Garduações<br>8h30 - 10h00 | Curso de Garduações<br>8h30 - 10h00 | Exames de Garduação<br>8h30 - 10h00 |
| Treino 1<br>10h00 – 12h00 | Treino 3<br>10h00 – 12h00 | Treino 5<br>10h00 – 12h00 |
| Almoço<br>12h30 – 13h30 | Almoço<br>12h30 – 13h30 | Almoço<br>12h30 – 13h30 |
| Curso de Garduações<br>13h30 - 15h30 | Curso de Garduações<br>13h30 - 15h30 | |
| Treino 2<br>15h30 – 17:30 | Treino 4<br>15h30 – 17:30 | Partida das comitivas<br>16:00/18:00 |
| Ação de Formação<br>18:00 – 20:00 | Ação de Formação<br>18:00 – 20:00 | |
| Jantar<br>19h30 – 20h45 | Jantar<br>19h30 – 20h45 | |

***Programa sujeito a alterações**

## EQUIPAMENTO NECESSÁRIO

Cada atleta deve dispor do seguinte Equipamento:

- Judogui;
- Saco de Cama;
- Toalha e produtos de Higiene pessoal;
- Ténis;
- Roupa desportiva;
- Agasalho.

# INSCRIÇÕES

## TAXA DE INSCRIÇÃO

- 100€ por atleta Inscrição até às 23:00 de dia 4 de junho, os atletas filiados na AJAA o custo são 80€;
- 120€ por atleta Inscrição até às 23:00 de dia 21 de junho;
- **O Valor inclui**: Participação no Open, Estágio, Curso de Graduações, Ação de Formação, Alojamento, Transportes Terrestres e Alimentação (Pequeno Almoço, Almoço, Jantar);
- 40€ por atleta que só queira participar no Estágio (sem alojamento e sem alimentação).

## PROCEDIMENTOS

- As inscrições deverão ser feitas até 4 de junho;
- Aos atletas e treinadores exteriores à ilha Terceira será garantido o transporte do aeroporto para o local do evento e posteriormente do local do evento para o aeroporto, pelo que devem informar os horários dos voos, na vossa inscrição;
- Todos os atletas podem participar, de forma gratuita no Open, desde que o clube os inscreva dento do prazo;
- Para atletas e treinadores da ilha Terceira, o clube deve especificar se os atletas pernoitam e se fazem alimentação.

O **processo de inscrição** deverá ser feiro da seguinte forma:

1. Preencher documento em formato *Excel:* "Ficha de Inscrição AJAA -OC - 26"
2. Efetuar o Pagamento do Estágio para: **NIB:** PT50 0035 0099 00041847130 83
3. Enviar, em anexo, o **comprovativo de pagamento** e "**Ficha de Inscrição AJAA -OC - 26**" preenchida para os seguintes *emails:*
   - diretor.tecnico.ajaa@gmail.com

- clubeescolarja@gmail.com
- secretaria.ajaa@gmail.com

4. Aguardar um *email* com confirmação e recibo por parte da entidade organizadora.

## Agendamento de Passagens:

**Zenit Travel - Marta Silva (incoming@zenitravel.com; 295 249 27**