



Federação Portuguesa
de Judo

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE JUDO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA DESPORTIVA

CONT N.º 501 515 674

FUNDADA EM 1959 – MEMBRO DA UNIÃO EUROPEIA DE JUDO E DA FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE JUDO

CIRCULAR N.º 069/17

ASSUNTO: 1.º Estágio das Comissões Associativas de Graduações – **Programa e alteração de dia** (25 de março de 2017)

Lisboa, 15 de março de 2017

Exmos. Senhores,

Vimos por este enviar o programa do Estágio para as Comissões Associativas de Graduação. Mais se informa que este Estágio, inicialmente previsto para dia 26 de março de 2017, se realizará no dia **25 de março de 2017 em Coimbra**, entre as 10:00 e as 18:00, conforme programa em anexo.

Com os melhores cumprimentos,

O Secretário-geral da FPJ



Filipe Carmo Ferreira





Federação Portuguesa
de Judo

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE JUDO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA DESPORTIVA

CONT N.º 501 515 674

FUNDADA EM 1959 – MEMBRO DA UNIÃO EUROPEIA DE JUDO E DA FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE JUDO

FORMAÇÃO C.N.G 2017 PROGRAMA TÉCNICO

	NAGE - WAZA		KATAME - WAZA		
	GOKYO	KATAS	OSAE-KOMI-WAZA	SHIME-WAZA	KANSETSU-WAZA
1º ESTÁGIO DAS COMISSÕES ASSOCIATIVAS DE GRADUAÇÃO	1º KYO	NAGE-NO-KATA (3 primeiros grupos)	<u>KESA-GATAME</u>	<u>JUJI-JIME</u>	UDE-HISHIGI-JUJI-GATAME
	2º KYO		ON-KESA-GATAME	NAMI-JUJI-JIME	UDE-HISHIGI-UDE GATAME
			KUSURE-KESA-GATAME	KATA-JUJI-JIME	UDE-HISHIGI-HIZA-GATAME
			USHIRO-KESA-GATAME	GYAKU-JUJI-JIME	UDE GARAMI
			MAKURA-KESA-GATAME		
			KATA-GATAME		

Data: 25 de março de 2017

Local: Coimbra (Sala de Judo do Estádio Cidade de Coimbra - junto à Igreja de S. José)

Horário: das 10:00 às 13:00 e das 15:00 às 18:00

