



# 5ASSOCIAÇÃO DISTRIAL DE JUDO DE CASTELO BRANCO

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

## Clubes / Treinadores

v/refª	v/ comunicação de	n/refª	data 20-12-2024
--------	-------------------	--------	--------------------

Assunto:  
Estágio Técnico Associativo Janeiro 2025

Exmos. Srs.

Com vista à preparação dos exames associativos de graduações do primeiro semestre e futuras ações do plano distrital de Katas e Gokyo, vimos por este meio convidar todos os clubes, treinadores e respetivos atletas nascidos em 2014 e anos anteriores, com graduação superior a 3º Kyu (cinto verde) para participarem na atividade supracitada, mediante horários apresentados de seguida.

Este estágio técnico terá lugar no dia **26 de Janeiro de 2025** no Tatami do Atlético Fundanense no Pavilhão Municipal do Fundão, das **9:00 h às 12:00 h**, será orientado e ministrado pela Comissão de Associativa de Graduações e ou outros convidados.

### As temáticas propostas são:

Gokyo; Técnica de Base; Nage No Kata; Katame No Kata; Kime No Kata.

As **Inscrições**, devem ser enviadas para a secretaria da ADJCB até dia **24 de Janeiro de 2025**, através de email ou sms através do WhatsApp.

**Nota:** Os interessados em realizar Exame Associativo de Graduação no primeiro semestre, deverão participar de forma periódica e regular nos Estágios Técnicos Associativos.

Sem outro assunto de momento, cumprimentos,

(Presidente da Direção – Abel Louro)

