

**2021**  
**CAMPOS DE**  
**FÉRIAS**  
**JUDO**  
**E A CULTURA**  
**JAPONESA**



**CPDJ**

**CENTRO PARA O  
DESENVOLVIMENTO DO JUDO**

# CPDJ > CAMPOS DE FÉRIAS > ACTIVIDADES

## JUDO

JUDO É A ACTIVIDADE QUE ESTARÁ PRESENTE, AO LONGO DE TODA A SEMANA, PELO MENOS 1X POR DIA.

## JUJITSU

NESTE MÓDULO VAMOS CONHECER AS RAÍZES DO JUDO.

## JUDO VS BULLYING

DE QUE FORMA O JUDO PODE AJUDAR NO COMBATE AO BULLYING É O QUE SE ABORDA NESTE MÓDULO.

## MANGA

QUAIS AS CARACTERÍSTICAS DA BANDA DESENHADA JAPONESA, É O QUE VAMOS APRENDER.

## ANIME

GRANDES OBRAS DE ARTE DE DESENHOS ANIMADOS JAPONESES FORAM JÁ REALIZADAS E PREMIADAS. VAMOS VER UMA DESSAS GRANDES OBRAS.

## ORIGAMI

A RELAÇÃO CULTURAL DO JAPÃO COM O PAPEL É INCONTORNÁVEL, OS ORIGAMIS TINHAM DE ESTAR PRESENTES.

## ALMOÇO JAPONÊS

A ARTE DE COMER COM 2 PAUZINHOS É O DESAFIO

## PAPERTOYS

NÃO É TRADICIONAL MAS JUNTA A ARTE DO PAPEL COM A ARTE MANGA, OS RESULTADOS SERÃO SURPREENDENTES

## KARAOKE

NUMA SEMANA TÃO DIVERTIDA DE CULTURA JAPONESA... NÃO PODERIA FALTAR UMA BOA SESSÃO DE KARAOKE

## CPDJ > CAMPOS DE FÉRIAS > PROGRAMA

# JUDO E A CULTURA JAPONESA

	DIA 1 SEGUNDA	DIA 2 TERÇA	DIA 3 QUARTA	DIA 4 QUINTA	DIA 5 SEXTA
09.00	RECEPÇÃO	RECEPÇÃO	RECEPÇÃO	RECEPÇÃO	RECEPÇÃO
10.00	JUDO	JU JITSU	JUDO VS BULLYING	JUDO	JUDO
12.30	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO JAPONÊS	ALMOÇO
14.00	WORKSHOP MANGA	SESSÃO ANIME	WORKSHOP ORIGAMI	WORKHOP PAPERTOYS	SESSÃO DE KARAOKE
16.00	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE	LANCHE
16.15	JUDO	JUDO+FÍSICA	JUDO	JUDO	ÚLTIMO TREINO
17.30	FIM DO DIA	FIM DO DIA	FIM DO DIA	FIM DO DIA	FINAL

# CPDJ > CAMPOS DE FÉRIAS > INFORMAÇÃO

## DATAS

OS CAMPOS DE FÉRIAS DO CPDJ PARA OS SSCGD DECORRERÃO DURANTE:

1A SEMANA > 12 A 16 DE JULHO

2A SEMANA > 19 A 23 DE JULHO

3A SEMANA > 26 A 30 DE SETEMBRO

## DURAÇÃO

CADA TURNO TERÁ UMA DURAÇÃO DE 5 DIAS ÚTEIS. NO ENTANTO, APESAR DO PROGRAMA SER O MESMO NAS 3 SEMANAS, OS CONTEÚDOS NÃO SERÃO, NÃO HAVENDO POR ESTE MOTIVO, PROBLEMA DE HAVER INSCRIÇÕES PARA MAIS DE 1 SEMANA.

## HORÁRIO

RECOLHA DOS PARTICIPANTES: 9H00 > ENTREGA DOS PARTICIPANTES: 17H30

## LOCAL

EXTERNATO DOM PEDRO \_ AV. DA REPÚBLICA 49, 1050-188 LISBOA

## DESTINATÁRIOS

CRIANÇAS DOS 6 AOS 13 ANOS, ISTO É, NASCIDAS ENTRE 2015 E 2008

## NÚMERO DE PARTICIPANTES

MÍNIMO DE 8 PARTICIPANTES

# CPDJ > CAMPOS DE FÉRIAS > INFORMAÇÃO

## ACTIVIDADES

OS PRATICANTES NÃO PRECISAM DE FATOS DE JUDO,  
NEM DE ADQUIRIR MATERIAL PARA QUALQUER DAS ACTIVIDADES A REALIZAR  
NÃO EXISTE UMA ORDEM OBRIGATÓRIA NAS ACTIVIDADES  
E O HORÁRIO PODE SER REAJUSTADO MEDIANTE DE NECESSIDADE E DISPONIBILIDADE DAS INFRAESTRUTURAS

## SEGURO

PARA CADA SEMANA SERÁ REALIZADO UM SEGURO QUE COBRIRÁ TODAS AS ACTIVIDADES A REALIZAR

## ALIMENTAÇÃO

TODOS OS PRATICANTES TERÃO DIREITO A UM REFORÇO MATINAL, AO ALMOÇO E AO LANCHE.

## EQUIPA

A EQUIPA SERÁ SEMPRE COMPOSTA POR UM PROFESSOR PERMANENTE E UM AUXILIAR,  
ACREDITADOS PELA FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE JUDO

## PREÇO POR PRATICANTE

170,00 EUROS (IVA INCLUIDO)

## CONDIÇÕES DE PAGAMENTO

O PAGAMENTO DEVERÁ SER FEITO PARA:

CPDJ - CENTRO PARA O DESENVOLVIMENTO DO JUDO

NIB: 0033000045443685686050

A close-up photograph of a person's hands holding a red origami crane. The person is wearing a white judo gi (karate gi). The crane is made of red paper and has several long, pointed wings extending outwards. The background is a plain, light-colored wall.

**OBRI**

**CPDJ**

CENTRO PARA O  
DESENVOLVIMENTO DO JUDO

RUA TEIXEIRA DE PASCOAIS Nº1, 1ºESQ  
1700-363 LISBOA, PORTUGAL  
NIPC 510877036  
WWW.CPDJ.ORG || INFO@CPDJ.ORG  
+351 96 55 88 606