



ASSOCIAÇÃO DISTRITAL 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
		/2023	30-03-2023
Assunto:			
Estágio Técnico Associativo Abril 2023			

Exmos. Srs.

Com vista à preparação dos exames associativos de graduações do primeiro semestre e futuras ações do plano distrital de Katas, vimos por este meio convidar todos os clubes, treinadores e respetivos atletas nascidos em 2008 e anos anteriores, com graduação superior a 2º Kyu para participarem na atividade supracitada, mediante horários apresentados de seguida.

Este estágio técnico terá lugar no dia **15 de Janeiro** no Complexo Municipal de Piscinas de Castelo Branco – Sala de Judo, das 15 h às 18 h e será orientado e ministrado pela Comissão de Associativa de Graduações e ou outros convidados.

As temáticas propostas são:

Técnica de Base, Nage No Kata, Katame No Kata e Kime No Kata.

As **Inscrições**, devem ser enviadas para a secretaria da ADJCB até dia 14 de Abril 2023, 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)