



# 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 11 A – 1300-160 Lisboa – PORTUGAL  
Tel.: +351 21 362 31 52 GPS: 38.707464,-9.191960  
Email: [fnkp@fnkp.pt](mailto:fnkp@fnkp.pt) Site: [www.fnkp.pt](http://www.fnkp.pt) Email Dep: [seleccoos@fnkp.pt](mailto:seleccoos@fnkp.pt)

## DEPARTAMENTO DE SELEÇÕES (Nº 12/2017)

Aos Associados da FNK-P,

Lisboa, 6 de março de 2017

Assunto: 4º TREINO REGIONAL DE SELEÇÃO (FORMAÇÃO, CADETES, JUNIORES E SENIORES)

Conforme calendarização prevista no plano desportivo anual do departamento de seleções da FNK-P, no próximo dia **18 de março**, sábado, vão realizar-se os **treinos regionais de seleção**, conforme quadro que apresentamos.

ZONA	DATA	LOCAL
Norte	18 de março (Sábado)	<b>PAVILHÃO MUNICIPAL DE SANTO TIRSO</b> <b>Rua do Picoto, 4780-521 Santo Tirso</b> 14:00 – 15:00 KATA (Escalões de Formação) 15:00 – 16:30 KATA (Escalões de Especialização <b>CA-JU-SE</b> ) 16:30 – 17:30 KUMITE (Escalões de Formação) 17:30 – 19:00 KUMITE ( <b>Cadete</b> feminino e masculino) 19:00 – 20:30 KUMITE ( <b>Júnior e Sénior</b> feminino e masc.)
Centro-Norte	18 de março (Sábado)	<b>PAVILHÃO DA CALDEIRA</b> <b>Rua de Leiria, Zona Desportiva de Pombal – 3100-437 Pombal</b> 09:30 – 11:30 KATA (Todos escalões) 11:30 – 13:30 KUMITE (Todos escalões)
Centro-Sul	18 de março (Sábado)	<b>CENTRO DE ALTO RENDIMENTO DO JAMOR</b> <b>Cruz Quebrada – Oeiras</b> 10:30 – 11:30 KATA (Escalões de Formação) 11:30 – 13:00 KATA (Escalões de Especialização <b>CA-JU-SE</b> ) 14:30 – 15:30 KUMITE (Escalões de Formação) 15:30 – 17:00 KUMITE ( <b>Cadete</b> feminino e masculino) 17:00 – 19:00 KUMITE ( <b>Júnior e Sénior</b> feminino e masc.)
Sul	18 de março (Sábado)	<b>PAVILHÃO MUNICIPAL DA PENHA, FARO</b> <b>Avenida Cidade Hayward, piscinas municipais de Faro, 8005 Faro</b> 09:00 – 11:00 KATA (Todos escalões) 11:00 – 13:00 KUMITE (Todos escalões)
Madeira Açores	18 de março (Sábado)	Programa a definir especificamente na região

Têm acesso aos referidos treinos, os atletas dos escalões de **formação, cadetes, juniores e seniores**, na disciplina de kata e kumite que reúnam pelo menos uma das condições seguintes:

- Atletas detentores do Estatuto de Alto Rendimento;
- Atletas que representaram a seleção nacional na época desportiva 2015-2016;
- Atletas que obtiveram lugar de pódio em provas oficiais da FNK-P na época desportiva 2015-2016 e 2016-2017;
- Atletas que reúnam condições de âmbito físico, técnico, tático, psicológico e sócio-cultural, sob proposta do treinador pessoal, dirigida via e-mail ao Responsável da Equipa Técnica Nacional ([joaquimgoncalves2@gmail.com](mailto:joaquimgoncalves2@gmail.com)), até às **18h00 do próximo dia 14 de março (3ª feira)**.



# 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

KARATE  
FEDERAÇÃO NACIONAL  
PORTUGAL

Rua do Cruzeiro, n.º 11 A – 1300-160 Lisboa – PORTUGAL

Tel.: +351 21 362 31 52 GPS: 38.707464,-9.191960

Email: [fnkp@fnkp.pt](mailto:fnkp@fnkp.pt) Site: [www.fnkp.pt](http://www.fnkp.pt) Email Dep: [seleccoes@fnkp.pt](mailto:seleccoes@fnkp.pt)

---

No sentido de criar um clima favorável ao rendimento desportivo dos atletas, **apenas será permitida a presença do treinador pessoal no recinto de treino com acreditação efetuada no âmbito da FNK-P em 2016-2017.**

Com os melhores cumprimentos,

O Presidente da FNK-P,

(Carlos Silva)

O Responsável da Equipa Técnica Nacional,

(Joaquim Gonçalves)