



ASSOCIAÇÃO DISTRIITAL 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
		D018 /2022	16-12-2022
Assunto:			
Estágio Técnico Associativo Janeiro 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 **21 de Janeiro** no Pavilhão Municipal do Fundão na Sala de Judo do Atlético Clube Fundanense, das 9 h às 12 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 16 de Janeiro 2023, através de email ou sms através do WhatsApp.

Sem outro assunto de momento, cumprimentos,



(Presidente da Direção – Abel Louro)