



# FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE PORTUGAL

Utilidade Pública Desportiva e Utilidade Pública  
(DR. 213, IIª Série 14 de Setembro de 1995 e DR. 15, IIª Série 18 de Janeiro de 1996)  
NIPC 503 027 120

FEDERAÇÃO NACIONAL  
PORTUGAL

Rua do Cruzeiro, n.º 6 – R/C Dto. – 1300-164 Lisboa – PORTUGAL  
Tel.: +351 21 362 31 52 Fax: +351 21 362 31 60  
Email: [fnkp@fnkp.pt](mailto:fnkp@fnkp.pt) Site: [www.fnkp.pt](http://www.fnkp.pt)

---

DEPARTAMENTO DE SELECÇÕES

## Aos Associados da FNKP

**Assunto:** Treino de Pré Selecção Nacional SÉNIOR

Conforme ofício do Departamento de Selecções de 15/02/2010, vai realizar-se um Treino de Pré Selecção Nacional no próximo dia **27 de Fevereiro**, no Complexo das Piscinas do Jamor (CAR), tendo em vista a preparação da Selecção Nacional.

Por razões de ordem técnica e pedagógica o referido treino será dirigido, **exclusivamente**, ao escalão **Sénior**, conforme listagem em anexo.

Todos os atletas devem levar Kimono, protecções obrigatórias, sapatilhas, calção, t-shirt, bloco de notas e água.

### **PROGRAMA DEFINITIVO**

11:00 - 13:00 Treino de KUMITE (**Sénior**)  
Intervalo para Almoço  
15:00 - 17:00 Treino de KATA (**Sénior**)  
17:00 - 19:00 Treino de KUMITE (**Sénior**)

Para qualquer esclarecimento, devem utilizar os seguintes contactos:

DESIGNAÇÃO	NOME	CONTACTO
FNKP (Geral)	Sara Rodrigues	213623152
FNKP (Presidente)	João Salgado	915755606
Seleccionador Nacional	Joaquim Gonçalves	919769570

Com os melhores cumprimentos.

Lisboa, 23 de Fevereiro de 2010

O Presidente da FNKP,

(João Salgado)

P'la Equipa Técnica das Selecções,

(Joaquim Gonçalves)