



INSTITUTO
CNPJ 66.995.440/0002-15

KIAI-KAN

FILIADA A FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

R. Cavaleiro Petráglio, 89, Santos Dumont, Franca - SP, 14405-327
e-mail: kiaikanfranca@gmail.com | site: kiaikanfranca.com

FONE: (16) 3409-4448

柔道

RELATÓRIO DE ATIVIDADES SETEMBRO DE 2023

TURMA DE INICIAÇÃO ESPORTIVA DE JUDÔ | **FAIXA ETÁRIA: 07 A 12 ANOS**

LOCAL: CENTRO COMUNITARIO JD. SANTA MARIA - RUA SANTA IZABEL, Nº 2521

PROFESSOR: CARLOS ALBERTO ZACARIAS DE OLIVEIRA

DESCRITIVO DA AULA

No mês de setembro, demos continuidade à prática dos Ukemi-Waza, trabalhando assim com intensidade as 04 principais técnicas de amortecimentos do Gokyu, técnicas estas usadas para quedas de frente, costas e lados, chamadas no Japão de MAE-Ukemi, Ushiro-Ukemi, Yoko-Ukemi e Zempô-Kaiten-Ukemi.

Ainda seguindo as atividades judoística, intensificaram à prática dos golpes principais do judô, golpes demasiadamente corretos que permitem contato com o Nage Waza, projeções das quedas de forma repetitiva. As aulas também tiveram o foco no Randori (técnica de treinos, realizadas de forma livre).

Metas atingidas: Aprendizagem dos movimentos intermediários e socialização do grupo.

FOTOS



INSTITUTO
CNPJ 66.995.440/0002-15

KIAI-KAN

FILIADA A FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

R. Cavaleiro Petráglio, 89, Santos Dumont, Franca - SP, 14405-327
e-mail: kiaikanfranca@gmail.com | site: kiaikanfranca.com

PHONE: (16) 3409-4448

柔道





INSTITUTO
CNPJ 66.995.440/0002-15

KIAI-KAN

FILIADA A FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

R. Cavaleiro Petrágria, 89, Santos Dumont, Franca - SP, 14405-327

e-mail: kiaikanfranca@gmail.com | site: kiaikanfranca.com

FONE: (16) 3409-4448

柔道