



# 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

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)

CIRCULAR nº 61/22/DT

Lisboa, 16 de Novembro de 2022

## CIRCULAR

### Exame de Graduações Associativos para 1º, 2º e 3º Dan

Vimos por este meio informar que os Exames de Graduação para 1º, 2º e 3º Dan irão realizar-se no próximo **dia 17 de Dezembro de 2022** (Sábado), no Pavilhão Multidesportivo do Parque de Jogos 1º de Maio – Inatel (Av. Rio de Janeiro – Lisboa). O horário dos exames é o seguinte:

<b>Sábado, 17 de Dezembro de 2022</b>	<b>Grupo de candidatos que se propõem a exame de graduações direto.</b>	<b>Início dos exames: 09h00 – 14h00</b>
---	---	---

### Requisitos de inscrição aos candidatos a exame direto - Candidato a 1º Dan

#### Via Normal

- Licença federativa 2022 revalidada;
- 48 Meses de prática federada (4 anos);
- Mínimo de 1 ano na graduação anterior;
- Idade mínima: 15 anos (concluídos à data de exame).

#### Via Rápida

- Licença federativa 2022 revalidada;
- 36 Meses de prática federada (3 anos);
- Participação em 6 competições de âmbito Associativo ou superior, após integrarem o escalão correspondente aos 14 anos de idade;
- Mínimo de 1 ano na graduação anterior;
- Idade mínima: 15 anos (concluídos à data de exame).

Dist.: Clubes / Treinadores.





# 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

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)

## Requisitos de inscrição aos candidatos a exame direto - Candidato a 2º Dan

### Via Normal

- Licença federativa 2022 revalidada;
- Mínimo de 2 anos na graduação anterior;
- Idade mínima: 17 anos (concluídos à data de exame).

### Via Rápida

- Licença federativa 2022 revalidada;
- Mínimo de 2 anos na graduação anterior;
- 30 pontos (artigo 5º do Regulamento de Graduações FPJ);
- Idade mínima: 17 anos (concluídos à data de exame).

## Requisitos de inscrição aos candidatos a exame direto - Candidato a 3º Dan

### Via Normal

- Licença federativa 2022 revalidada;
- Idade mínima: 21 anos;
- Tempo de graduação 2º Dan: 03 anos.

### Via Rápida

- Licença federativa 2022 revalidada;
- Idade mínima: 20 anos;
- Pontos: 40 pontos;
- Tempo de graduação 2º Dan: 03 anos;

A opção dos candidatos pela Via Rápida depende do preenchimento dos requisitos previstos para esse efeito no Regulamento de Graduações 2022 da Federação Portuguesa de Judo.

Dist.: Clubes / Treinadores.





# 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

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)

## Conteúdos para Exame de Graduação

Os conteúdos a saber para o Exame de Graduação de 1º, 2º e 3º *Dan* encontram-se no Regulamento de Graduações 2022 da Federação Portuguesa de Judo.

## Constituição do Júri de Exame

- Henrique Nunes, 8º *Dan*;
- Nuno António, 6º *Dan*;
- Luís Figueiredo, 5º *Dan*;
- Fernando Seabra, 5º *Dan*;
- Sandra Saiote, 3º *Dan*.

## Inscrição

- Entrega obrigatória da Ficha de Exame – 1º, 2º e 3º *Dan*, **devidamente preenchida e assinada** pelo treinador;
- Candidatos a 1º *Dan*, taxa de inscrição: 65€;
- Candidatos a 2º *Dan*, taxa de inscrição: 85€;
- Candidatos a 3º *Dan*, taxa de inscrição: 100€;
- **A inscrição terá de ser efetuada até às 24h00 do dia 12 de Dezembro (segunda-feira)**;
- Inscrição é apenas contabilizada após envio do comprovativo de transferência da taxa de inscrição, ou pagamento via multibanco nas instalações da ADJL.

## O Gabinete Técnico

Luís Dias

Dist.: Clubes / Treinadores.

