



Associação de Judô de Bastos

Reconhecida como entidade de utilidade pública lei municipal nº 625/86

CNPJ 54.707.997/0001-43

Av. 18 de Junho, 400- Fone: (14) 3478-1946 – CEP 17690-000 BASTOS/ SP



RELATÓRIO DE ATIVIDADES

I – IDENTIFICAÇÃO

| | | |
|---------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------|
| Mês | MARÇO /2023 | |
| Nome da Entidade | Associação de Judô de Bastos | |
| CNPJ | 54.707.997/0001-43 | |
| Endereço | Avenida 18 de junho, 400. | |
| Convênio | Subvenção Municipal | Valor: R\$ 33.372,00 |
| Telefone: (14) 3478 1946 | Email: judo.bastos@hotmail.com | |

II - ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

| Data | Nº de Participantes | Atividade Realizada | Objetivo |
|---------------------------|----------------------------|---|--|
| De 01/03 Á 03/03 | 33 | <ul style="list-style-type: none"> 1- Aquecimento, alongamento, 2- -Equilíbrio, Uchikomi e Hondori | <ul style="list-style-type: none"> 1- Trabalho dos músculos estabilizadores, 2 - Aprimoramento das técnicas ,trabalhar resistência muscular. |
| De 06/03 Á 10/03 | 36 | <ul style="list-style-type: none"> 1- Aquecimento, alongamento, 2- -Equilíbrio, Uchikomi e Hondori 3- Treino teórico (história do judô) 4- Brincadeiras de coordenação motora e Hondorii 5- Uchikomi e Hondori | <ul style="list-style-type: none"> 1- Trabalho dos músculos estabilizadores, 2 - Aprimoramento das técnicas ,trabalhar resistência muscular. 3 - Desenvolver trabalho em equipe, conhecimento e sabedoria 3 - Aprimorar o caráter de luta com técnicas 4 - Desenvolver trabalho em equipe 4 - Trabalhos dos músculos estabilizadores 5 - Aprimorar o caráter de luta com técnicas específicas 5 - Aprimoramentos das técnicas, Trabalhar resistência muscular |

| | | | |
|--|-----------|--|---|
| <p>13/03 Á 17/03</p> | <p>37</p> | <p>1- Aquecimento, alongamento, 2- -Equilíbrio, Uchikomi e Hondori 3- Treino teórico (história do judô) 4- Brincadeiras de coordenação motora e Hondorii</p> | <p>1- Trabalho dos músculos estabilizadores, 2 - Aprimoramento das técnicas ,trabalhar resistência muscular. 3 - Desenvolver trabalho em equipe 3 - Aprimorar o caráter de luta com técnicas, conhecimento e sabedoria 4 - Desenvolver trabalho em equipe.</p> |
| <p>20/03 Á 24/03</p> | <p>29</p> | <p>5- Uchikomi e Hondori</p> | <p>4 - Trabalhos dos músculos estabilizadores 5 - Aprimorar o caráter de luta com técnicas específicas 5 - Aprimoramentos das técnicas, Trabalhar resistência muscular</p> |
| <p>De 27/03 á 31/03</p> | <p>39</p> | <p>1- Aquecimento, alongamento, 2- -Equilíbrio, Uchikomi e Hondori 3- Treino teórico (história do judô) 4- Brincadeiras de coordenação motora e Hondorii 5- Uchikomi e Hondori 6- bonenkai</p> | <p>1- Trabalho dos músculos estabilizadores, 2 - Aprimoramento das técnicas ,trabalhar resistência muscular. 3 - Desenvolver trabalho em equipe, conhecimento e sabedoria 3 - Aprimorar o caráter de luta com técnicas 4 - Desenvolver trabalho em equipe 4 - Trabalhos dos músculos estabilizadores 5 - Aprimorar o caráter de luta com técnicas específicas 6 - Aprimoramentos das técnicas, Trabalhar resistência muscular</p> |

III – ANEXOS

Relação Nominal de participantes e fotos das atividades do esporte

Cópias de despesas pagas com o recurso recebido.





Bastos, 04 de Setembro de 2023.

Aparecido Alves Moreira
PRESIDENTE