

CURSO DE APERFEIÇOAMENTO EM JUDÔ

Bases Fisiológicas, Metodológicas e Fisioterapêuticas.



Instituto

Sinapse



INSCRIÇÕES

www.institutosinapse.com.br

1. APRESENTAÇÃO

Curso teórico-prático com conteúdos elaborados e baseados nas mais recentes evidências científicas.

2. PÚBLICO-ALVO

Professores e técnicos de Judô e esportes de combate. Acadêmicos e profissionais de Educação Física, Fisioterapia e áreas afins.

3. CONTEÚDO PROGRAMÁTICO (AULAS TEÓRICAS E PRÁTICAS)

O conteúdo será ofertado em 12 hs, sendo 8 hs no sábado e 4 hs no domingo.

Módulo 1 - Preparação física: Periodização e manipulação das variáveis de treinamento.

Módulo 2 - Treinamento de força e potência para o judô: utilização de movimentos derivados do Levantamento de Peso Olímpico (LPO)

Módulo 3 – Prevenção de lesões no judô e esportes de combate

4. LOCAL E DATA

Local

Judô Lemanczuk Jr
Rua Santa Rita de Cássia, 178 – Ahú
Curitiba - PR

Data

05 e 06 de outubro de 2019

5. CORPO DOCENTE

Aldre I. P. Tanhoffer, PhD

Fisioterapeuta – PUC/PR

Mestrado em Fisioterapia – Universidade de Sydney

Doutorado em Atividade Física e Saúde – UFPR

Classificadora funcional Internacional de Rugby em Cadeira de Rodas - Nível 2

Fisioterapeuta de atletas de Judô

Arthur Armelin de Oliveira

Faixa preta de Judô 1º DAN

Bacharel em Educação Física – PUC/PR

Preparador físico de atletas de judô;

Professor de judô (infantil – adulto): Academia de Judô Lemanczuk Jr.; Shogun Team; Escola New Generation; Escola Casa de Brinquedo; Escola Aquarela.

Técnico de judô: Academia de Judô Lemanczuk Jr.

Personal Trainer.

CrossFit® Level 1 Trainer.

Cross Lion's Fire.

Ricardo A. Tanhoffer, PhD

Faixa preta de Judô

Licenciatura plena em Educação Física – UFPR

Mestrado em Educação Física – UFPR

Doutorado em Ciências do Esporte – Universidade de Sydney

Pós-doutorado em Fisiologia – UFPR

Preparador físico de atletas de Judô

6. INVESTIMENTO

Filiados FPRJ

R\$ 225,00 – à vista (depósito/transferência bancária)

R\$ 239,00 – parcela única (cartão de débito ou crédito)

R\$ Parcelado em até 12 x no cartão de crédito (juros de 3,99% ao mês cobrado pela administradora do cartão)

Não filiados à FPRJ

R\$ 250,00 – à vista (depósito/transferência bancária)

R\$ 266,00 – parcela única (cartão de débito ou crédito)

R\$ Parcelado em até 12 x no cartão de crédito (juros de 3,99% ao mês cobrado pela administradora do cartão)

7. PROGRAMAÇÃO

Módulo 1 – 05/10/2019 (sábado) | 08:00 – 12:00 | Teórico e prático

Preparação física: Periodização e manipulação das variáveis de treinamento.

Prof. Dr. Ricardo Tanhoffer

Módulo 2 – 05/10/2019 (sábado) | 14:00 – 18:00 | Teórico e prático

Treinamento de força e potência para o judô e esportes de combate: utilização de movimentos derivados do Levantamento de Peso Olímpico (LPO)

Prof. Arthur Armelin de Oliveira

Módulo 3 – 06/10/2019 (domingo) | 08:00 – 12:00 | Teórico e prático

Prevenção de lesões no judô e esportes de combate

Profa. Dra. Aldre Tanhoffer

8. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão ser feitas no site www.institutosinapse.com.br a partir de **02 de setembro de 2019**.

Vagas limitadas!

9. CONCESSÃO DE PONTOS - FPRJ

Ao fim de cada Bloco de 12hs o aluno receberá 75 pontos para serem computados para promoção de Dans/Kyus.

10. CERTIFICADOS

Ao fim do bloco, o aluno receberá o certificado de **“Curso de Aperfeiçoamento em Judô: Bases Fisiológicas, Metodológicas e Fisioterapêuticas – BLOCO II”** (Certificado de curso livre com base legal na Lei nº 9394/96 e Decreto nº 5.154/04 emitido pelo Instituto Sinapse e FPrJ).

11. INFORMAÇÕES

Atenção: Devido ao caráter teórico e prático do curso, informamos aos participantes praticantes de Judô que tragam consigo roupas apropriadas para prática de exercícios físicos assim como seu *judogi*.

Será oferecido coffee break, mas NÃO será fornecido almoço.

Inscrições: www.institutosinapse.com.br a partir de **02 de setembro de 2019**.

12. ORGANIZAÇÃO E APOIADORES

Organizador

Instituto Sinapse

Apoio


Federação Paranaense de Judô
Academia Judô Lemanczuk Jr
Academia Judô Kussomoto
Easy Filmes


Instituto Sinapse

**Assessoria Esportiva e Fisioterapia
Cursos e Palestras**

CNPJ: 32.301.957/0001-64

 R. Prof. Francisco Bassetti Jr, 493 | 82025-280 | Curitiba

 www.institutosinapse.com.br

 sinapse@institutosinapse.com.br

 [@assessoriasinapse](https://www.facebook.com/assessoriasinapse)

 [@instituto.sinapse](https://www.instagram.com/instituto.sinapse)

 41 99918-8040