



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

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

FONE: (16) 3409-4448

柔道

RELATÓRIO DE ATIVIDADES FEVEREIRO DE 2023

TURMA DE INICIAÇÃO ESPORTIVA DE JUDÔ | FAIXA ETÁRIA: 06 A 12 ANOS

LOCAL: EMEB CAIC VALERIANO - RUA OSÉ GIANESELA, 581 – CITY PETRÓPOLIS

PROFESSOR: CARLOS ALBERTO ZACARIAS DE OLIVEIRA

DESCRIPTIVO DA AULA

No mês de fevereiro, continuamos a retornar à memória dos judocas os 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 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 foque no Randori (técnica de treinos, realizadas de forma livre).

Ademais, o próximo ao período festivo não houve aula, em virtude de a escola não ter atividades letivas.

Vale também ressaltar que este núcleo esportivo está se preparando para participar das competições, como o 10º Open de Judô da Mogiana, que será realizado em março na cidade de Ribeirão Preto/SP.

Metas atingidas: Aprendizagem dos movimentos básicos, socialização do grupo.



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

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

FONE: (16) 3409-4448

柔道

FOTOS





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

