



Federação de Ju-Jitsu e Disciplinas Associadas de Portugal

Fundada em 18-04-2001

Instituição de Utilidade Pública Desportiva em 04-10-2019

Filiada na União Europeia de Ju-Jitsu e na Federação Internacional de Ju-Jitsu

Circular n.º 05/2026

Assunto: Campeonato Regional Centro-Sul de Ju-Jitsu Luta – Sub-8 a Veteranos – 14/02/2026, Ribeira de São João

Leiria, 20 de janeiro de 2026

Aos Associados,

Vimos por este meio divulgar o Campeonato Regional Centro-Sul de Ju-Jitsu Sistema Luta, para os escalões Sub-8 a Veteranos, em categorias de pesos, a realizar em 14/02/2026 em Ribeira de São João.

Informamos que as participações nesta competição contarão para a classificação final de Clubes.

Anexo: Regulamento da prova (infra) e ficha de inscrições.

Melhores cumprimentos,

O Presidente da Direção da FJJDA

Eduardo Nuno de Oliveira Garcia



Federação de Ju-Jitsu e Disciplinas Associadas de Portugal

Fundada em 18-04-2001

Instituição de Utilidade Pública Desportiva em 04-10-2019

Filiada na União Europeia de Ju-Jitsu e na Federação Internacional de Ju-Jitsu

Evento	Campeonato Regional Centro-Sul de Ju-Jitsu sistema Luta		
Local e data	Centro Cívico Ribeira de São João, Rua Nossa Sra. Da Barreira 8, Ribeira São João (google maps) 14-02-2026		
Horário	09:00 – 09h30 - Pesagem Sub-8 e Sub-10 09:45 - Sorteio 10:00 - Eliminatórias 13:00 (previsão) - Entrega de medalhas		09:30 – 10:30 - Pesagem Sub-12 a Veteranos 11:00 - Sorteio 11:30 - Eliminatórias 16:00 (previsão) - Entrega de medalhas
	Sub-8 (até 2019)	Misto (-18 kg, -22 kg,-25 kg, -28 kg, -32 kg, -36 kg, -40 kg, +40kg)	
	Sub-10 (2017 e 2018)	Misto (-22 kg,-25 kg, -28 kg, -32 kg, -36 kg, -40 kg, -44 kg, +44 kg)	
	Sub-12 (2015 e 2016)	Misto (-25 kg, -28 kg, -32 kg, -36 kg, -40 kg, -44 kg, -48 kg, -52 kg, +52 kg)	
	Sub-14 (2013 e 2014)	Misto (-32 kg, -36 kg, -40 kg, -44 kg, -48 kg, -52 kg, -56 kg, -62 kg, -69 kg, +69 kg)	
	Sub-16 (2011 e 2012)	Masculinos (-40 kg, -44 kg, -48 kg, -52 kg, -56 kg, -62 kg, -69 kg, -77 kg, +77 kg)	
		Femininos (32 kg, -36 kg, -40 kg, -44 kg, -48 kg, -52 kg, -57 kg, -63 kg, +63 kg)	
	Sub-18 (2009 e 2010)	Masculinos (-48 kg, -52 kg, -56 kg, -62 kg, -69 kg, -77 kg, -85 kg, +85 kg)	
		Femininos (-40 kg, -44 kg, -48 kg, -52 kg, -57 kg, -63 kg, -70 kg, +70 kg)	
	Sub-21 (2006 a 2008)	Masculinos (-56 kg, -62 kg, -69 kg, -77 kg, -85 kg, -94 kg, +94 kg)	
		Femininos (-45 kg, -48 kg, -52 kg, -57 kg, -63 kg, -70 kg, +70 kg)	
	Adultos (>2005)	Masculinos (-56 kg, -62 kg, -69 kg, -77 kg, -85 kg, -94 kg, +94 kg)	
		Femininos (-45 kg, -48 kg, -52 kg, -57 kg, -63 kg, -70 kg, +70 kg)	
	Veteranos (>1990) . M1 (35 a 39 anos) . M2 (40 a 44 anos) . M3 (45 a 49 anos) . M4 (50 a 54 anos) . M5 (55+ anos)	Masculinos (-56 kg, -62 kg, -69 kg, -77 kg, -85 kg, -94 kg, +94 kg)	
		Femininos (-45 kg, -48 kg, -52 kg, -57 kg, -63 kg, -70 kg, +70 kg)	
	Observações: Para efeitos de idade, é considerada a idade tida pelo(a) atleta em 31/12/2026. Nos Escalões Sub-18 e Adultos poderão participar atletas dos escalões etários imediatamente anteriores (i.e.,Sub-16 e Sub-21). Nos Adultos poderão participar veteranos que o pretendam, mas o inverso já não é possível. A organização reserva-se no direito de não realizar uma categoria/um escalão que não tenha pelo menos dois atletas, bem como, nesse caso, agrupar diferentes categorias/escalões		
Tempos de combate	Sub-8 a Sub-14: 2 minutos Sub-16 a Adultos: 3 minutos Veteranos: 2 minutos		
Sorteios	Por poules ou eliminatórias com dupla repescagem.		
Participação	Atletas filiados na FJJDP e revalidados para o ano 2026 até 07/02/2026.		
Data limite de inscrição	31/01/2026 Serão cobrados 10€ por cada atleta inscrito fora de prazo até 07/02/2026. Após esta data não serão aceites inscrições, nem alterações nos pesos de inscrição.		
Procedimento para inscrição	Via formulário online disponível na plataforma dos clubes (https://plataforma.fjjdap.pt/#/) Na pesagem será necessário exibir documento de identificação e licença federativa. Instruções para inscrição: https://www.youtube.com/watch?v=fVBtxQ_GSAM		
Organização e arbitragem	A cargo da FJJDP, devendo cada clube participante apresentar pelo menos um árbitro. Ver artigo 22.º do Regulamento de Arbitragem		
Taxas	i) Caução por atleta: 10,00€ (ao atleta que compareça na prova no peso inscrito o valor será ressarcido) ii) Arbitragem (ao clube que apresente os respetivos árbitros o valor será ressarcido): . Clube com 1 a 10 atletas inscritos (1 árbitro): 40€		



Federação de Ju-Jitsu e Disciplinas Associadas de Portugal

Fundada em 18-04-2001

Instituição de Utilidade Pública Desportiva em 04-10-2019

Filiada na União Europeia de Ju-Jitsu e na Federação Internacional de Ju-Jitsu

	. Clube com 11 a 20 atletas inscritos (2 árbitros): 70€ . Clube com 21 a 30 atletas inscritos (2 árbitros): 90€ . Clube com 31 ou mais atletas inscritos (3 árbitros): 100€ iii) Inscrições entre o período 01/02/2026 a 07/02/2026: 20,00€ por atleta
Troféus	Medalhas (não se considerará classificado um atleta que não ganhe nenhum combate)
Pontuação por clubes	Contarão para este cálculo as provas de Luta de 2026: 1 atleta=0,25 pontos; 3º lugar <5 atletas=2 pontos; 3º lugar ≥5 atletas=4 pontos; 2º lugar <5 atletas=4 pontos; 2º lugar ≥5 atletas=6 pontos; 1º lugar <5 atletas 6 pontos; 1º lugar ≥5 atletas=8 pontos;
Apoios	Clubes organizadores.
Observações	Cada atleta deverá apresentar Gi branco, um cinto vermelho e outro azul e respetivas proteções no dia da competição, para sua utilização pessoal, com especial atenção às proteções para escalões infantis. Apenas os treinadores inscritos e devidamente acreditados poderão sentar na cadeira de treinador nas provas. Ao inscrever-se na prova, os intervenientes consentem na captura de fotografias e vídeos onde os mesmos surjam. Não poderá a FJJDA, os organizadores do torneio ou o pessoal/staff ligado ao evento ser considerado responsável por quaisquer danos pessoais ou por qualquer perda ou dano em propriedade que provenha da participação ou viagem relacionada com o torneio. Os treinadores e os chefes de comitiva são responsáveis por garantir a aptidão física dos seus atletas, preparação e capacidade de resposta à altura da competição. Aquando da sua apresentação no pódio, os atletas deverão comparecer de Gi (preferencialmente branco), cinto e chinelos, sem qualquer outra peça de roupa, chapéu, adereço ou distintivo.
Regras de competição	De acordo com as regras da JJIF, disponíveis em www.fjjdap.pt/index.php/ujitsu/regulamentacao e as respetivas adaptações nacionais de 06-02-2025.