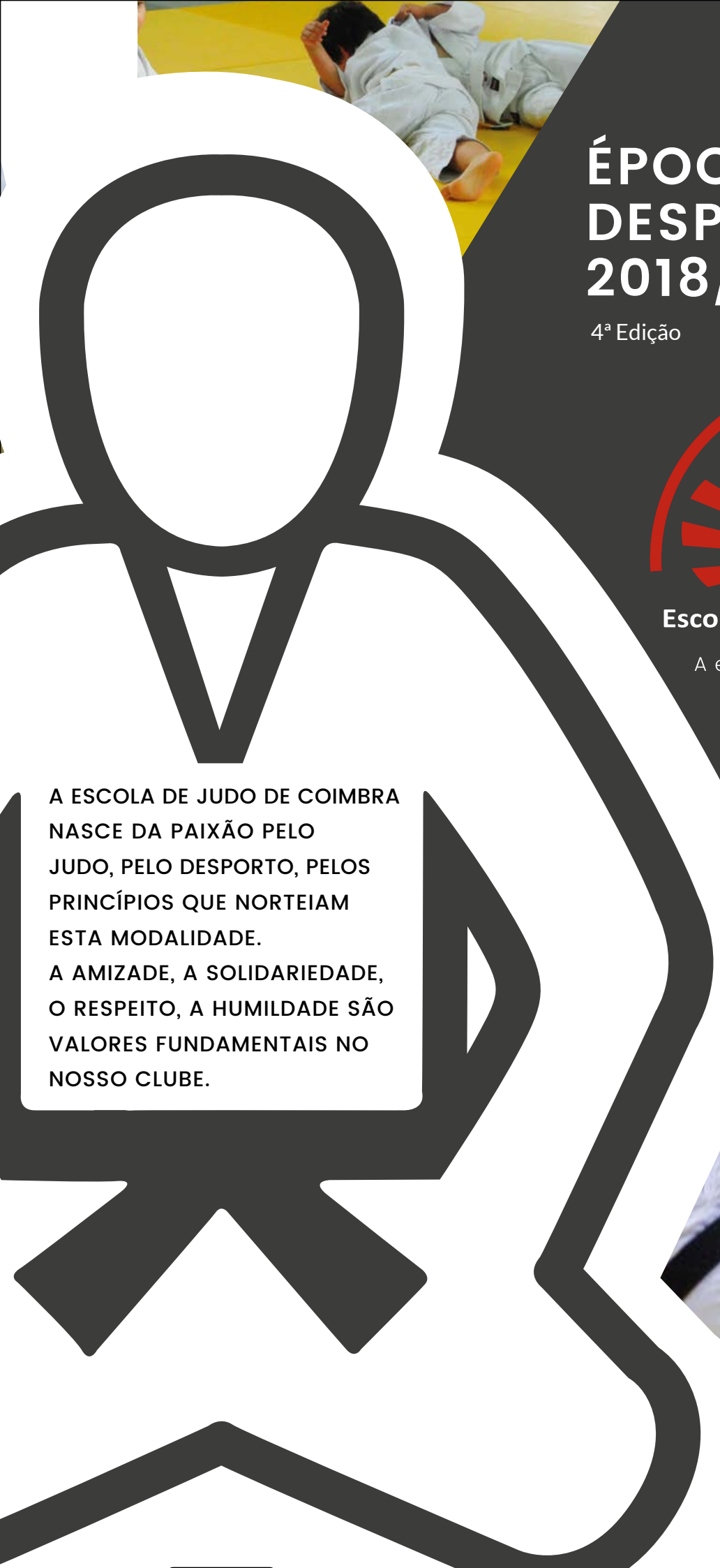




ÉPOCA DESPORTIVA 2018/2019

4ª Edição



Escola de Judo de Coimbra

A ensinar Judo desde 2012

A ESCOLA DE JUDO DE COIMBRA
NASCE DA PAIXÃO PELO
JUDO, PELO DESPORTO, PELOS
PRINCÍPIOS QUE NORTEIAM
ESTA MODALIDADE.

A AMIZADE, A SOLIDARIEDADE,
O RESPEITO, A HUMILDADE SÃO
VALORES FUNDAMENTAIS NO
NOSSO CLUBE.



EDITORIAL



Como tem acontecido em anos anteriores, a época desportiva 2018/2019 fica marcada pela realização e participação da Escola de Judo de Coimbra num conjunto muito vasto de competições, estágios, treinos, ações de formação e outras atividades, envolvendo todos os escalões etários, revelando um grande dinamismo do nosso clube, graças sobretudo ao empenho e dedicação dos nossos treinadores, com o apoio dos nossos atletas e familiares.

Dos inúmeros resultados alcançados em competições, destaca-se, no entanto, pela sua singularidade, a obtenção do título de CAMPEÕES EUROPEUS DE KATAS pelos atletas do nosso clube, Pedro Gonçalves e Paulo Moreira. Pela primeira vez o Judo nacional obteve um título europeu em katas, uma disciplina muito técnica, onde a Escola de Judo de Coimbra tem sido o clube português com mais expressão a nível nacional, contando com vários atletas medalhados em competições nacionais.

No europeu de 2019, realizado no mês de julho nas Ilhas Canárias em Espanha, os atletas da Escola de Judo de Coimbra, já por várias vezes medalhados em edições anteriores, mas sem nunca terem alcançado o primeiro lugar, confrontaram-se com os melhores praticantes europeus da atualidade, nomeadamente os representantes da Itália, Bélgica, França, Espanha e Alemanha, conseguindo desta vez um desempenho excecional superiorizando-se a todos os adversários.



CONTATOS

Escola de Judo de Coimbra

Estrada da Beira nº 499, 3030-295 Coimbra

www.escolajudocoimbra.pt

Email: geral@escolajudocoimbra.pt



www.facebook.com/escolajudocoimbra



www.instagram.com/escolajudocoimbra/



twitter.com/escjudocoimbra



OS NOSSOS TÉCNICOS

Pedro Gonçalves – 7.ºDAN

Paulo Moreira – 5.ºDAN

Joaquim Pereira – 5.ºDAN

Nuno Silva – 4.ºDAN

Ana Rute Moreira – 3.ºDAN

Maria Saraiva – 2.ºDAN

Tiago Janeiro – 2.ºDAN

Inês Moreira – 1.ºDAN

João Patrício – 1.ºDAN

Ana Mafalda Gonçalves – 1.ºDAN

Bernardo Silva – 1.º DAN



FICHA TÉCNICA

REDAÇÃO

Nuno Silva, Ana Rute Moreira, Ilídio Barbosa Pereira

FOTOGRAFIA

EJC, Luís Simões, Rui Silva, Paula Ferreira, Pedro Santos

PRODUÇÃO

Ana Rute Moreira, Beatriz Girão Ribeiro

DESIGN

Beatriz Girão Ribeiro

AS NOSSAS CLASSES



JUDO KIDS (3 AOS 5 ANOS)



TREINADORA: Ana Mafalda Gonçalves

MONITOR: Bernardo Silva

ATLETAS: André Silva, Gabriel Pessoa, Maria Figueiredo, Maria Marta, João Martim Seabra, João Martins, Pedro Ferreira, Lúcia Machado, Duarte Pereira, Carolina Santos, Mariana Ferreira e Tomás Cantanhede.

BENJAMINS (6 AOS 8 ANOS)



TREINADORAS: Ana Rute Moreira e Inês Moreira

ATLETAS: José Marta, Rafael Rodrigues, Camila Temporário, Francisco Rodrigues, Afonso Braz, Pedro Inácio, Rodrigo Braz, Isis Mendes, Laura Oliveira, Dinis Oliveira.

INFANTIS (8 AOS 10 ANOS)



TREINADORAS: Ana Rute Moreira e Inês Moreira

MONITORES: João Miguel Patrício, Gonçalo Mortágua, Paulo Cortesão e Matilde Silva

ATLETAS: Tomás Azevedo, Tomás Mortágua, Tomás Brito, Tomás Marques, Tomás Silva, Carolina Pita, Carolina Simões, Diogo Marques, Artur Batista, Afonso Dinis, Tiago Lopes, Maria Teixeira, Diogo Quinteiro, Leonardo Marques, Gustavo Moreira, Maria Pereira, Lucas Salvador, Leonor Silva, Rodrigo Ramos, Francisco Furtado, Inna Okhrimenco, Francisco Corte, Francisca Duarte.

JUVENIS (11 AOS 14 ANOS)



TREINADORES: Nuno Silva, Inês Moreira

ATLETAS: Beatriz Lucas, Gonçalo Abrantes, Márcia Cortesão, Marta Abrantes, Guilherme Geitoeira, Francisca Santos, Vitória Santos, João Domingues, Laura Henriques, Miguel Brito, Helena Gonçalves, Rafael Santos, Helena Pereira, Guilherme Ferreira, Vitória Gomes, Milo Valton, Maria Soares, Rui Abreu, Tiago Sousa, Popor Micha, Carlota Mateus.

GRADUADOS



TREINADORES: Pedro Gonçalves e Nuno Silva

ATLETAS: Tiago Janeiro, Joana Lourenço, Joana Prata, Paulo Cortesão, Ana Moreira, Matilde Silva, Marcelo Ávila, Nuno Mateus, Inês Moreira, Leandro Silva, Gonçalo Silva, Bernardo Silva, Luís Simões, Tiago Lopes, Francisco Pereira, Alexandre Geitoeira, João Patrício, Ana Teixeira, Ricardo Geria, João Cardoso, Rui Silva, Gonçalo Mortágua, João Mendes, Vasco Almeida, Afonso Santos, Iara Colito, Maria Colito, João Silva, Cristina Coelho, Ana Gonçalves, Miguel Borges, Raquel Pires.

S. MARTINHO (4 AOS 6 ANOS)



TREINADORES: Ana Rute Moreira

ATLETAS: Salvador Pereira, Rafael Ferreira, Guilherme Pimentel, Filipa Figueiredo, José Rodrigues, Isacc Nascimento, Lourenço Baião, Lourenço Lopes, Liliana Manadas, Artur Alves, Carolina Ferreira, Mafalda Viegas.

KATAS



TREINADORES: Paulo Moreira e Pedro Gonçalves

ATLETAS: Ana Gonçalves, Bernardo Silva, Gonçalo Mortágua, Inês Gonçalves, Inês Moreira, João Patrício, Joaquim Pereira, Maria Saraiva, Paulo Cortesão, Tiago Lopes.



2.º ESTÁGIO NACIONAL DE ARBITRAGEM

15 de setembro de 2018

A Escola de Judo de Coimbra esteve presente no 2.º estágio nacional de arbitragem com 4 árbitros em Almada. Este estágio teve como objectivo efetuar uma reciclagem a árbitros nacionais e treinadores sobre as regras de competição.



AULA DE YOGA

19 de setembro de 2018

Com o intuito de termos uma aula diferente, os nossos atletas graduados tiveram, no final do treino, uma aula de yoga dada pela professora Cremilde.



CLINIC DE TREINADORES ANTJ - 2018



22 e 23 de setembro de 2019

A ANTJ (Associação Nacional de Treinadores de Judo) organizou em Santa Maria da Feira mais um clinic de treinadores. Esta formação visou a troca de experiência e a aprendizagem contínua dos técnicos portugueses desta modalidade.

Como preletores desta ação estiveram:

Joyce Herun, Diretora Desportiva da British Judo Association, medalha de bronze no Mundial de 1993 e no Europeu de 1995 e Sophie Cox, Atleta Olímpica em 2004 e 2012 e medalha de Prata nos Europeus de 2004 e 2005.



TAÇA INTERNACIONAL KIYOSHI KOBAYASHI



29 de setembro de 2019

Ana Rute Moreira e Nuno Silva foram promovidos a árbitros nacionais e foram convocados para arbitrar a Taça Internacional Kiyoshi Kobayashi que decorreu em Coimbra.





OPEN DE JUVENIS E JUNIORES ADJC

6 de outubro de 2018



A Escola de Judo de Coimbra participou no Open de Juvenis e Júniores organizado na Lousã pela Associação de Coimbra. Os nossos atletas arrecadaram 3 medalhas: Joana Lourenço (-57 kg) e Vasco Almeida (-66 kg) subiram ao 2.º lugar do pódio, enquanto Ricardo Geria ficou com o bronze, também nos -66 kg. Esta prova esteve aberta a nível nacional e contou com atletas de todo o país.

TREINO E JANTAR DE COMEMORAÇÃO DO 40º ANIVERSÁRIO DA ADJC



6 de outubro de 2018



Após o open de juvenis e cadetes realizou-se um treino comemorativo do 40º aniversário no tapete da Associação Distrital de Judo de Coimbra, que juntou todos os fundadores e presidentes da história desta associação, entre os quais Pedro Gonçalves que foi presidente desta associação durante 12 anos, assim como antigos e actuais praticantes. A comemoração continuou com a realização de um jantar no Hotel D. Luís.



HALLOWEEN NA EJC

30 de outubro de 2018

A Escola de Judo de Coimbra não escapou ao Halloween e os monstros, esqueletos e feiticeiros apareceram nos nossos treinos de judo.

Muita alegria e diversão nestes que foram treinos... medonhos...



TROFÉU IBÉRICO DE KATAS



11 de novembro de 2018



Joaquim Caetano Pereira e Maria Saraiva sagraram-se campeões ibéricos de katas em Olivenza, Espanha.

O par da Escola de Judo de Coimbra venceu dois dos cinco katas em competição, Kodokan-goshin-jutsu e ju-no-kata, sendo katas de elevada exigência técnica. Esta prova realizou-se em duas mãos, premiando desta forma os pares mais consistentes, sendo a organização conjunta entre Portugal e Espanha, com a primeira prova desta edição a ser realizada em solo português, Torres Novas e a final em Olivenza, Espanha e que teve perto de uma centena de competidores.

Como juiz esteve ainda Nuno Silva, árbitro continental de Katas da União Europeia de Judo que fez parte do colectivo de juizes que avaliaram os pares competidores.





OPEN DE JUVENIS

17 de novembro de 2018



A Escola de Judo de Coimbra conseguiu excelentes resultados no torneio open de Juvenis realizado no centro de alto rendimento da Anadia: 3 medalhas de ouro (Ana Teixeira (-48 kg), Joana Lourenço (-57 kg), Ricardo Geria (-66 kg)), 2 medalhas de prata (Francisco Pereira, -66 kg e Afonso Santos, -55kg) e 1 medalha de bronze (Leandro Silva, -55 kg).



TORNEIO DE FORMAÇÃO ASSOCIAÇÃO DE AVEIRO



18 de novembro de 2018

Mais de duas dezenas de atletas competiram num torneio de formação em Aveiro dirigido aos atletas até aos 12 anos, a Escola de Judo de Coimbra marcou presença com mais de duas dezenas de jovens judocas que, com muito empenho deram o seu melhor e puseram em prática o que têm aprendido nos treinos. Uma tarde muito divertida, com muita alegria, judo, novos amigos e no fim, claro, as medalhas.





TORNEIRO COLÉGIO S. TEOTÓNIO

24 de novembro de 2018



A Escola de Judo de Coimbra participou no Torneio do Colégio S. Teotónio, destinado aos escalões de formação. Perto de duas dezenas de atletas marcaram presença e mostraram mais uma vez os seus dotes técnicos.



JUDO 4ALL

1 de dezembro de 2018

Realizou-se no tapete da Associação de Judo de Coimbra um treino destinado aos escalões de Juvenis e Cadetes. A Escola de Judo de Coimbra marcou presença com a maior comitiva presente num treino que serviu para trocar experiências e que se mostrou bastante produtivo.



EXAMES DE GRADUAÇÃO EJC

13 de dezembro de 2018

Bem perto da época natalícia, como tem sido habitual, realizaram-se os exames de graduação na nossa escola, um momento bastante importante para todos os intervenientes, desde os atletas aos pais e, ainda passando pelos professores. E um dos momentos do ano em que podem demonstrar os conhecimentos adquiridos até então. Felizes com o resultado final.





OPEN ADJC – JUVENIS E CADETES

15 de dezembro de 2018

2 bronzes para a EJC em Torneio Open

Leandro Silva (-55 Kg) e Francisco Pereira (-66 Kg) de bronze

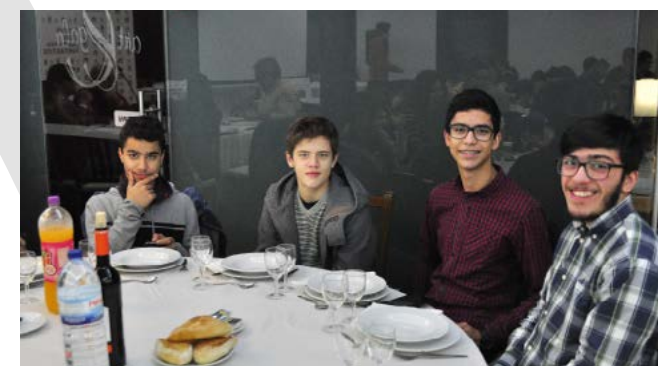
A Escola de Judo de Coimbra participou no open de Juvenis e Cadetes organizado pela Associação de Judo de Coimbra, dirigido aos escalões de Juvenis e Cadetes e reuniu mais de 4 centenas de atletas de todo o país. No escalão de Juvenis Leandro Silva (-55 Kg) e Francisco Pereira (-66 Kg) subiram ao terceiro lugar do pódio.



JANTAR DE NATAL EJC 2018



15 de dezembro de 2018



Perto de uma centena de atletas e amigos da Escola de Judo de Coimbra juntaram-se uma vez mais para o tradicional jantar de natal da nossa escola. Além da refeição e do convívio, que teve lugar no restaurante “Observatório”, houve ainda tempo para fazer um balanço do ano desportivo, reconhecer os atletas que se destacaram e finalizar a noite com os parabéns à EJC pelo seu sexto aniversário.





ESTÁGIO NACIONAL DE JUVENIS E CADETES 2018

16 a 18 de dezembro de 2018



7 atletas da EJC participaram neste importante estágio com o objectivo de poderem trocar experiências com outros atletas e melhorar alguns aspectos de forma a preparar as competições do novo ano.

O estágio foi organizado pela Federação Portuguesa de Judo na Lousã para os escalões juvenis e cadetes e reuniu cerca de 150 atletas de todo o país.



OPEN DE CADETES DE CASTELO BRANCO

5 de janeiro de 2019



A Escola de Judo de Coimbra participou no open de Cadetes António Morais, uma prova aberta a nível nacional que pontua para o ranking do escalão que reuniu mais de 2 centenas de atletas de todo o país.

Joana Lourenço (-57 kg) alcançou o bronze perdendo apenas para a atleta que viria a ganhar a categoria.



OPEN DE JUVENIS E JUNIORES DE COIMBRA



13 de janeiro de 2019

A Escola de Judo de Coimbra alcançou excelentes resultados no Open de Juvenis e Juniores da ADJC, realizada em Vila Nova de Poiares e que pontua para o ranking nacional. No Escalão de Juvenis Leandro Silva (- 55 kg), Francisco Pereira (-66 kg) e Vasco Almeida (-73 kg) alcançaram o ouro nas respectivas categorias realizando uma prova de elevado nível, numa competição com um grau de exigência elevado.





CAMPEONATO ZONAL DE CADETES

19 de janeiro de 2019

A Escola de Judo de Coimbra participou no campeonato zonal de Cadetes realizado em Ferreira do Zêzere com Ana Teixeira (-48 kg) a subir ao terceiro lugar do pódio.



ESTÁGIO NACIONAL DE ARBITRAGEM



26 de janeiro de 2019

Realizou-se em Coimbra o primeiro estágio nacional de arbitragem que serve de ação de formação e reciclagem para árbitros e treinadores. A acção destinada a árbitros a arbitrar a nível nacional e treinadores, vem na sequência do seminário da União Europeia de Judo e contou com perto de uma centena de árbitros e treinadores de todo o país. A Escola de Judo de Coimbra esteve presente com uma numerosa comitiva, estando cada vez mais presente na arbitragem nacional e fazendo uma aposta também na formação dos treinadores para a actualização das regras de competição.



PROTOCOLO ESCOLA SOLUM SUL



6 de fevereiro de 2019

Entre a Escola de Judo de Coimbra, representada pelo presidente, Pedro Gonçalves e a Presidente da Direcção da APEE-EBSS, Sandra Vasconcelos Pinto celebrou-se um protocolo que visa a introdução à prática de Judo dos alunos da EB1 Solum Sul na nossa escola.





CAMPEONATO NACIONAL DE CADETES

9 de fevereiro de 2019

A comitiva de cadetes da EJC participou com 5 atletas, Ana Teixeira (-48kg), Matilde Silva (-57kg), Joana Lourenço (-57kg), Afonso Santos (-55kg) e Ricardo Geria (-66kg), levou ainda Ana Moreira como árbitra nacional, 2 treinadores, Nuno Silva e Inês Moreira, e 2 fotógrafos, Rui Silva e Pedro Santos.

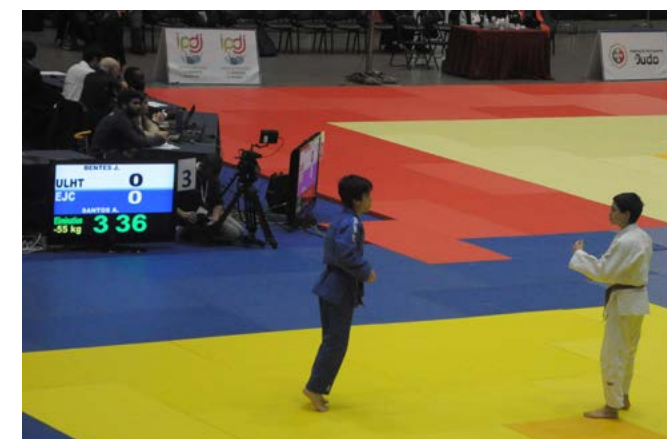
Matilde Silva, na categoria de (-57kg), obteve a classificação honrosa de 7.º lugar na sua categoria, tendo ganho as suas adversárias por ippon, vacilando apenas no combate dos quartos de final contra a que viria sagrar-se campeã nacional.



Já nas repescagem venceu a sua primeira adversária e no segundo combate de acesso ao bronze a sua adversária levou a melhor num combate bem disputado.

Ainda nos -57kg, Joana Lourenço, 1.º ano de cadete, consegue ultrapassar a sua primeira adversária. Vacilando no segundo combate, apesar de um combate bastante equilibrado, a sua adversária acaba por ganhar por faltas cometidas.

Ana Teixeira (-48kg), Afonso Santos (-55kg) e Ricardo Geria (-66kg), tiveram combates equilibrados acabando por perder em ponto de ouro e por faltas cometidas.





CAMPEONATO ZONAL DE JUNIORES

16 de fevereiro de 2019

6 Pódios para a EJC em campeonato zonal

A Escola de Judo de Coimbra conseguiu bons resultados no campeonato zonal de juniores que se disputou em Vila Nova de Poiares, conseguindo que todos os seus atletas se classificassem nesta importante prova que serve de apuramento para o campeonato nacional de Juniores, prova máxima deste escalão no calendário nacional.

No sector feminino as 3 atletas da EJC, ainda cadetes, brilharam. Destaque para Joana Lourenço (-57 kg) que depois de ganhar todos os combates perdeu apenas na final. Matilde Silva também -57 kg alcançou o 3.º lugar do pódio ao perder na meia-final. Ana Teixeira (-48 kg) começou por estar a ganhar a atleta que viria a ganhar a sua categoria, vindo a perder mais tarde por mérito e experiência da sua adversária. Os restantes combates também não se avizinham fáceis com a atleta da EJC a ganhar no ponto de ouro a disputa do terceiro lugar.

Nas categorias masculinas, Afonso Santos (-50 kg), Gonçalo Mortágua (-66 kg) e Bernardo Silva (-81 kg) fizeram também uma boa prova perdendo no acesso à final ficando desta forma com o 3.º lugar das respectivas categorias.

Como treinadores estiveram Inês Moreira e Nuno Silva, como árbitra Ana Rute Moreira e como fotógrafo Rui Silva.





IPPON KIDS 2019 - TOMAR

23 de fevereiro de 2019



Escola de Judo de Coimbra presente em treino dirigido para escalões de formação em Tomar.

Mais de 70 atletas de 8 clubes estiveram presentes em mega treino de judo !

A Escola de Judo de Coimbra esteve presente em mais uma edição do Ippon Kids, uma ação especialmente dirigida ao atletas mais novos que pretende além da componente aperfeiçoamento do treino do judo a interação e troca de experiências com atletas de outros clubes. Após o treino houve uma refeição para todos os atletas, treinadores e pais e uma visita ao convento de Cristo, dando a esta iniciativa um cariz também cultural.

Com organização do Sporting Clube de Tomar, estiveram presentes além da Escola de Judo de Coimbra um total de oito clubes dos distritos de Santarém e Coimbra e mais de 70 atletas. Francisco Rodrigues, Maria Teixeira, João Moreira, Maria Pereira, José Marta, Tomás Mortágua, Leonardo Marques, Milo Valton, Guilherme Ferreira, Vitória Santos, Francisca Santos, João Domingues e Rafael Santos. A acompanhar a comitiva, Ana Rute Moreira, Nuno Silva e Gonçalo Mortágua.



TREINO DE CARNAVAL 2019



28 de fevereiro de 2019

Realizou-se mais um treino de carnaval na nossa Escola de Judo.

Um treino cheio de alegria e diversão em que cada um levou o seu melhor disfarce para um treino super especial.



CAMPEONATO NACIONAL DE JUNIORES 2019



2 de março de 2019

EJC participa com 3 atletas

Joana Lourenço (-57 Kg), Gonçalo Mortágua (-66 Kg) e Bernardo Silva (-81 Kg) participaram no campeonato nacional de Juniores que decorreu no fim de semana passado em Odivelas. Embora sem resultado desportivo os atletas da EJC competiram com bravura e empenho dando o seu melhor.

A acompanhar a comitiva como treinadores estiveram Inês Moreira e Nuno Silva.





FORMAÇÃO DE TREINADORES - FUNDAMENTAL DO JUDO

9 de março de 2019



Escola de Judo de Coimbra participa com 3 treinadores em acção de formação.

Liderança e Motivação - Fundamental do Judo é o título da formação realizado pela associação de Aveiro que reuniu mais de uma dezena de treinadores. A acção foi liderada por Fernando Santos que abordou de uma forma teórica e prática os temas indicados.

Com esta participação a Escola de Judo de Coimbra continua a fazer um esforço para continuar a melhorar, sendo a formação dos seus técnicos uma peça bastante importante.



FORMAÇÃO A JUÍZES EUROPEUS

21 e 22 de Março 2019

Pedro Gonçalves, atleta da EJC e Expert de Katas de Judo da União Europeia de Judo (UEJ), deslocou-se até Itália para dar formação, em seminário, a juizes Europeus.

Entre os dias 21 e 23 de Março, decorreu em Pordenone, Itália, a formação anual para juizes de Katas de Judo, que reúne em torno dos tatamis, os mais conceituados juizes de Katas Europeus para a sua reciclagem anual, e também, aqueles que se candidatam e submetem aos exames para obtenção da licença europeia de Juiz Continental. Durante esse período, com a colaboração dos melhores executantes de Katas da Europa - os atletas denominados Experts pela UEJ (que são escolhidos pelo seu currículo desportivo na disciplina, e experiência e capacidade técnica).

Pedro Gonçalves, atleta, presidente, e director técnico da Escola de Judo de Coimbra, pelo seu currículo, capacidade técnica e experiência, e que recentemente foi designado pela UEJ um dos Experts de Katas de Judo na kata Kodokan Goshin Jutsu (Kata de defesa pessoal moderna), foi chamado a dar esta formação. Esta convocatória é de especial importância uma vez que foi a primeira vez que um técnico nacional foi chamado pela federação continental para um evento deste nível.

De recordar que Pedro Gonçalves, além de 6 vezes Campeão Nacional nesta Kata, foi também diversas vezes Vice-Campeão e medalhado no Campeonato da Europa, e ainda, 9 vezes finalista do Campeonato do Mundo.



FORMAÇÃO ESPECÍFICA DE TREINADORES - MARINHA GRANDE

30 de março de 2019

Decorreu hoje uma formação específica de treinadores para os grupos etários mais jovens. Estiveram presentes 4 dos nossos treinadores da formação: Nuno Silva, Gonçalo Mortágua, Paulo Cortesão, Ana Rute Moreira.

Foi mais um momento de aprendizagem para os treinadores, que todos os dias estão em cima do tapete, a dar o seu melhor para que os mais pequenos aprendam mais e com mais qualidade.



TROFÉU IBÉRICO DE KATAS



30 de Março 2019

- 1.º Lugar na Nage-no-kata (RNK): Inês Moreira + João Patrício
- 2.º Lugar na Kodokan Goshin Jutsu: Ana Mafalda Gonçalves + João Patrício

Na primeira competição do ano da disciplina de Katas, disputada em Torres Novas, que juntou judocas de toda a península ibérica - o Troféu Ibérico de Katas, a EJC participou com uma comitiva reduzida face ao tamanho da sua equipa, mas que ainda assim, alcançou excelentes resultados.

Inês Moreira e João Patrício, bi-campeões universitários e bi-campeões nacionais, mantiveram o nível das suas demonstrações e arrecadaram mais uma medalha de ouro na Kata Nage-no-kata, defendendo o título da competição, que já lhes pertencia da edição anterior.

A competir pela 1ª vez juntos em competições de Katas, Ana Mafalda Gonçalves e João Patrício, na Kata Kodokan Goshin Jutsu foram a surpresa da competição, arrecadando uma justa medalha de prata, superando diversos pares bastante mais experientes, nacionais e espanhóis.

Competiram ainda Joaquim Caetano Pereira e Maria dos Anjos Saraiva, que embora a boa prestação não alcançaram o pódio.

Liderou a comitiva Pedro Gonçalves, que participou como júri da competição a convite da Federação Portuguesa de Judo.

Estes resultados trazem boas perspectivas para a participação no Campeonato Nacional de Katas, e também serviram para somar pontos para a participação na 2ª mão da competição que terá lugar em Espanha.



31 de março de 2019

EJC presente em treino Ass. Judo4 All

Realizou-se no tapete da ADJC mais um treino do projecto Judo4All especialmente dedicado à formação. A Escola de Judo de Coimbra esteve presente com 9 atletas e dois técnicos, sendo o clube mais representado. No final do treino houve um almoço em conjunto de forma a poder fomentar o convívio também fora do tapete.



6 de abril de 2019

7 pódios para a EJC

Leandro Silva (-55 Kg), Alexandre Geitoeira (-60 Kg) e Vasco Almeida (-73 Kg) - prata

Beatriz Lucas (-48 Kg), Iara Colito (-52 Kg), Carlota Mateus (-57 Kg) e Maria Colito (+ 63 Kg) - Bronze

A Escola de Judo de Coimbra conseguiu excelentes resultados no open de juvenis de Castelo Branco, com todos os atletas a alcançarem o pódio. No sector masculino todos os nossos atletas alcançam a final com um percurso recheado de vitórias cedendo apenas o último combate, tendo todos no entanto combates bastantes disputados e renhidos.

Nos escalões femininos, foi a primeira competição para praticamente todas as atletas. Fruto do empenho nos treinos a competição teve resultados muito positivos, que se traduziram em bom judo, muitos ataques, vitórias e no final a subida ao pódio.





ESTÁGIO NACIONAL DE COMPETIÇÃO JUDO4AL

6 a 8 de abril de 2019

EJC com 12 atletas presente em estágio nacional de juvenis e cadetes.

A decorrer em Foz de Arouce, o estágio nacional de juvenis e cadetes, Judo4All, tem mais de uma centena e meia de judocas de todo o país.



A Escola de Judo de Coimbra participou com 12 atletas. Gonçalo Abrantes, João Domingues, Beatriz Lucas, Iara Colito, Carlota Mateus, Maria Colito, Ana Teixeira, Joana Lourenço, Matilde Silva, Leandro Silva, Vasco Almeida e Ricardo Geria. Os treinos bi-diários foram divididos em dois grupos: atletas masculinos e atletas femininos e além do trabalho técnico e de randori, foram realizados um conjunto de testes físicos coordenados pela Federação Portuguesa de Judo.

Sem dúvida um excelente oportunidade para treinar com outros atletas, treinadores e evoluir, numa altura em que todos os atletas se encontram na pausa lectiva escolar da Páscoa.

A acompanhar a comitiva estiveram: Ana Rute Moreira, Inês Moreira e Nuno Silva.



CAMPEONATO NACIONAL UNIVERSITÁRIO 2019



7 de abril de 2019

Inês Moreira de Bronze no nacional universitário

A estudante de economia da UC apenas perdeu com a atleta que ganhou a prova, realizando uma prova excepcional.

Sem dúvida um fim de semana em cheio, depois de no Sábado os juvenis da EJC fazerem um brilharete e da grande participação da Escola de Judo de Coimbra no Estágio Nacional de Juvenis e Cadetes, Inês Moreira sobe ao pódio mais uma vez nesta prova, na categoria mais competitiva do escalão feminino da prova, muito embora fosse das atletas mais leves da categoria de +70 Kg.

Inês Moreira, começou o primeiro combate com a atleta que se viria a sagrar campeã universitária. O combate que se seguiu foi mais uma vez, extremamente difícil, desta vez com Inês Moreira a ganhar já no ponto de ouro por wazari à adversária do ISCAC. Os dois combates que se seguiram Inês Moreira continuou a boa performance desportiva ganhando ambos com notória superioridade e mostrando o bom momento de forma que está a atravessar.

No final da prova, devido ao empate em número de vitórias, foi atribuída a classificação pela pontuação dos combates.

Na pontuação por universidades Inês Moreira contribuiu ainda para que a Universidade de Coimbra e a sua associação de estudantes alcançassem o primeiro lugar.





TREINO FUNCIONAL DE PÁSCOA

17 de abril de 2019

Como não gostamos de cair na rotina e nos preocupamos com a preparação física dos nossos atletas, ontem tivemos um treino diferente do habitual: o personal trainer Diogo Rosa veio-nos visitar e deu um treino especial à nossa classe de graduados. Nada como fazer abdominais, mountain climbers, burpees e sprints para queimar calorias antes da Páscoa.



25 DE ABRIL DESPORTIVAMENTE DEMONSTRAÇÃO PARQUE VERDE



25 de abril de 2019



A Divisão de Desporto e Juventude da Câmara Municipal de Coimbra organizou uma demonstração de atividades desportivas, denominada 25 de Abril, Desportivamente que decorreu no Parque Verde Mondego. A Escola de Judo de Coimbra esteve presente com os seus atletas mais novos dinamizando esta iniciativa. A coordenar esta actividade estiveram Ana Rute Moreira e Ana Mafalda Gonçalves.





TORNEIO INTERNACIONAL DE BARCELOS

27 de abril de 2019

A Escola de Judo de Coimbra participou no Open internacional de Barcelos com excelente prestação, uma prova que pontua para o ranking nacional, trazendo para casa a merecida recompensa:

1.º Lugar - Joana Lourenço -57kg

2.º Lugar - Ana Teixeira -48kg

2.º Lugar - Matilde Silva -57kg

2.º Lugar - Ricardo Geria -66kg

3.º Lugar - Afonso Santos -55kg

João Mendes também participou tendo realizado o primeiro combate com o atleta que viria a ganhar a prova.

Como treinadora esteve Ana Rute Moreira.



CAMPEONATO NACIONAL DE KATAS

28 de abril de 2019

>> Nage-No-Kata (3 Grupos - RNK):

1.º Lugar - Tiago Lopes | Gonçalo Mortágua

2.º Lugar - Inês Moreira | João Patrício

>> Katame-No-Kata (1.º Grupo - RNK)

4.º Lugar - Inês Gonçalves | Inês Moreira

5.º Lugar - Paulo Cortesão | Bernardo Silva

>> Nage-No-Kata (5 Grupos)

2.º Lugar - Inês Moreira | João Patrício

>> Kime-No-Kata

2.º Lugar - Paulo Moreira | Tiago Lopes

>> Kodokan Goshin Jutsu

1.º Lugar - Pedro Gonçalves | Paulo Moreira

3.º Lugar - Ana Mafalda Gonçalves | João Patrício

>> Ju-No-Kata

4.º Lugar - Joaquim Pereira | Maria Saraiva

A Escola de Judo de Coimbra foi o melhor clube presente nestes campeonatos.





CAMPEONATO ZONAL DE JUVENIS

11 de maio de 2019

2 campeões zonais, 2 vice-campeões e 2 bronzes

A Escola de Judo de Coimbra traz bons resultados do campeonato zonal de juvenis que decorreu no Entroncamento. Prova que faz o apuramento para a prova rainha dos escalões de formação.

A Escola de Judo de Coimbra participou com 6 atletas, tendo todos se classificado.

Alexandre Geitoeira (-60 Kg) e Francisco Pereira (-66 Kg) fazem o pleno alcançando o primeiro lugar do pódio e desta forma o título de campeão zonal. Vasco Almeida (-73 Kg) e Lara Colito (-52 Kg) perdem apenas na final e Leandro Silva (-55 Kg) e Maria Colito (+70 Kg) perdem apenas com o vendedor das respectivas categorias ficando com o terceiro lugar do pódio. Excelentes resultados numa prova com um grau de dificuldade elevado e que serve de preparação para o campeonato nacional onde todos os atletas vão estar presentes e que se vai realizar em Coimbra este ano.

A acompanhar os atletas estiveram Ana Rute Moreira e Nuno Silva.



II TORNEIO CIDADE DE AVEIRO - 2019

12 de maio de 2019

Escola de Judo de Coimbra participa com duas dezenas de atletas em grande torneio de formação. Foram mais de 300 os atletas que competiram em Aveiro no II torneio da cidade. Com clubes sobretudo do norte e centro de Portugal, os atletas entre os 3 e os 12 anos puderam mostrar o que tanto têm treinado. Depois de um aquecimento muito especial dado pelo olímpico Nuno Delgado, os atletas foram agrupados por idade de forma a competirem.

A Escola de Judo de Coimbra mais uma vez levou uma comitiva de grandes judocas que espalharam magia pelo tapete.

A acompanhar estiveram os técnicos e monitores, Ana Mafalda Gonçalves, Bernardo Silva, Inês Moreira, Gonçalo Mortágua e Nuno Silva. Um tarde muito divertida com muitos ippons à mistura.





TREINO DE BOOTCAMP

12 de maio de 2019

Atletas da EJC em treino de bootcamp.

Em fase de preparação para as próximas competições, os atletas da EJC realizaram um treino de bootcamp orientado pelo PT Diogo Rosa no Dojo Fit. Um treino de preparação física em circuito com o objectivo de preparar melhor os nossos atletas para os desafios que se avizinham.



TAÇA DA EUROPA DE CADETES

25 a 26 de maio de 2019

Escola de Judo de Coimbra presente na organização da Taça da Europa de Cadetes.



10 atletas da EJC estiveram presentes na organização deste grande evento do calendário internacional e que juntou na nossa cidade mais de 5 centenas de atletas de perto de 3 dezenas de países. Inês Moreira esteve presente na acreditação e marcadores, Ana Rute Moreira nas pesagens e controle de judogis, Nuno Silva como membro da Computer team, Francisco Pereira, Maria Colito, Iara Colito, Leandro Silva, Afonso Santos, Ana Teixeira e Matilde Silva como voluntários. Um fim de semana em grande com muito treino de observação deste que é um desporto tão fantástico.



DIA MUNDIAL DA CRIANÇA

31 de maio de 2019



À semelhança dos anos anteriores a Escola de Judo esteve a comemorar o dia mundial da criança em conjunto com a EB1 Solum Sul.

As crianças puderam festejar o dia de maneira diferente e aprender algo novo.

Para a escola, que esteve representada por, Ana Rute Moreira e Gonçalo Mortágua, foi um bom momento para estar com os mais novos a festejar o seu dia.





TORNEIO MONTANHA CLUBE 2019

2 de junho de 2019

Duas dezenas de atletas em torneio de formação

A Escola de Judo de Coimbra participou como tem sido hábito no torneio Montanha Clube, um torneio especialmente dedicado aos escalões de formação. Os atletas da Escola de Judo de Coimbra estiveram muito bem e passaram uma manhã muito divertida a fazer judo e onde não faltou a presença da raposinha.



CAMPEONATO NACIONAL DE JUVENIS 2019

8 de junho de 2019

Maria Colito - Campeã Nacional de Juvenis
Francisco Pereira - Vice-Campeão nacional de Juvenis
Vasco Almeida - 5.º lugar

A Escola de Judo de Coimbra traz bons resultados do campeonato nacional de Juvenis onde os atletas da EJC competiram em casa. A prova decorreu no pav. multidesportos Mário Mexia e participaram perto de 450 atletas de todo o país.

Maria Colito (+78 Kg) ganha a sua categoria com todos os combates a serem ganhos pela vantagem máxima. Francisco Pereira (-66 Kg) fica muito perto de igualar a façanha da sua colega de equipa perdendo apenas na final após uma estrondosa projecção que o colocou à frente do marcador deixando que de seguida deixasse ser imobilizado pelo seu adversário.

Vasco Almeida (-73 Kg) ficou muito perto do pódio ao perder na disputa do 3.º lugar. Participaram ainda Leandro Silva (-55 Kg) que após duas grandes vitórias por ippon sede a um adversário não sendo repescado e Lara Colito (-52 Kg) que também começa a sua competição a ganhar, mas no decorrer da prova compete com adversárias mais experientes.



Como treinadores estiveram Inês Moreira e Nuno Silva, na arbitragem Ana Rute Moreira e nos marcadores Bernardo Silva.

Um agradecimento especial a todos os atletas, familiares e amigos da Escola de Judo de Coimbra que vieram apoiar os atletas em prova.



EXAMES DE GRADUAÇÃO EJC

13 e 14 de junho de 2019



Perto do fim de mais uma época desportiva os atletas da EJC foram propostos a exame de graduação para, com o que têm aprendido e evoluído prestar provas para mudar o cinto. A avaliação esteve a cargo como de costume do nosso Mestre Pedro Gonçalves, 7.º Dan, que ministrou os exames.



TAÇA ANTÓNIO LOPES ALEIXO 2019

15 de junho de 2019

9 medalhas em torneio nacional

Beatriz Lucas (-48 Kg), Iara Colito (-52 Kg),
Joana Lourenço (-57 Kg) e Francisco Pereira (-73 Kg)
- ouro
Maria Colito (+57 Kg) - prata
Matilde Silva e Carlota Mateus (-57 Kg), Alexandre
Geitoeira (-60 Kg) e Ricardo Geria (-66 Kg) - bronze

A Escola de Judo de Coimbra trouxe bons resultados da Taça António Lopes Aleixo, uma competição aberta a nível nacional para os escalões juvenil e cadetes, que pontua para o ranking nacional e que homenageia o antigo presidente da Federação Portuguesa de Judo.



Nos escalões femininos as atletas da EJC dominaram a prova com Beatriz Lucas (-48 Kg), Iara Colito (-52 Kg), e Joana Lourenço (-57 Kg) a trazerem a taça de primeiro lugar. Maria Colito o segundo lugar (+57 Kg) e Matilde Silva e Carlota Mateus o 3.º lugar (-57 Kg). Participou ainda Ana Teixeira (-48 Kg) que não obstante dos bons combates não obteve classificação desportiva.

Nos escalões masculinos, destaque para Francisco Pereira (1.º lugar) na categoria de -73 Kg e Alexandre Geitoeira (-60 Kg) e Ricardo Geria (-66 Kg) a subirem ao 3.º lugar do pódio. Participou ainda nos -55 Kg Afonso Santos que realizou também uma boa prova.

Como treinadores estiveram Inês Moreira, Nuno Silva e Tiago Janeiro. Na arbitragem Gonçalo Mortágua, nos marcadores João Mendes e como enfermeira da prova, Ana Rute Moreira.



DEMONSTRAÇÃO FINAL DE ANO – S. MARTINHO

21 de junho de 2019

Para comemorar o final do ano em grande, realizou-se uma festa final em que, os atletas puderam demonstrar o que aprenderam ao longo da época, incluindo o judo. Com a coordenação da nossa treinadora Ana Rute Moreira, que ao longo do ano, se deslocou ao infantário para dar a conhecer o judo ao público mais jovem, foi o momento de estes grandes atletas mostrarem aos pais e familiares o aprendido. Momentos de felicidade e garra vividos ao longo do ano demonstrados em palco.



TREINO FINAL DE AULAS – JUDO KIDS

29 de junho de 2019

Um treino para culminar uma época fantástica cheia de sorrisos, amizades e muita evolução.

Os nossos grandes e bravos judocas fizeram um treino onde ensinaram aos pais como é fantástico treinar Judo !

Orientado pela nossa técnica Ana Mafalda Gonçalves que dinamizou com muita criatividade e energia toda a época onde além dos treinos, os atletas puderam participar em torneios e demonstrações.





TORNEIO E ESTÁGIO INTERNACIONAL DE SANTARÉM

30 de junho a 4 de Julho 2019



5.º lugar de Matilde Silva (-57 Kg)

Participação de mais de uma dezena de atletas no estágio internacional.

A Escola de Judo de Coimbra participou no torneio internacional de cadetes com Ana Teixeira (-48 Kg), Joana Lourenço e Matilde Silva (-57 Kg) e Ricardo Geria (-66 Kg). Destaque para Matilde Silva que ficou muito perto de alcançar o pódio ao perder na atribuição do bronze. Os restantes atletas não se classificaram embora tenham tido uma boa prestação, em, vários casos inclusive estando à frente do marcador, faltando corrigir pequenos detalhes e alguns casos, distrações.

Nos dias seguintes a Escola de Judo de Coimbra participou no estágio internacional, onde mais de duas centenas e meia de atletas puderam trocar experiências e melhorar a sua técnica sob a orientação de Darcel Yandzi.

Uma aposta na formação técnica de qualidade dos nossos atletas que certamente dará frutos no futuro.



ESTÁGIO DE VERÃO 2019 – ENTRONCAMENTO

6 e 7 de Julho 2019



3 dezenas de judocas em estágio de formação

A Escola de Judo de Coimbra organizou em parceria com o Clube de Judo do Parafuso um estágio dirigido aos atletas de formação. Com muita alegria e diversão além dos treinos de judo foi possível ainda visitar o museu nacional da ferrovia, ir às piscinas municipais e desfrutar dos espaços verdes da cidade.

Muitas amizades e muitas histórias para contar num estágio que ficará na memória





INÊS MOREIRA – LICENCIADA EM ECONOMIA

12 de Julho 2019

Na Escola de Judo de Coimbra os combates não se ganham só no tapete.

A nossa atleta e treinadora Inês Moreira acaba de se licenciar em Economia pela Universidade de Coimbra.

Muitos Parabéns Inês, mais um grande exemplo para todos nós.

Como atleta Inês Moreira sagrou-se campeã nacional de Cadetes, Júniores, randori-no-kata e Universitária. Ganhou o Campeonato Europeu Universitário na vertente de Katas. Obteve o 2.º lugar no Tor. Internacional de Avilés e nos Jogos da língua Portuguesa entre outros.

Treinadora da Escola de Judo de Coimbra, é um dos elementos que mais colabora com a escola nos treinos, competições, estágios e organização de actividades e é uma das atletas mais assíduas nos treinos.

Um exemplo de determinação, método e ambição e, na conciliação da prática desportiva com a vida e estudos académicos.



ESTÁGIO NACIONAL JUDO4ALL



15 a 17 de julho 2019



EJC participa em estágio nacional de juvenis e cadetes

Foz de Arouce foi palco do estágio nacional organizado pela FPJ, onde estiveram presentes mais de uma centena de atletas de todo o país. A EJC esteve presente com uma dezena de atletas sendo uma aposta na melhoria técnica e troca de experiência com outros atletas e treinadores. Além do treino técnico e de randori, foram realizados um conjunto de testes com o objectivo de ajudar a avaliar e melhorar a aptidão física.



CAMPEONATO DA EUROPA DE KATAS

20 e 21 de julho 2019

Pedro Gonçalves e Paulo Moreira campeões da Europa

Pedro Gonçalves e Paulo Moreira, Judokas da Escola de Judo de Coimbra, venceram o Campeonato da Europa de Katas, realizado nas Ilhas Canárias em Espanha.

Foi a primeira vez que o hino de Portugal foi ouvido num Campeonato Europeu de Katas. Os dois atletas de Coimbra já por diversas vezes haviam estado muito próximo do primeiro lugar no pódio a nível europeu, onde já tinham obtido 9 medalhas, pelo que esta classificação teve um significado muito especial para o Judo nacional.

Tratou-se duma prova muito disputada, com a presença dos melhores atletas europeus, mas isso não foi suficiente para impedir os atletas da EJC de obter o ouro.

Em segundo lugar classificou-se a Itália (com Ubaldo Volpi e Maurício Calderini, já por diversas vezes campeões da Europa), e em terceiro lugar a Bélgica (com Yves Engeleu e Dimitry Clonet, vice-campeões do mundo em 2018).



O NOSSO PATROCINADOR

A Isomarca é uma empresa especializada em Impermeabilizações e Revestimentos, reabilitação de Fachadas e Coberturas, pinturas, e Isolamento Térmico com sede em Coimbra. A Escola de Judo de Coimbra agradece à Isomarca todo o apoio prestado, que tem sido fundamental.



ISOMARCA



Atletas da Escola de Judo
de Coimbra vencem Campeonato
da Europa de Katas

COM MUITO EMPENHO E DEDICAÇÃO,
FAREMOS DA NOSSA ESCOLA
UM GRANDE CLUBE DE JUDO.