



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	DEZEMBRO/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
01/12	37	1 - Aquecimento, alongamento, 2 -Equilíbrio, Uchikomi e Hondori	1- Trabalho dos músculos estabilizadores, 2 - Aprimoramento das técnicas ,trabalhar resistência muscular.
De 04/12 Á 08/12	31	Aquecimento, alongamento, 1- Equilíbrio, Uchikomi e Hondori 2 - Treino teórico (história do judô) 2- Brincadeiras de coordenação motora e Hondorii 3- Uchikomi e Hondori	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>11/12 Á 15/11</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 - Aprimorar o caráter de luta com técnicas, conhecimento e sabedoria 4 - Desenvolver trabalho em equipe.</p>
<p>18/12 Á 22/12</p>	<p>39</p>	<p>5- Uchikomi e Hondori 6- Treino Físico.</p>	<p>4 - Trabalhos dos músculos estabilizadores 5 - Aprimorar o caráter de luta com técnicas específicas 5 - Aprimoramentos das técnicas, 6 - Trabalhar resistência muscular</p>
<p>18/12 Á 22/12</p>	<p>40</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- Cofraternização</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- Confraternização de Encerramento, recreação com momento de lazer e diversão.</p>

III – ANEXOS

Fotos das atividades do esporte

Cópias de despesas pagas com o recurso recebido.











Bastos, 23 de Janeiro de 2024.

Aparecido Alves Moreira
PRESIDENTE