



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: secretaria@adjudolisboa.pt

Endereço: www.adjudolisboa.pt

Facebook: www.facebook.com/adjudolisboa

CIRCULAR nº 55/25/DT

Lisboa, 18 de Novembro de 2025

CIRCULAR

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

Vimos por este meio informar que os Exames de Graduação Associativos para 1º, 2º e 3º Dan irão realizar-se no próximo **dia 13 de Dezembro de 2025** (Sábado), no Parque de Jogos 1º Maio (Avenida Rio de Janeiro, 1700-330 Lisboa). O horário dos exames é o seguinte:

Sábado, 13 de Dezembro de 2025	Grupo de candidatos que se propõem a exame de graduações direto.	Início dos exames: 09h00 – 13h00
---	---	---

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

Via Normal

- Licença federativa 2025 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 2025 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.: FPJ / Clubes / Treinadores.



Federação Portuguesa
de Judo





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: secretaria@adjudolisboa.pt

Endereço: www.adjudolisboa.pt

Facebook: www.facebook.com/adjudolisboa

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

Via Normal

- Licença federativa 2025 revalidada;
- Mínimo de 2 anos na graduação anterior;
- Idade mínima: 17 anos (concluídos à data de exame).

Via Rápida

- Licença federativa 2025 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 2025 revalidada;
- Idade mínima: 21 anos (concluídos à data de exame).
- Tempo de graduação 2º Dan: 03 anos.

Via Rápida

- Licença federativa 2025 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 2025 da Federação Portuguesa de Judo.

Dist.: FPJ / Clubes / Treinadores.



Federação Portuguesa
de Judo





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: secretaria@adjudolisboa.pt

Endereço: www.adjudolisboa.pt

Facebook: 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 2024 da Federação Portuguesa de Judo.

Constituição do Júri de Exame

- 6º Dan, Fernando Seabra
- 6º Dan, Jerónimo Ferreira
- 6º Dan, Luís Figueiredo
- 6º Dan, Nuno António
- 2º Dan, Miguel Reis

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: 70€;
- Candidatos a 2º *Dan*, taxa de inscrição: 90€;
- Candidatos a 3º *Dan*, taxa de inscrição: 110€;
- **A inscrição terá de ser efetuada até às 24h00 do dia 08 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.: FPJ / Clubes / Treinadores.



Federação Portuguesa
de Judo



www.fatosdejudo.com

