



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	Abril/2024	
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) 99650-9615	Email: judo.bastos@hotmail.com	

II - ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

Data	Nº de Participantes	Atividade Realizada	Objetivo
01/04 Á 05/04	53	1- Aquecimento, alongamento, 2- -Equilíbrio, Uchikomi e Hondori 3 - Shiai	1- Trabalho dos músculos estabilizadores, e sistema respiratório 2 - Aprimoramento das técnicas e golpes ,trabalhando resistência muscular. 3 - Competição interna entre os alunos para observar a evolução no tatame e interação com os familiares.
08/04 Á 12/04	59	1- Aquecimento, alongamento, 2- -Equilíbrio, Uchikomi e Hondori 3- Treino Físico ao ar livre. 4- Brincadeiras de coordenação motora e Hondorii 5- Concientização e Orientação	1- Trabalho dos músculos estabilizadores, e sistema respiratório 2 - Aprimoramento das técnicas ,trabalhando resistência muscular. 3 – Fortalecer parte respiratória e músculos inferiores. 4 - Trabalhos dos músculos estabilizadores 5 – Concientizar e orientar sobre Bulling, tanto na escola como no tatame.
15/04 Á 19/04	60	1- Aquecimento, alongamento, 2- -Equilíbrio, Uchikomi e Hondori 3- Treino teórico (história do judô) 4- Brincadeiras de coordenação motora e Hondorii	1- Trabalho dos músculos estabilizadores, e sistema respiratório 2 - Aprimoramento das técnicas e golpes ,trabalhar resistência muscular. 3 – Aprender sobre a História do Judô 3 - Aprimorar o caráter de luta com técnicas, conhecimento e sabedoria 3- Desenvolver trabalho em equipe.

<p>22/04 Á 26/04</p>	<p>58</p>	<p>1- Aquecimento, alongamento, 2- -Equilíbrio, Uchikomi e Hondori 3- Treino Físico</p>	<p>1- Trabalhos dos músculos estabilizadores 2- Aprimorar o caráter de luta com técnicas específicas, trabalhando resistência 3 – Treino aeróbico para o aumento do condicionamento físico</p>
<p>29/04 Á 30/04</p>	<p>55</p>	<p>1- Aquecimento, alongamento, 2- Equilíbrio, Uchikomi e Hondori 3- Brincadeiras de coordenação motora e Hondorii 4- Treino Aeróbico</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 – Trabalhar o sistema respiratório e condicionamento físico 4 - Trabalhos dos músculos estabilizadores</p>

III – ANEXOS

Relação Nominal de participantes e fotos das atividades do esporte

Cópias de despesas pagas com o recurso recebido.







Bastos, 28 de Maio de 2024.

Aparecido Alves Moreira
PRESIDENTE