

Ruben Danilo Jesus Cabral  
Beco Santa Helena, nº21, RC Esq, 1100-482

Email: [rubendcabral@gmail.com](mailto:rubendcabral@gmail.com)



Fundada em 1976

## ***CURRICULUM VITAE***

### **Aikido**

Começou a prática de Aikido em Setembro de 2002 no Estádio Universitário de Lisboa sob a orientação do Mestre Jean-Marc Duclos.

Iniciou-se a dar aulas de Aikido para adultos em Fevereiro de 2009 no Ginmodesportivo do Inatel da Mouraria

Presentemente continua pratica a modalidade no Estádio Universitário de Lisboa e, desde Outubro de 2009, dirige uma classe de Aikido para adultos no Ginásio da Junta de Freguesia da Pena.

Obteve a graduação de cinto negro em Julho de 2008 e o grau de monitor, certificado pela Federação Portuguesa de Aikido em Novembro de 2008. Em Novembro de 2009 obteve o grau de instrutor, certificado pela Federação Portuguesa de Aikido. É monitor da Associação Portuguesa de Aikido e Disciplinas Associadas desde 2008.

### **Participações em estágios e seminários:**

- 4º Estágio Internacional de Aikido sob a orientação de Hiroshi Ikeda Shihan, 7º Dan Aikikai, realizado em Nice – França, Fevereiro de 2017;
- 3º Estágio Internacional de Aikido sob a orientação de Hiroshi Ikeda Shihan, 7º Dan Aikikai, realizado em Nice – França, Fevereiro de 2016;
- 2º Estágio Internacional de Aikido sob a orientação de Hiroshi Ikeda Shihan, 7º Dan Aikikai, realizado em Nice – França, Fevereiro de 2015;
- AIKILIS 2011 - Estágio Internacional de Aikido de Lisboa, sob a orientação de Kevin Choate, Sensei 6º Dan Aikikai, *Aikido Schools of Ueshiba*, realizado em Lisboa (E.U.L.) – Portugal, de 26 a 28 de Abril 2011;
- Estágio Internacional dirigido pelo Mestre Hiroshi Ikeda Shihan 7º Dan Aikikai, *Aikido Schools of Ueshiba*, realizado em Lisboa (E.U.L.) – Portugal, de 23 a 25 de Abril 2010;

- AIKILIS 2010 - Estágio Internacional de Aikido de Lisboa, sob a orientação de Kevin Choate, Sensei 6º Dan Aikikai, *Aikido Schools of Ueshiba*, realizado em Lisboa (E.U.L.) – Portugal, de 26 a 28 de Março 2010;
- 3º Estágio Internacional da Birankai em Portugal, sob a orientação de Michael Flynn, Shihan 6º Dan Aikikai, realizado em Lisboa (E.U.L.) – Portugal (Associação Sanjukan), 4 de Abril de 2009;
- 1º Estágio de *Systema*, sob a orientação de António Guerreiro Lampreia, instrutor de *Systema* realizado em Lisboa (Escola Eugénio dos Santos), 7 e 8 de Março de 2009;
- Estágio de Aikido com Sensei Wagner Bull, 6º dan Aikikai, realizado no Estádio do Bonfim, Setúbal - Portugal (Instituto Takemussu de Portugal), 28 de Junho de 2008;
- 2º Estágio Internacional da Birankai em Portugal, sob a orientação de Michael Flynn, Shihan 6º Dan Aikikai, realizado em Lisboa (E.U.L.) – Portugal (Associação Sanjukan), 5 de Abril de 2008;
- AIKILIS – 2º Encontro Internacional de Aikido de Lisboa, sob a orientação de Kevin Choate, Sensei 6º Dan Aikikai, *Aikido Schools of Ueshiba*, realizado em Lisboa (E.U.L.) – Portugal, de 11 a 16 de Março 2008;
- Estágio Internacional de Aikido – Comemorativo dos 30 anos da secção de Aikido do Vitória Futebol Clube, sob a orientação do Mestre Jean Marc Duclos (A.P.A.D.A.), realizado no Estádio do Bonfim, Setúbal – Portugal (Aikideai), 8 e 9 de Dezembro de 2007;
- Stage Internacional d’Aikido 2007, sob a orientação de Mitsugui Saotome Shihan 8º Dan Aikikai, realizado em Le Vigan – França (*Aikido Harmonie*), de 18 a 26 de Agosto de 2007;
- Estágio de Aikido da Escola de Desportos de Combate do Estádio Universitário de Lisboa, sob a orientação de Christophe Peytier, Sensei 4º Dan Associação Sanjukan, realizado em Lisboa (E.U.L.) – Portugal, 3 de Fevereiro 2007;
- Stage Internacional d’Aikido 2006, sob a orientação de Mitsugui Saotome Shihan 8º Dan Aikikai, realizado em Le Vigan – França (*Aikido Harmonie*), de 19 a 27 de Agosto de 2006;
- VII Estágio de Aikido, sob a orientação de Georges Stobbaerts, Hanshi 8º Dan DNBK, Kyoto – Japan, realizado em Lisboa (E.U.L.) – Portugal (Dô Clube), 27 e 28 de Maio de 2006;
- Estágio de Aikido da Escola de Desportos de Combate do Estádio Universitário de Lisboa, sob a orientação de Tristão da Cunha, Sensei 6º Dan *Iwama Shin Shin Aikishurenkai*, realizado em Lisboa (E.U.L.) – Portugal, 22 de Abril 2006;
- 1o Estágio Internacional da Birankai em Portugal, sob a orientação de Michael Flynn, Shihan 6º Dan Aikikai, realizado em Lisboa (E.U.L.) – Portugal (Associação Sanjukan), 5 de Novembro de 2005;

- 1o Estágio de Aikido da Escola de Desportos de Combate do Estádio Universitário de Lisboa, sob a orientação dos professores Jean Marc Duclos (A.P.A.D.A.), João Almeida (Ten Chi Internacional) e José Araújo (União Portuguesa de Budo), realizado em Lisboa (E.U.L.) – Portugal, 19 de Fevereiro de 2005;