



Federação Portuguesa  
de **Judo**

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE JUDO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA DESPORTIVA

CONT N° 501 515 674

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

CIRCULAR Nº 118/17

ASSUNTO: Divulgação de Eventos

Lisboa, 11 de maio de 2017

Exmos. Senhores,

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

- Estágio Internacional de Judo de Verão – Associação Setúbal
- VI Taça António Lopes Aleixo – Associação Coimbra
- Curso de Árbitros – Associação de Lisboa

Com os melhores cumprimentos e cordiais

Saudações Desportivas  
O Presidente da FPJ

Jorge Fernandes



## ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE COIMBRA

Fundada em 12 de Abril de 1978 – Membro da Federação Portuguesa de Judo

CONT N° 501 877 495

# VI Taça António Lopes Aleixo Coimbra

<b>Organização:</b>	Associação Distrital de Judo de Coimbra
<b>Local da prova:</b>	Pavilhão Multidesportos Dr. Mário Mexia
<b>Data:</b>	17 de Junho de 2017
<b>Escalão:</b>	Cadetes M / F e Juvenis M / F
<b>Categorias de Peso:</b>	
<b>Masculino:</b>	Todas as categorias reconhecidas pela Federação
<b>Feminino:</b>	Todas as categorias reconhecidas pela Federação
<b>Horário:</b>	<b>Cadetes</b>
<b>Pesagem:</b>	Das 09:15 às 10:00 horas (todas as categorias)
<b>Sorteio:</b>	10:00 horas
<b>Início:</b>	10.30 horas
	<b>Juvenis</b>
<b>Pesagem:</b>	Das 11:00 às 11:30 horas (todas as categorias)
<b>Sorteio:</b>	11:30 horas
<b>Início:</b>	12.00 horas
<b>Normas:</b>	De acordo com as Normas da Federação Portuguesa de Judo
<b>Arbitragem:</b>	Cada Clube participante tem de indicar um árbitro para a competição, caso contrário é aplicado o valor de 30€ como forma compensatória. O pagamento dos árbitros indicados pelos Clubes é da responsabilidade do Clube que indica. Os árbitros têm de ser portadores de equipamento oficial. Na ficha de inscrição dos atletas tem de vir mencionado o nome do árbitro.
<b>Prémios:</b>	Taça para o 1º Classificado e Medalhas ao 2º e 3ºs classificados
<b>Inscrições:</b>	Até às 18 horas do dia 9 de Junho, para esta Associação.
<b>Assist. Médica:</b>	É garantida assistência médica durante a prova.
<b>Responsabilidade:</b>	A organização declina quaisquer responsabilidades em eventuais incidentes que possam ocorrer durante a prova.
<b>Documentação:</b>	Licença Federativa actualizada e documento de identificação.
<b>Apoios:</b>	Câmara Municipal de Coimbra

---

E-MAIL: [adjcoimbra@sapo.pt](mailto:adjcoimbra@sapo.pt)

APARTADO 4019 – 3030 COIMBRA



# Estágio Internacional de Judo de Verão

Costa da Caparica  
24 a 29 de Julho  
2017



Treinadora convidada  
**Cathy Arnaud - 7º Dan**  
Tri-Campeã do Mundo

Director de Estágio: Nelson Trindade - 6º Dan

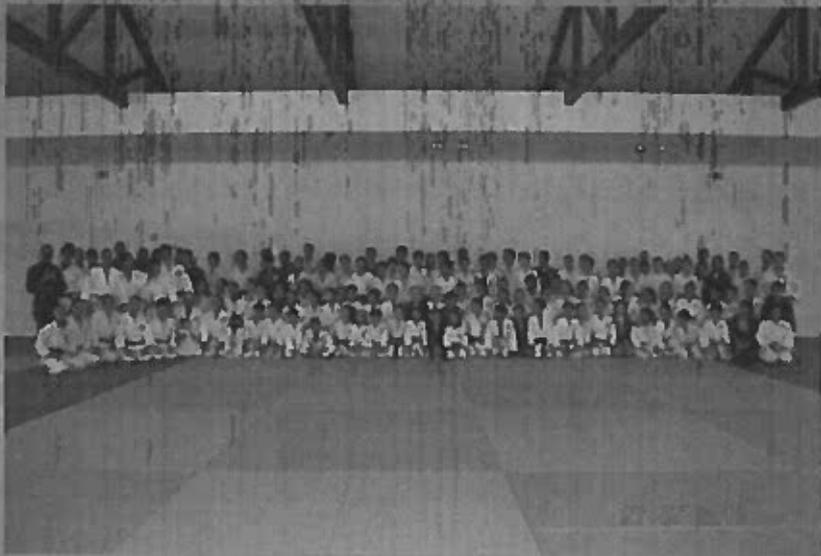


PORTUGAL  
JUDO PARA TODOS  
INATEL - COSTA CAPARICA



\*Experimenta e vem  
fazer connosco.

\*Informações e inscrições: <http://www.judocostacaparica.pt>



# Judo hotel

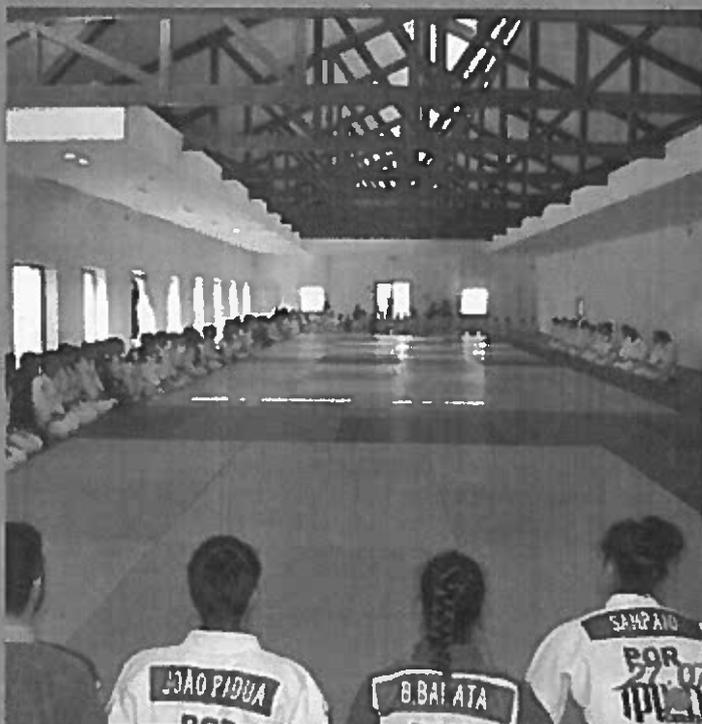
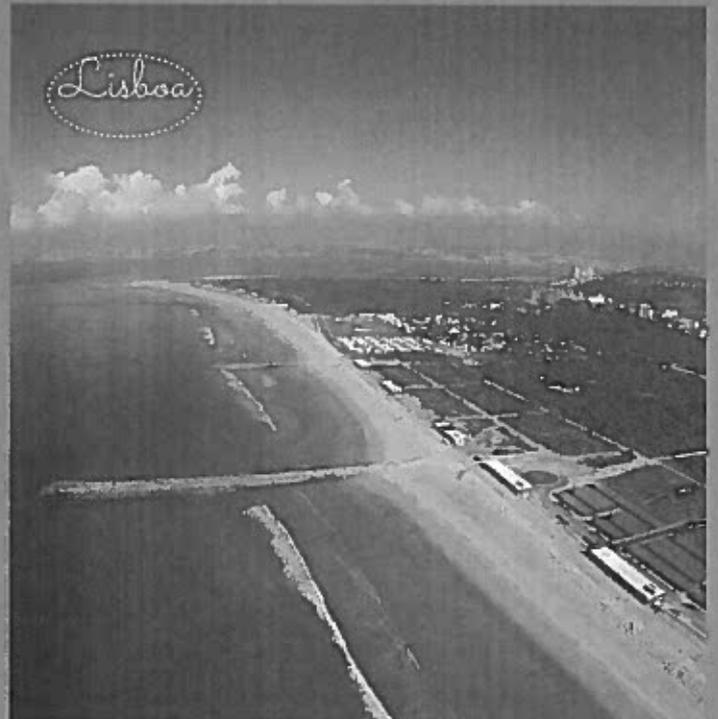
350 €  
pensão completa

# Judo camping

175 €  
pensão completa

Todas as informações e inscrições em

[www.judocostacaparica.pt](http://www.judocostacaparica.pt)



## Estágio Internacional de Judo de Verão da Costa da Caparica - Almada

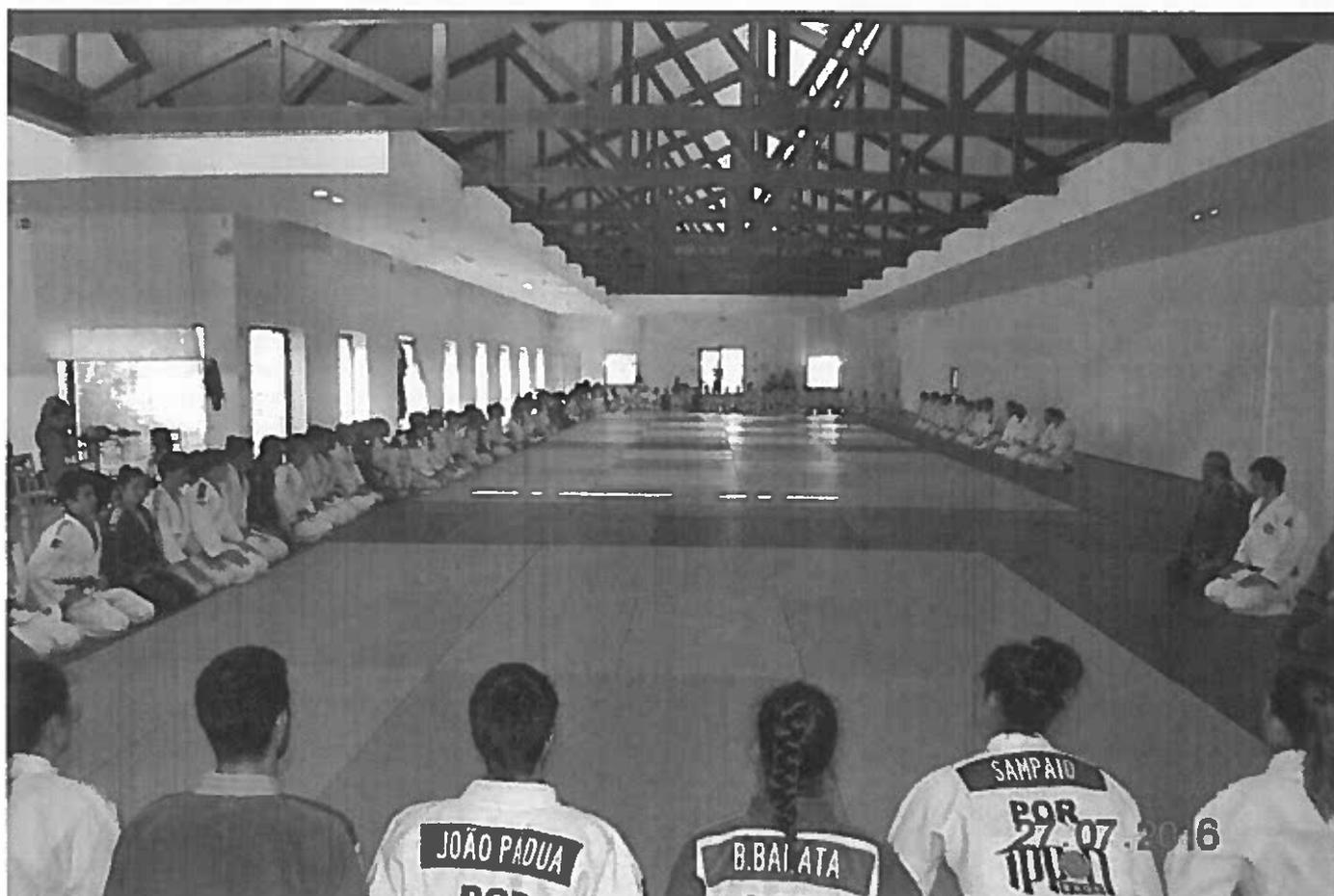
As condições são excelentes, quer da instalação de judo com 600m<sup>2</sup> de tapetes, quer da qualidade das refeições e a possibilidade de fazer campismo junto à praia onde tudo é feito a pé sem necessidade de utilização de transporte. As refeições são servidas na sala ao lado do tapete. O parque de campismo fica a 5 minutos a pé com muitos balneários à disposição. Teremos uma escola de surf do Judoca Miguel Almeida que se disponibiliza para aulas de surf ou aluguer de material a preços especiais de estágio. Há animação e ocupação social todas as noites para preenchimento dos tempos livres.

O estágio tem como objectivo a prática de judo, técnica e randori, para as idades a partir dos 8 anos, estando previsto a inclusão de judo para pessoas com deficiência, estudo de katas e está ainda por confirmar a defesa-pessoal por especialistas credenciados na área policial. Treinos de manhã e à tarde. Cathy Arnaud 7ºDan é a treinadora convidada para esta primeira edição e está previsto um conjunto de treinadores a darem o devido apoio no tapete.

Link de informações:

- [www.judocostacaparica.pt](http://www.judocostacaparica.pt)

Preços especiais para grupos.





# Estágio Internacional de Judo de Verão

Costa da Caparica

24 a 29 de Julho

2017



Treinadora convidada  
**Cathy Arnaud - 7º Dan**  
Tri-Campeã do Mundo

Director do Estágio: Nelson Trindade - 6º Dan



PORTUGAL  
JUDO PARA TODOS  
INATEL - COSTA CAPARICA



Experimenta e vem  
saber conosco.

Informações e inscrições: <http://www.judocostacaparica.pt>



Todas as informações e inscrições em  
[www.judocostacapitica.pt](http://www.judocostacapitica.pt)





# 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 FAX – 218 461 608

E-Mail: [director.tecnico@adiudolisboa.pt](mailto:director.tecnico@adiudolisboa.pt) Endereço: [www.adiudolisboa.pt](http://www.adiudolisboa.pt)

Facebook: [www.facebook.com/adiudolisboa](https://www.facebook.com/adiudolisboa)

CIRCULAR nº 51 /17/DT

Lisboa, 11 de Maio de 2017

## Ação de Formação: Curso de Árbitros ADJL 2017

Data: 03 de Junho e 04 de Junho de 2017

Total de Horas: 22 horas

Local: Sala de Formação e Dojo da Escola Básica e Secundária Passos Manuel (Travessa do Convento de Jesus, 1240-027 Lisboa).

### PROGRAMA GERAL

Componente teórico-prática – 15h00m

03 Junho (sábado)	04 Junho (Domingo)
<i>Componente teórica</i>	<i>Componente prática</i>
9h - 13h (4 horas)	9h – 13h (4 horas)
<ul style="list-style-type: none"><li>- Missão de Arbitrar</li><li>- Estrutura da arbitragem</li><li>- Regras de arbitragem – Parte I</li><li>- Análise de vídeo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cronometragem e mesa de provas</li></ul>
14h30 – 18h30 (4 horas)	14h30 – 15h30 (1 hora)
<ul style="list-style-type: none"><li>- Regras de arbitragem – Parte II</li><li>- Sessão prática - tapete</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Esclarecimento de dúvidas</li></ul>
	16h00 – 18h30 (2 horas)
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Avaliação teórica – teste escrito</li></ul>

Avaliação prática: Será realizada durante algumas provas do 1º e 2º semestre de 2017, de acordo com o calendário da ADJL (7 horas).





# 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 FAX – 218 461 608

E-Mail: [director.tecnico@adjudolisboa.pt](mailto:director.tecnico@adjudolisboa.pt) Endereço: [www.adjudolisboa.pt](http://www.adjudolisboa.pt)

Facebook: [www.facebook.com/adjudolisboa](https://www.facebook.com/adjudolisboa)

## PROGRAMA DESCRITIVO

03 de Junho de 2017

### I. A missão de arbitrar

- O que é ser árbitro
- A imparcialidade e neutralidade do árbitro
- A autoridade e competência do árbitro
- Qualidades e deveres de um árbitro
- Arbitragem no Judo
- Perfil do árbitro de Judo

### II. A estrutura da arbitragem

- Regulamento Nacional de Arbitragem

### III. Regras de arbitragem (de acordo com as orientações da UEJ e FIJ).

### IV. Análise de vídeo

Visualização e discussão de situações reais  
Esclarecimento de dúvidas

### V. Sessão prática (tapete)

- Explicação prática das regras de arbitragem e da postura do árbitro
- Simulação de situações
- Esclarecimento de dúvidas

04 de Junho de 2017

### VI. Cronómetros e Mesa de provas

- A evolução dos cronómetros (dos cronómetros manuais aos eletrónicos)
- Os cronómetros, o árbitro e as regras de arbitragem
- Regulamento de provas
- Manuseamento dos cronómetros e preenchimento de folhas de prova – sessão prática

### VII. Avaliação teórica

- Teste escrito de 2 horas. Terá de ter uma nota mínima de 15 valores (75%) para poder realizar avaliação prática.

### VIII. Avaliação prática (dias a agendar – avaliação contínua durante as provas do 1º semestre e 2º semestre de 2017).



[www.istasdejuda.com](http://www.istasdejuda.com)





# 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 FAX – 218 461 608

E-Mail: [director.tecnico@adjudolisboa.pt](mailto:director.tecnico@adjudolisboa.pt) Endereço: [www.adjudolisboa.pt](http://www.adjudolisboa.pt)

Facebook: [www.facebook.com/adjudolisboa](http://www.facebook.com/adjudolisboa)

## CONDIÇÕES DE CANDIDATURA:

Idade mínima – 17 anos;

Graduação mínima - 1º Kyu;

## INSCRIÇÕES

Inscrições: para [secretaria@adjudolisboa.pt](mailto:secretaria@adjudolisboa.pt) até às 24h do dia 29 de Maio de 2017 (Segunda-feira);

Taxa: 50€, pagos por transferência bancária para o NIB 0010 0000 909204800 02 76, ou por multibanco nas instalações da ADJL;

Limite de Inscrições: 15 formandos (inscrição só será considerada após pagamento da taxa e devidamente comprovado);

Prioridade de Inscrições: Se o número de inscrições for superior ao limite estabelecido, a seleção será efetuada de acordo com os seguintes critérios:

- a) Judoca federado por Clube da ADJL;
- b) Maior Graduação;
- c) Antiguidade da licença federativa.

**O Gabinete Técnico**

**Luís Dias**

Distribuição:

Clubes / Treinadores da ADJL/Associações Distritais de Judo/FPJ.





## ANEXO RELATÓRIO

## Identificação Formandos

### AÇÃO DE FORMAÇÃO CURSO DE ÁRBITROS, CRONOMETRISTAS E MESA DE PROVA

Nome	_____		
Sexo	M <input type="checkbox"/>	F <input type="checkbox"/>	Data de Nascimento _____
Morada	_____		
Localidade	_____	Código Postal	_____
Telefone	_____	E-mail	_____
Atividade Profissional	_____		

#### Habilitações Literárias

Escolaridade Obrigatória (9º ano)	_____	
12º Ano de Escolaridade	_____	
Licenciatura	_____	Qual _____
Mestrado / Doutoramento	_____	Qual _____

#### Currículo Desportivo

Praticante	Federado	_____
	Internacional	_____
Treinador	_____	
Árbitro	_____	
Dirigente	_____	
Outro	Qual	_____