



Federação de Ju-Jitsu e Disciplinas Associadas de Portugal

Fundada em 18-04-2001

Instituição de Utilidade Pública Desportiva desde 04-10-2019

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

Circular n.º 14/2026

Assunto: Ação de Formação Contínua Defesa Pessoal, 14/03/226 Quarteira

Leiria, 05 de março de 2026

Exmo(a). Sr(a).,

Vem por este a FJJDAF divulgar a ação de formação contínua e estágio de Defesa Pessoal, com creditação para treinadores, realizada pela Associação Chapter Evolution, com o apoio da FJJDAF, nos seguintes moldes:

Evento	Ação de Formação Contínua e Estágio de Defesa Pessoal	
Dia e Local	14/03/2026, Pavilhão Municipal de Loulé	
Horário	10:00 às 13:00 e 15:00 às 18:00 (6 horas)	
Programa	Técnica de Base Formas de imobilização e controlo Defesa e manuseamento de arma branca Prática simulada	
Código IPDJ	226749157	
Unidades de crédito	1,2	
Responsável	Michael Viegas (Departamento Defesa Pessoal FJJDAF)	
Destinatários	Treinadores, Árbitros, Atletas.	
Taxas	Treinadores FJJDAF revalidados com creditação TPTD	- 10€;
	Treinadores não revalidados	- 15€;
	Árbitros, atletas e praticantes	- 20€;
Inscrição	Com a organização do evento: 931350517	

Anexo: Cartaz.

Melhores cumprimentos,

O Presidente da Direção da FJJDAF

Michael Dias Viegas

FC