



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](mailto:kiaikanfranca@gmail.com) | site: [kiaikanfranca.com](http://kiaikanfranca.com)

**FONE: (16) 3409-4448**

柔道

## RELATÓRIO DE ATIVIDADES JULHO DE 2023

**TURMA DE INICIAÇÃO ESPORTIVA DE JUDÔ** | **FAIXA ETÁRIA: 06 A 12 ANOS**  
**LOCAL: CENTRO COMUNITARIO JD. SANTA MARIA - RUA SANTA IZABEL, Nº 2521**  
**PROFESSOR: CARLOS ALBERTO ZACARIAS DE OLIVEIRA**

### DESCRIPTIVO DA AULA

No mês de julho, 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 básicos que permitem contato com o Nage Waza, golpes como Osoto Gari, Uchi Gari e Ippon Seoi Nage e as projeções das quedas de forma demasiada. As aulas também tiveram o foco no Randori (técnica de treinos, realizadas de forma livre).

Neste mês, os judocas estiveram na cidade de Guaíra participando do 18º Torneio Takeshi Uemura de Judô, que somou quase 1200 atletas da região. Para nossos alunos, tendo sua primeira experiência num campeonato, ainda que seja amistoso, trouxe muitos benefícios, como disputar mais de 02 handoris no mesmo evento, conhecer novos lugares, e destacar nos tatames.

Os judocas tiveram também um momento de integração com a equipe bolsista de Franca do alto rendimento, onde nossos alunos ao observar os mesmos puderam planejar e almejar fazer a transição da base para o alto rendimento.

Ainda no mês de julho, foi dado um pequeno recesso de duas semanas, em virtude das férias escolares e do calendário competitivo dos Jogos Regionais, porém no período foi realizado para o instituto relatórios e planejamentos de aula.



INSTITUTO  
CNPJ 66.995.440/0002-15

# KIAI-KAN

FILIADA A FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

R. Cavaleiro Petrágli, 89, Santos Dumont, Franca - SP, 14405-327  
e-mail: [kiakanfranca@gmail.com](mailto:kiakanfranca@gmail.com) | site: [kiakanfranca.com](http://kiakanfranca.com)

**FONE: (16) 3409-4448**

柔道

**Metas atingidas:** Aprendizagem dos movimentos básicos, socialização do grupo e participação da equipe no meio competitivo.

## FOTOS





INSTITUTO  
CNPJ 66.995.440/0002-15

# KIAI-KAN

FILIADA A FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

R. Cavalheiro Petráglio, 89, Santos Dumont, Franca - SP, 14405-327

柔道





INSTITUTO  
CNPJ 66.995.440/0002-15

# KIAI-KAN

FILIADA A FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

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

柔道





INSTITUTO  
CNPJ 66.995.440/0002-15

# KIAI-KAN

FILIADA A FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ  
R. Cavaleiro Petrágli, 89, Santos Dumont, Franca - SP, 14405-327

柔道

