



JWA WOOHYANG WOO TAEKWONDO FEDERATION
FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TAEKWONDO JTF
Fundada Em 15 de Janeiro de 1993
Balneário Camboriú – Santa Catarina

Relatório de Eventos

Curso Relatório do Instrutor e Regulamento – RISG JTF



Grão Mestre Clóvis Ribeiro – 9º Dan
Presidente e Fundador da JTF

Balneário Camboriú – SC, 13 de outubro de 2025.

Curso Relatório do Instrutor e RISG

Dados do evento

Evento: Curso Relatório do Instrutor, Plano de Aula, Planilha de Frequência e Regulamento e Serviços Gerais – RISG JTF

Local: Escola Prefeito Amadio Dalago

Rua Cabo Henrique Bernardes, S/N - Bairro Cedro em Camboriú - SC

Data: Dia 11 de outubro de 2025 (Sábado)

Organização e Instrutor do Curso

Organizadora: Federação Brasileira de Taekwondo JTF

Instrutores do Curso: Grão Mestre Clóvis Nunes Ribeiro – 9º Dan e Mestre Suyenne Eccel Ribeiro – 4º Dan

Participantes

Nº	NOME	IDADE	PRÁTICA	TEÓRICA	NOTA FINAL	ACADEMIA
01	Clóvis Nunes Ribeiro	60	Instrutor do Curso			FBTJ
02	Suyenne Eccel Ribeiro	25	Instrutora do Curso			FBTJ
03	Nathan Oliveira	35	70	70	70	FBTJ
04	Flávio da Silva Ferreira	36	70	70	70	Lobo de Prata
05	Sergio Marcos Silvestre Filho	23	70	70	70	Hwarangdo
PROGRAMA INTRE						
06	Leandro Ritter Urrutia	51	70	70	70	Fire Fox
07	Raimundo Reis Pinheiro da Silva	39	70	70	70	Dragão Rei
08	Erick Silva Benevenuti	17	70	70	70	Lobo de Prata
PROGRAMA AÇÃO						
09	Bruna de Souza Carvalho Vieira	16	70	70	70	My Space
10	Andres Alexis Lovera Cares	54	70	70	70	Lobo de Prata
PROGRAMA COBRA						
11	Antônio Rodrigues Urrutia	16	70	70	70	Fire Fox
12	Pablo Emanuel Schoroeder Kross	13	70	70	70	Fire Fox
PROGRAMA WATT						
13	Davi Masui Simões	14	70	70	70	My Space
14	Davi Valles Guimarães	14	70	70	70	My Space
15	Gustavo Melo Machado	15	70	70	70	Lobo de Prata
16	Henrique Krepsky Lopes	14	70	70	70	Hwarangdo
17	Heron da Matta Martins	12	70	70	70	Lobo de Prata
18	Marlon Murilo Siqueira Juvencio	22	70	70	70	Fire Fox

Total de Participantes

Total: 18 (dezoito) Instrutores e Alunos

Observações

- O Curso teve uma duração de 6 horas.
- Não houve avaliação prática e teórica, mas como todos os presentes conseguiram assimilar bem e tirar suas dúvidas, foi colocado uma média de 70 pontos para cada um.
- Não será expedido certificado nesse curso.
- A Federação patrocinou um almoço para os presentes, na qual foi feita na casa da Mestre Rafaela de Souza, preparada pela instrutora Cláudia Eccel Ribeiro, Mestre Shayenne Eccel Ribeiro Oliveira e Mestre Rafaela de Souza.

Tópicos abordados

- Os conteúdos ministrados, Power Point em anexos.
- Grão Mestre Clóvis Ribeiro:
 - Relatório do Instrutor;
 - Plano de Aula;
 - Regulamento – RISG.
- Mestre Suyenne Eccel:
 - Planilhas de Frequências.

Relação de Materiais

- O material utilizado: Data Show.

Patrocinadores e Colaboradores

- Federação Brasileira de Taekwondo JTF – Presidente Grão Mestre Clóvis Nunes Ribeiro
- Prefeitura Municipal de Balneário Camboriú;
- Conselho Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente – CMDCA – Balneário Camboriú;
- Prefeitura Municipal de Camboriú;
- Fundação Municipal de Esportes de Camboriú;

- Associação Dragão Negro Balneário Camboriú – Presidente Mestre Shayenne Eccel Ribeiro Oliveira;
- Associação Águia Dourada Camboriú – Presidente Flávia Rodrigues Nunes Urrutia;

Balneário Camboriú – SC, 13 de outubro de 2025.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Clóvis', with a long horizontal stroke extending to the left and a vertical stroke extending downwards to the right.

Grão Mestre **Clóvis Nunes Ribeiro** – 9º Dan

Presidente e Fundador da JTF

Fotos do Curso









TAEKWONDO JTF



Relatório do Instrutor

O Mestre é mais do que um instrutor: É um guia de disciplina, respeito e superação. Através da sua sabedoria e dedicação, inspira os alunos a desenvolverem não apenas a técnica, mas também valores essenciais para a vida.

"Acaba-se o vigor físico, mas a sabedoria e conhecimento jamais."

Made with GRAMMA

Dados Gerais

Informações da Escola

- Local e endereço completo
- Data e horários de funcionamento
- Capacidade de atendimento

Dados do Instrutor

- Idade e graduação
- Certificação de instrutor e programa
- Data e Filiação na federação

Estrutura Organizacional

- Associação e região que pertence a academia
- Mestre responsável pela região e graduação



Made with GRAMMA

Dados de Classe e Performance



Monitoramento Essencial

As informações coletadas incluem número total de aulas ministradas, alunos atendidos e atendimentos realizados, bem como o aluno destaque do período.

Esses dados são fundamentais para avaliar o desempenho geral da academia, monitorar frequência e alcance das atividades, além de orientar decisões administrativas estratégicas.

Made with GRAMMA

Análise de Composição e Progresso

Os relatórios detalham a composição dos alunos por níveis de aprendizagem e suas distribuições, permitindo identificar o progresso individual e coletivo.



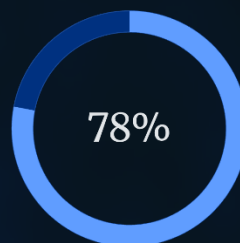
Taxa de Retenção

Alunos que permanecem ativos no programa



Aprovação em Exames

Índice de sucesso nas graduações



Frequência Média

Presença regular dos alunos nas aulas

Made with GENSLIDE

Preenchimento do Relatório

01

Dados Gerais

Registrar informações da academia, instrutor e rotina de funcionamento

02

Detalhes de Classe

Documentar data, conteúdo ministrado, metodologia aplicada e atividades realizadas

03

Participação e Avaliações

Registrar presença, faltas e resultados das avaliações dos alunos

04

Recursos Utilizados

Controlar materiais e espaços físicos empregados nas atividades

- ☐ O relatório é um documento oficial tanto para o instrutor quanto para a federação, sendo suas informações de extrema importância para o Taekwondo JTF.

Made with GENSLIDE

Objetivos do Relatório

Documentar Atividades

Registrar todas as ações e práticas realizadas durante o período

Avaliar Progresso

Monitorar o desenvolvimento individual e coletivo dos alunos

Controlar Metas

Acompanhar o cumprimento dos objetivos estabelecidos para as aulas

Planejar o Futuro

Definir próximas etapas de treinamento baseadas nos resultados obtidos



Made with GENSLIDE



Metas de Treinamento

1

Frequência de Aulas

Mínimo de 2 a 3 aulas por semana para garantir continuidade no aprendizado e desenvolvimento das técnicas fundamentais.

2

Desenvolvimento Técnico

Reforço nas técnicas específicas por nível de faixa, com foco no aprimoramento de flexibilidade e coordenação motora.

3

Preparação para Exames

Treinamento direcionado para TAF (T Test) e exames de graduação, incluindo acampamentos e campeonatos quando necessário.

Made with [QIAGEN](#)



Planejamento das Aulas

Temas Específicos

- Resultados do Exame
- Novos Básicos (Bases, Mãos e Pernas)
- Fórmulas (Segmentos e Métodos)
- Defesas Pessoais
- Básicos de Armas
- Técnica de Luta
- Preparação para Exames

Metodologia

Cada aula segue estrutura padronizada com aquecimento, prática de técnica, revisão, avaliação e relaxamento.

Divisão por ciclos semanais (1ª a 16ª semana) garantindo progressão sistemática e condicionamento físico adequado.

Made with [QIAGEN](#)



Procedimentos e Controle de Avaliações

1

Aquecimentos

Corridas, saltos e alongamentos variados para preparação física adequada

2

Prática Técnica

Exercícios para todos os níveis e revisões específicas por faixa de graduação

3

Avaliações

Testes regulares, monitoramento de desempenho e feedbacks mensais

O monitoramento contínuo inclui registro de horas-aula, frequência, avaliações mensais e resultados de exames de graduação. Todas essas informações são fundamentais para a federação.

Made with [QIAGEN](#)



Contato com a Sede

1

Endereço

Rua Sargento Mário Manoel Rodrigues, nº 22 – 1º
Andar
Bairro São Judas Tadeu
Balneário Camboriú – SC
CEP 88332-480

2

Contatos

Telefone: (47) 3366 8534 – Sede
WhatsApp: (47) 98883 3023 – Presidência
E-mail: taekwondojtf@gmail.com

3

Redes Sociais

Instagram: [@jtf_taekwondo](https://www.instagram.com/jtf_taekwondo)
Site: www.taekwondojtf.com.br
Divulgue o estilo Taekwondo JTF!

Made with [canva](https://www.canva.com)

Regulamento Interno e Serviços Gerais do Taekwondo JTF - RISG

Documento oficial estabelecido pelo Grão Mestre Clóvis Nunes Ribeiro – 9º Dan, fundador da Organização JTF (JWA WOORYANG WOO TAEKWONDO FEDERATION) em 15 de Janeiro de 1993, em Cachoeira do Sul – RS, e atualizado em Balneário Camboriú – SC, em 15 de Janeiro de 1999.



Made with [canva](https://www.canva.com)

Fundamentos e Propósito da Arte Marcial JTF

Organização JTF

A Organização JTF (JWA WOORYANG WOO TAEKWONDO FEDERATION) foi criada e fundada em 15 de Janeiro de 1993, pelo Grão Mestre Clóvis Nunes Ribeiro. Todos os direitos e atos reservados referente à ARTE MARCIAL JTF pertencem ao fundador. A organização também estabeleceu a Associação Dragão Negro em 10 de Janeiro de 1991 e a Federação Brasileira de Taekwondo Jwa Woohyang Woo em 15 de Janeiro de 1993, na Cidade de Cachoeira do Sul - RS.

Estas entidades são sociedades civis sem fins lucrativos, de direito privado e âmbito nacional, de educação extraescolar, que congregam todos quantos praticam a Arte Marcial TAEKWONDO JWA WOORYANG WOO no Brasil e no mundo, com intuito de somente divulgar a arte marcial.

Propósito e Princípios

O Propósito do Taekwondo JTF é contribuir para que as pessoas assumam seu próprio desenvolvimento, especialmente do caráter, ajudando-os a realizar suas plenas potencialidades físicas, intelectuais, sociais, afetivas e espirituais, como cidadãos responsáveis, participantes e úteis em suas comunidades.

Os Princípios da JTF são definidos após a formação ao grau de faixa preta e instrutor, base moral que se ajusta aos progressivos graus de maturidade do indivíduo: **Respeito aos pais e ao próximo** – Respeito e solidariedade à família e ao próximo, participação ativa no desenvolvimento da comunidade e valorização do equilíbrio do indivíduo a Natureza.

Made with [canva](https://www.canva.com)

Estrutura de Graduações e Programas

Programa AR (Básico) Faixas: Branca (10º Gub), Cinza (9º Gub), Amarela (8º Gub) Cor: Amarela Tempo: 4 meses em cada nível Significado: Início e Pureza - O aluno iniciante ingressa sem possuir um conhecimento profundo	Programa TERRA (Intermediário) Faixas: Laranja (7º Gub), Verde (6º Gub), Roxa (5º Gub) Cor: Verde Tempo: 4 meses em cada nível Significado: Terra e Riqueza - A planta da terra rica e fértil começa a demonstrar resultados: vida e crescimento
Programa ÁGUA (Avançado) Faixas: Azul (4º Gub), Marrom (3º Gub), Vermelha (2º Gub) Cor: Azul Tempo: 4 meses em cada nível Significado: Planta, Vida, Céu e Liberdade - Amplo conhecimento e técnica	Programa FOGO (Especial) Faixas: Vermelha e Preta (1º Gub) Cor: Vermelha Tempo: 6 meses Significado: Sol e Perigo - Fase de perigo, em que atos e comportamentos devem ser cuidadosamente observados

As graduações de faixas pretas são divididas em: **Faixas Pretas** (1º Dan a 3º Dan), **Mestres** (4º Dan a 6º Dan) e **Grão-Mestres** (7º Dan a 10º Dan). Os Instrutores, auxiliares e monitores são identificados por colarinhos: Verde (Monitor WATT), Amarelo (Monitor COBRA), Vermelho (Auxiliar de Instrutor), Azul (Instrutor em Treinamento) e Preto (Instrutor Certificado).

Made with **GOOWAB**

Uniformes e Símbolos do Taekwondo JTF

Uniformes por Graduação

Para Alunos (Faixa branca a vermelha e preta): Casaco aberto e calça na cor preta. Monitores dos Times WATT e COBRA possuem listra verde ou amarela de 1 cm (ou nº 2) na gola, respectivamente. Auxiliares de Instrução (Programa AÇÃO) possuem listra vermelha de 2 cm (ou nº 5) na gola.

Para Faixas Pretas (1º Dan a 3º Dan): Casaco aberto e calça na cor branca. Instrutores em Treinamento possuem listra azul de 2 cm (ou nº 5) na calça e gola. Instrutores Certificados possuem listra preta de 2 cm (ou nº 5) na calça e gola.

Para Mestres (4º Dan a 6º Dan): Casaco aberto na cor branca e calça na cor preta, podendo usar casaco listrado nas cores preta ou branca, com listra na gola de 4 cm (ou nº 9) na cor preta.

Para Grão-Mestres (7º Dan a 9º Dan): Casaco aberto na cor dourada com gola na cor preta e calça na cor preta, podendo optar pelo uniforme de Mestre com acréscimo de listra dourada de 1 cm (ou nº 2) ao centro sobre a listra preta.

Símbolos e Inscrições

No casaco, nas costas, a palavra **TAEKWONDO** em arco e abaixo o nome da cidade ou do instrutor (conforme graduação), com as iniciais da arte marcial (JWA WOOSANG WOO TAEKWONDO FEDERATION); "J" na cor azul, "T" na cor verde e "F" na cor amarela, com o globo terrestre na cor vermelha por cima das letras, medindo 35 X17 cm.

No peito, ao lado direito, o símbolo da FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TAEKWONDO JTF (para alunos) ou da Organização JTF (para faixas pretas instrutores). Do lado esquerdo, o símbolo da associação, academia ou clube. No ombro esquerdo, raias de arbitragem e símbolos de cursos. No ombro direito, símbolos dos Times WATT e COBRA.

Made with **GOOWAB**

Programas Especiais de Desenvolvimento

Programa WATT (Winner Action Tactical Time) Time Tático de Ação Vencedora - Cor: Verde. Idade mínima: 12 anos. Graduações: Laranja em diante. Este programa foi elaborado para direcionar os alunos menos graduados de forma a se aperfeiçoarem tática e tecnicamente para auxiliar e monitorar a classe. Requisitos: Ser voluntário, assistir 10 clínicas teóricas, completar 100 horas aulas com instrutor, fazer parte do time de demonstrações, ser modelo de conduta, ter no mínimo a faixa laranja, realizar todos os exames com desconto de 50%, realizar todos os TAF com nota mínima 70, receber até 10 estrelas de recompensa (5 bronze por evento e 5 prata para horas aulas na academia).	Programa COBRA (Competência, Organização, Bravura, Responsabilidade e Ação) Cor: Amarela. Idade mínima: 12 anos. Graduações: Verde a Vermelha. Este programa foi elaborado para alunos que superaram todos os requisitos do programa WATT e entraram na fase avançada, onde já começam a fazer o estágio supervisionado pelos mestres. Requisitos: Ter assistido todas as clínicas do WATT, completar 100 horas aulas/WATT e 100 horas aulas/COBRA, ser no mínimo faixa verde, organizar torneios e eventos, participar de curso de arbitragem nível 1, participar de campeonato como competidor e árbitro, receber até 5 estrelas de recompensa ouro (cada 20 horas aulas uma estrela).
Programa AÇÃO (Auxiliar de Instrução) Cor: Vermelha e preta. Graduação: Vermelha e Preta (1º Gub). Tempo: 1 ano. Nesta fase o praticante aprofunda seus conhecimentos com estudos elevados e luta pela divulgação. Requisitos: Completar 150 horas aulas como auxiliar, ser faixa vermelha e preta, ter no mínimo 14 anos, permanecer 1 ano de estágio, realizar TAF a cada 4 meses, organizar eventos, participar de cursos de arbitragem nível 2, participar de Dragon Camp e Curso de Instrutor de Campo nível 1, cursos de armas, primeiros socorros e marketing pessoal, ter 70% de frequência, realizar exame teórico com 80% de acertos, ter no mínimo 1.000 pontos no programa.	Programa INTRE (Instrutor em Treinamento) Idade mínima: 14 anos. Graduação: Faixa Preta. Este programa prepara o praticante para se tornar Instrutor Certificado através de formação abrangente. Requisitos: Ter 300 horas sob supervisão de Instrutor Certificado, participar de campeonato como competidor, participar de dois exames como juiz, apresentar tese de 10 páginas sobre tema designado, cursar Primeiros Socorros, realizar exame teórico com 80% de acertos, participar de Dragon Camp como participante e instrutor nível 2, ter 50% de frequência nas aulas, ler e entender o Estatuto da Criança e do Adolescente e entender sobre a JTF.

Made with **GOOWAB**

Sistema de Exames e Avaliações

Requisitos por Programa

Programa BÁSICO (Branca a Amarela): Bases, Técnicas de mãos e chutes (novos básicos), sequência de movimentos (fórmula), defesas pessoais, luta (Kiorugui), TAF.

Programa INTERMEDIÁRIO (Laranja a Roxa): Todos os itens do básico mais quebraimento.

Programa AVANÇADO (Azul a Vermelha): Todos os itens do intermediário mais armas.

Programas FAIXA PRETA e AÇÃO (Vermelha e Preta): Todos os itens do avançado mais exame teórico escrito.

Importante: A partir do Programa Avançado não será mais permitido ao atleta pedir para recomençar suas técnicas, faixas anteriores podem pedir até 3 (três) vezes.

Tempo Requerido na Graduação: Faixa branca a roxa: 4 meses em cada faixa. Faixa azul a vermelha e preta: 6 meses. Faixa vermelha e preta (programa Ação): 1 ano. Faixa preta 1º Dan: 1 ano. Faixa preta 2º Dan: 2 anos. Faixa preta 3º Dan: 3 anos. E assim sucessivamente até o 10º Dan.

Sistema de Pontuação

Para Aprovação em Exames:

- Programa BÁSICO: 420 a 600 pontos (aprovado)
- Programa INTERMEDIÁRIO: 490 a 700 pontos (aprovado)
- Programa AVANÇADO: 560 a 800 pontos (aprovado)
- Programa FAIXA PRETA: 630 a 900 pontos (aprovado)
- Programa AÇÃO: 630 a 900 pontos (aprovado)

Observações: O aluno não poderá zerar nenhum item, caso aconteça será reprovado imediatamente. A média é 70 pontos. Média de 69,50 pontos poderá ser arredondada para 70 pontos.

Made with  CANVA

Teste de Avaliação Física - TAF



Teste de Corrida (12 minutos)

Também conhecido como "Cooper Test", é projetado para avaliar a resistência cardiovascular. O objetivo é percorrer a maior distância possível em 12 minutos em local seguro e plano. A pontuação varia conforme a distância percorrida e a faixa etária do atleta.



Teste de Flexão de Braço

Masculino: Movimentos executados com o corpo reto, mãos na largura dos ombros, peito tocando o solo a cada movimento. **Feminino:** Executado com joelhos dobrados em ângulo reto, mantendo linha reta da cabeça aos joelhos. Exercício feito até a exaustão, contando o número de repetições.



Teste de Abdominal

Para idades de 14 a 55 anos: Deitado de costas, joelhos flexionados a 90 graus, mãos atrás da cabeça. Elevar tronco até cotovelos tocarem joelhos, realizar máximo de repetições em 1 minuto. Para idades até 8 anos: Prancha (isometria), manter posição por tempo determinado (1m30seg).

Pontuação do TAF: Excelente: 80 pontos. Bom: 70 pontos. Regular: 60 pontos. Insuficiente: 50 pontos. Os alunos devem realizar todos os TAF no ano conforme seu programa. Para realizar Exame de Graduação, deverão ter os TAF em dia durante o ano que pretende realizar o exame.

Made with  CANVA

Acampamentos: Dragon Camp e Noite Ninja

Dragon Camp

Acampamento de sobrevivência que desenvolve habilidades práticas para sobreviver usando o que a natureza oferece. As principais instruções incluem:

- **Abrigos:** Construção e montagem de estruturas de proteção
- **Fogo, Fogueiras e Fogões:** Técnicas de geração e controle de fogo
- **Água:** Encontrar, filtrar e purificar água
- **Nós, Ancoragem e Amarrações:** Técnicas de manipulação de cordas
- **Orientação e Navegação:** Uso de mapas, bússolas e referências naturais
- **Armadilhas:** Técnicas de captura e segurança
- **Alimentos:** Identificação, preparação e conservação
- **Primeiros Socorros e Resgate:** Atendimento emergencial
- **Pistas:** Cordas, Ação e Reação, Fio Noturno

Noite Ninja

Acampamento para crianças até 12 anos, oferecendo atividades seguras, educativas e divertidas:

- Trilhas na Natureza
- Jogos ao Ar Livre
- Atividades Artísticas
- Histórias ao Redor da Fogueira
- Atividades de Sobrevivência Lúdicas
- Observação de Estrelas
- Oficina de Culinária ao Ar Livre
- Esportes
- Experimentos Científicos Simples
- Momentos de Reflexão e Relaxamento

Importante: A Noite Ninja não valida o curso de instrutor de campo, somente o Dragon Camp.

Made with  CANVA

Arbitragem e Cursos Complementares



Nível 1 - Exames

Juiz responsável por comandar exames de graduações. Supervisiona atletas participantes, mantém ordem, assegura cumprimento de regras, bem como atua em competições como anotador e cronometrista. Idade mínima: 12 anos, faixa amarela. Distintivo: COR AMARELA.



Nível 2 - Torneio

Atua como juiz central em competições de faixas coloridas e bandeirinha em torneios de faixas pretas. Deve ter compreensão sólida das regras, tomar decisões rápidas e justas. Idade mínima: 14 anos, faixa roxa. Distintivo: COR AZUL.



Nível 3 - Chefe

Papel de liderança em torneios, juiz central para lutas de faixas pretas e chefe de torneios. Garante que competição seja conduzida conforme normas. Idade mínima: 16 anos, faixa vermelha e preta. Distintivo: COR VERMELHA.

Cursos Complementares: A formação contínua é essencial. Todos os juizes devem participar regularmente de seminários de arbitragem promovidos pela Federação para reciclar conhecimentos, esclarecer novas regras e discutir melhores práticas. Outros cursos incluem: Armas Orientais (Tonfa, Nunchaku, Bastão, Espada, Faca, Sai, Kama, Leque, Bengala, Kubotan), Primeiros Socorros, Seminários Técnicos, Palestras Motivacionais, Psicologia Infantil, Liderança, Mindset, Nutrição.

Made with **Canva**

Premiações e Super Campeões

10

Super Campeão Escolar

Premia os dez melhores alunos que entregarem Boletins Escolares. Pontuação baseada em médias de 70 a 100. Do 1º ao 3º: eletro eletrônico + certificado. Do 4º ao 10º: certificado.

10

Super Campeão Torneio

Premia os dez melhores atletas em Kiorugul, Poom-sae e Armas. 1º Lugar: R\$ 500,00 + certificado. 2º Lugar: R\$ 300,00 + certificado. 3º Lugar: R\$ 200,00 + certificado. Do 4º ao 10º: certificado.

10

Super Campeão TAF

Premia os dez melhores alunos que realizarem os três TAF do ano. Do 1º ao 3º: certificados + material esportivo. Do 4º ao 10º: certificado. Avaliação independente de idade.

Regras Gerais: Todos os atletas devem entregar obrigatoriamente os documentos necessários para validação. Inscrições abertas a todos os atletas, exceto instrutores e faixas pretas. Caso o aluno não esteja mais treinando no dia da premiação, o prêmio será revertido à Academia onde será sorteado (rifa) para arrecadar fundos para a mesma. Todos os prêmios serão entregues no final do ano em data divulgada pela Federação Brasileira de Taekwondo JTF.

Made with **Canva**