

Secção de Karate DO

Clube Millennium bcp – Delegação Norte

II MasterClass



Clube Millennium bcp

II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022

Decorreu no fim de semana de 26 de março, em Penacova, a *“II Master Class”* promovida e organizada pela **AMDKP - Associação Marcial e Desportiva de Karaté Portugal**, atividade totalmente direcionada aos karatecas de graduações mais elevadas, cujo estudo e aperfeiçoamento assentou na biodinâmica muscular, desenvolvimento tecno-tático da disciplina do *“kumite”*, impacto e aprofundamento da disciplina do *“Kata”*, principalmente no grupo de *“Katas”* relativos a cada graduação, tudo sob a orientação técnica do **Sensei Filipe Fernandes**.



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022

Sábado, os karatecas do Clube Millennium bcp rumaram a Penacova para a participação em mais uma *Master Class*, a qual contou com a participação de inúmeros karatecas provenientes de diversos dojos. Os treinos ocorreram no período de manhã e tarde, distribuídos por graduações a partir de 4º Kyu “cinto roxo”, a Dan “cinto preto”, com muita entrega dos karatecas, vivenciando um clima de alegria e foco nos exercícios e desafios propostos. Após conclusão do programa técnico, ocorreram os exames de graduação.



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



Dojo Mil Shoguns

II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



Dojo Mil Shoguns

II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022

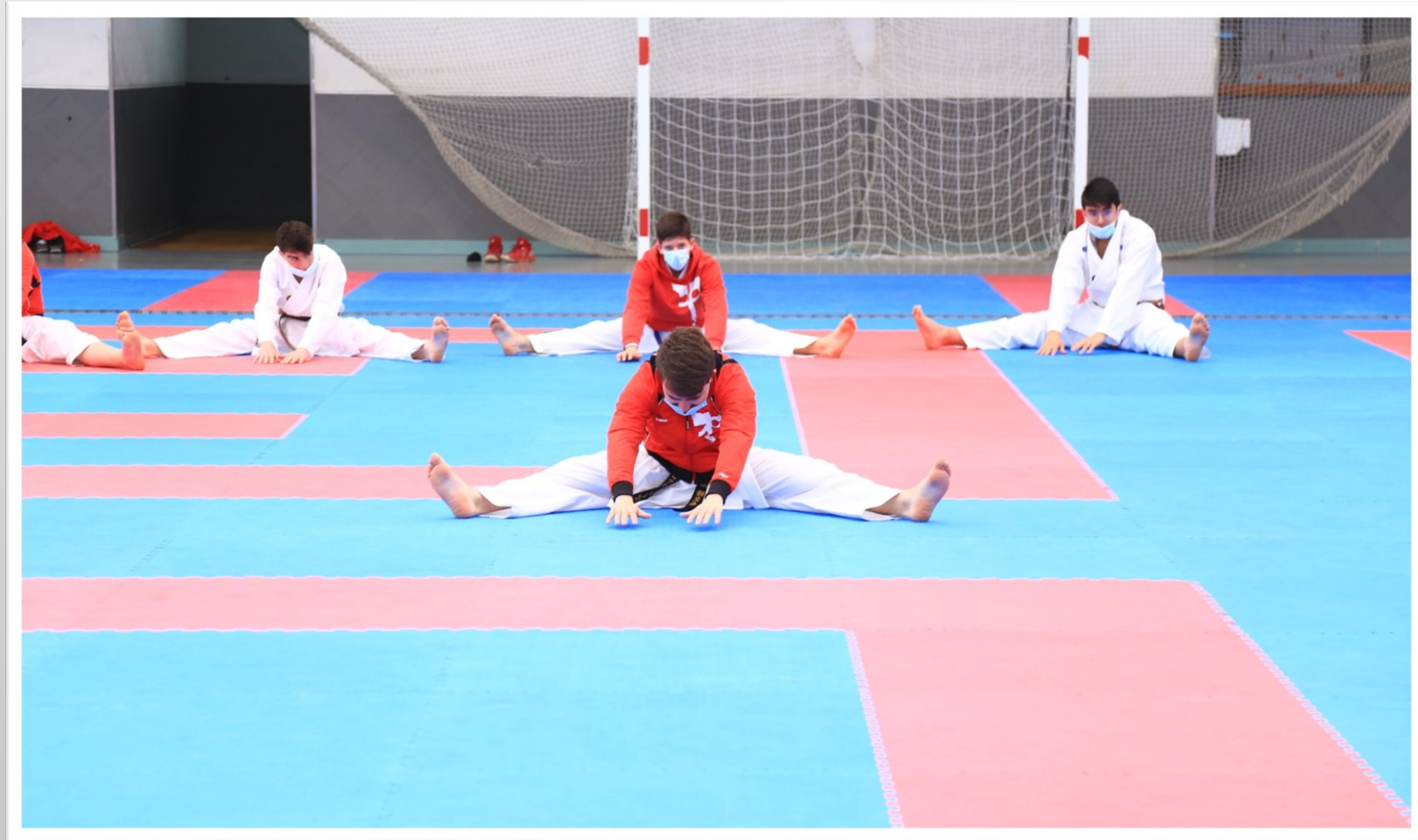


II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022

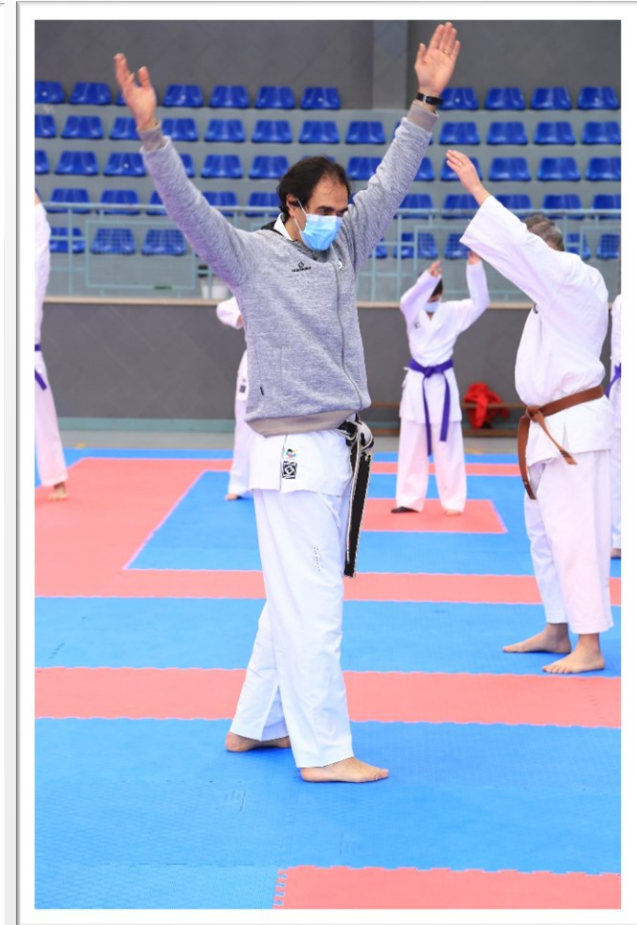


Dojo Mil Shoguns

II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022

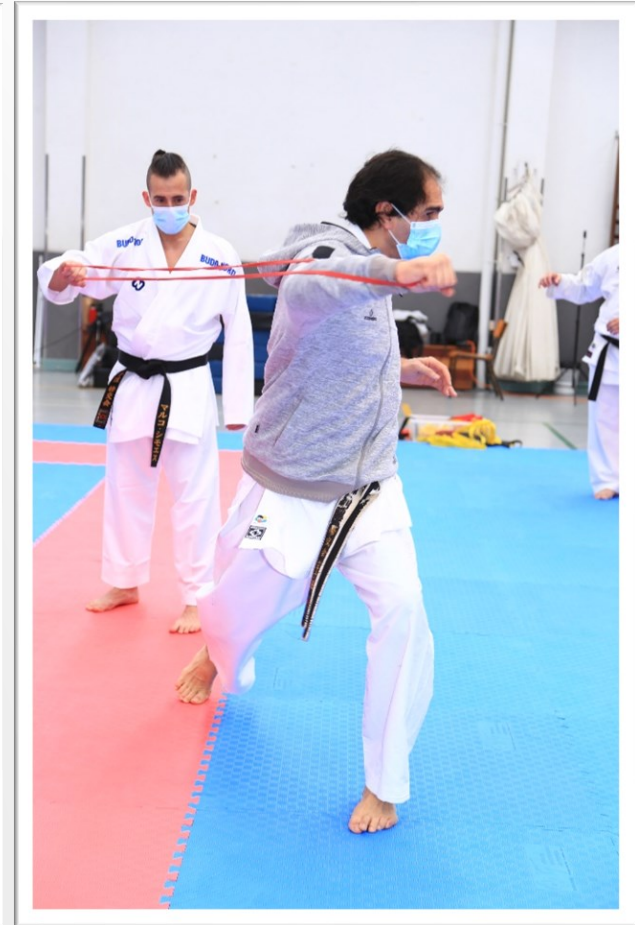


Dojo Mil Shoguns

II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022

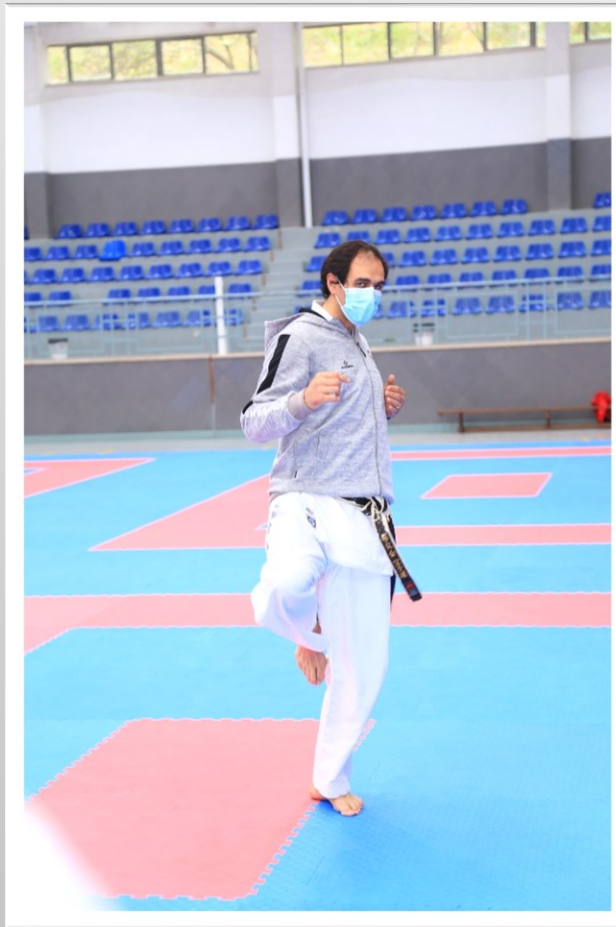


Dojo Mil Shoguns

II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



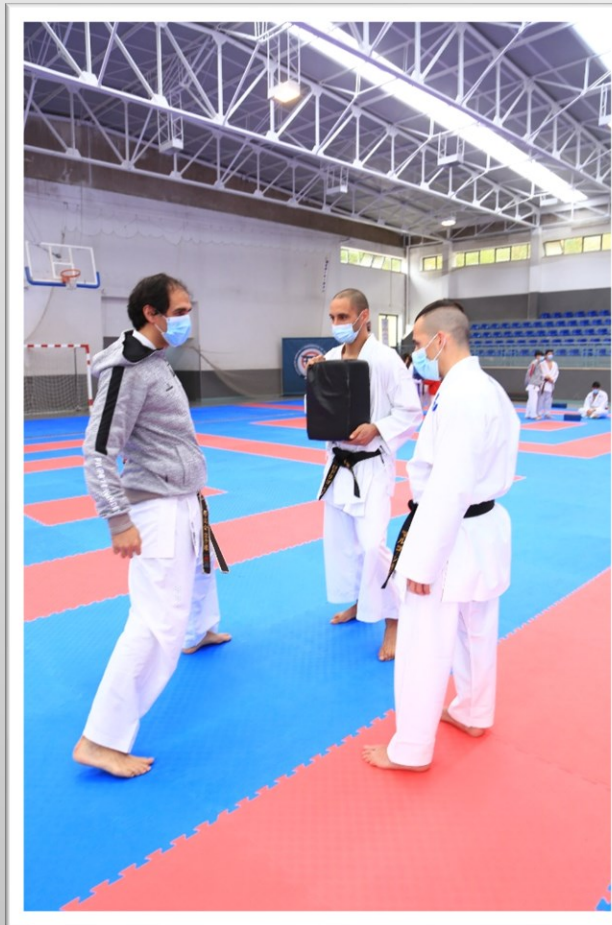
II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022

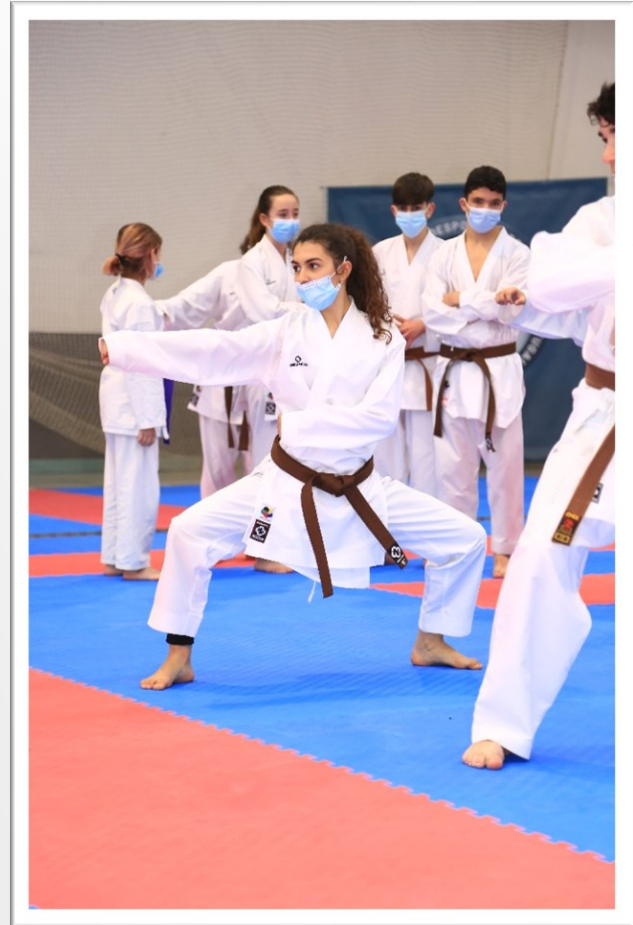


II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



Dojo Mil Shoguns

II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



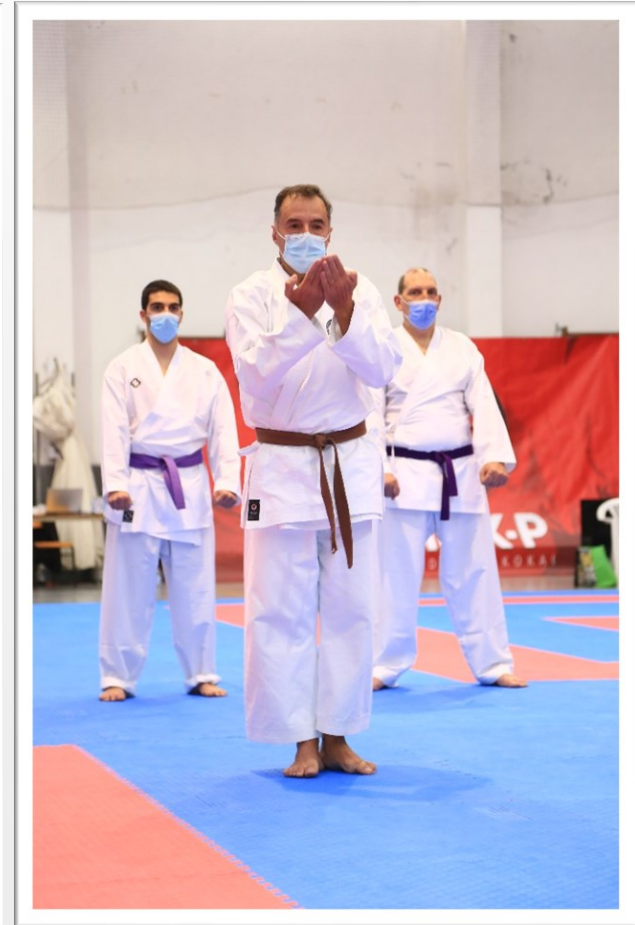
II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



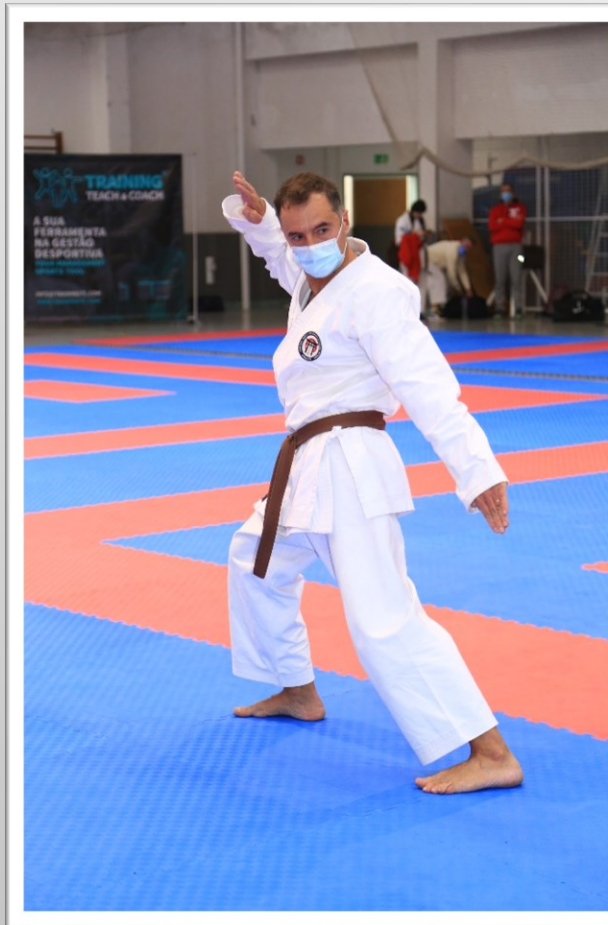
II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



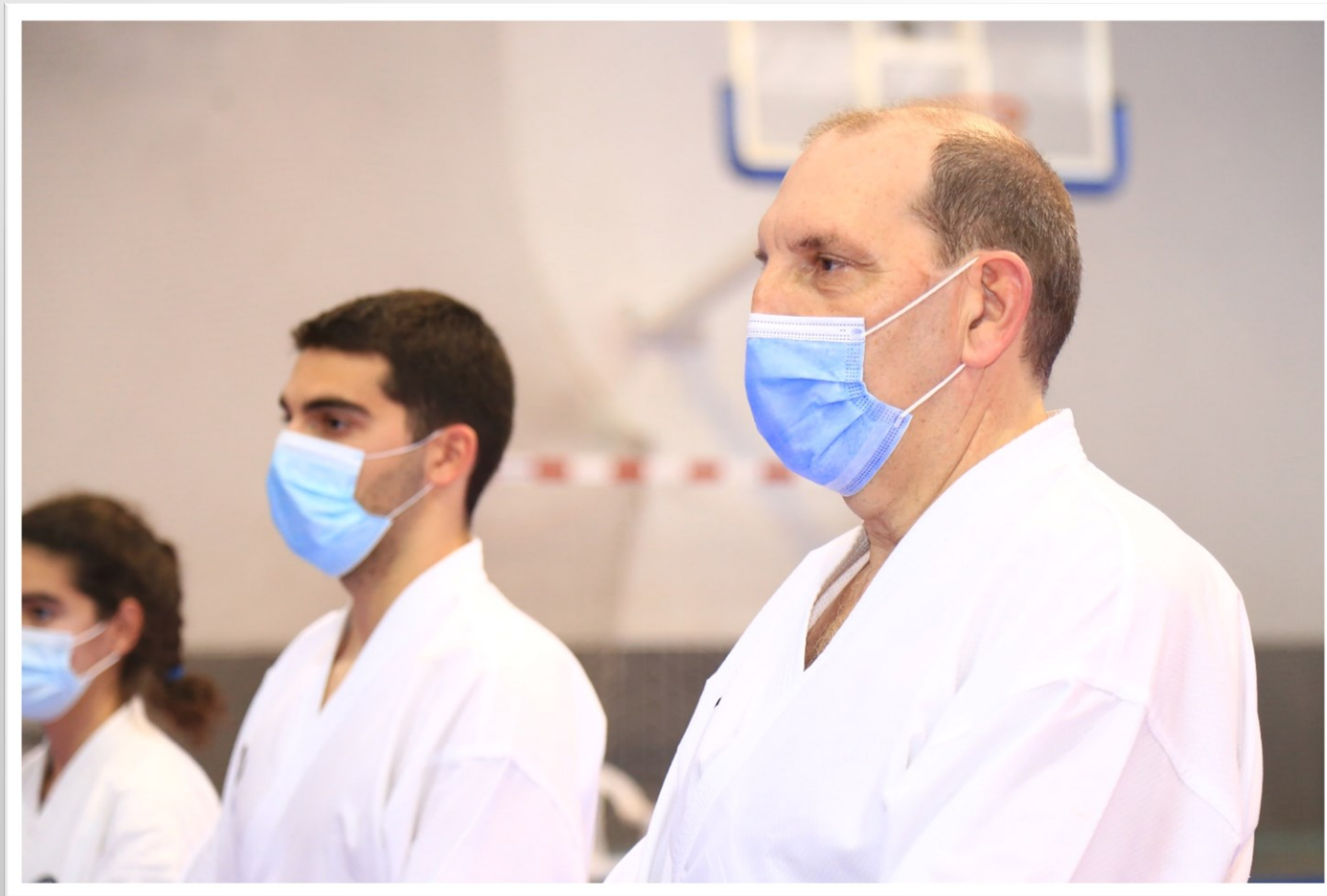
II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022

Parabéns aos 4 atletas do Clube Millennium bcp que se submeteram a exame, no qual obtiveram com sucesso a seguinte graduação:

1º Kyu | Cinto Castanho III

✓ Júlio Pinto

3º Kyu | Cinto Castanho

✓ Sara Pinto

✓ Guilherme Fernandes

✓ José Carlos Fernandes



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022



II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022

Lista dos participantes do Clube Millennium bcp:

- ✓ Carlos Rodrigues (*Coach*)
- ✓ Júlio Pinto
- ✓ Sara Pinto
- ✓ José Carlos Fernandes
- ✓ Guilherme Fernandes

II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022





II MasterClass | Penacova | 26 Mar. 2022

A *Secção de Karate* DO Clube Millennium BCP - DN, agradece à equipa técnica da *AMDKP - Associação Marcial e Desportiva de Karaté Portugal*, pela promoção e organização desta *MasterClass*, aos elementos de apoio e logística e a todos os que de forma direta ou indireta contribuíram para o sucesso desta magnífica atividade!

Karate, faz bem!

Arigatou Gozaimasu! **OSS!**

Carlos Rodrigues

crodrigues@millenniumbcp.pt | www.clubemillenniumbcp.pt

Secção de Karaté do Clube Millienniumbcp – Delegação Norte | Dojo Mil Shoguns

Rua Sá Da Bandeira, 135, 4000 - 433 Porto, Portugal

+351 220 040 882 | Ext. 7040882

+351 933 735 828 | Fax +351 220 023 928