



# CAMPO DE TREINO DE FORMAÇÃO ATLETAS E TREINADORES



**EDUCAR ATRAVÉS DO KARATE**

**12 A 14 DE JULHO DE 2018**

**BRAGA**



## INTRODUÇÃO

A FNK-P vai promover o Campo de Treino de Formação – Educar através do Karate para atletas e treinadores, em Braga, onde será possível partilhar experiências de âmbito social, cultural e desportivo com a participação especial de alunos e professores do projeto Erasmus+ Desporto “Sport at School”, atletas e técnicos da seleção nacional de karate.

## OBJETIVOS

- Promoção da alfabetização e educação motora
- Promoção de atividades lúdicas e recreativas (Piscina, futebol, voleibol, trilha, etc...)
- Ações de socialização, companheirismo e amizade
- Formação técnica específica em Kata e Kumite

## PÚBLICO-ALVO

- Atletas de formação e especialização (a partir dos **7 anos de idade**)
- Treinadores de qualquer grau (1,2 UC)



## DATA

- 12 a 14 de julho de 2018

## ALOJAMENTO

**RESIDÊNCIA UNIVERSITÁRIA DE BRAGA – Prof. Lloyd** (Situada a cerca de 500m do pavilhão)  
Rua Prof. Carlos Loyd 27  
4715-319 Braga  
T: 253 601 770

## LOCAL DE TREINO / ATIVIDADES

**COMPLEXO DESPORTIVO DA UNIVERSIDADE DO MINHO / RODOVIA**  
Campus de Gualtar  
4710-057 Braga  
GPS (41°33'42.8"N 8°23'41.7"W)  
Secretaria T: 253 604 123

## DIRETOR TÉCNICO DO CAMPO DE FORMAÇÃO



### **Professor JOAQUIM GONÇALVES**

- Licenciado em Ciências do Desporto e Educação Física
- Diretor Técnico Nacional Desportivo
- Selecionador Nacional Kata Sénior
- Treinador de Karate Grau IV
- Coordenador Técnico Nacional Projeto Erasmus+ “Sport at School”

## Convidados

- Professores e alunos do Projeto Erasmus+ Desporto “Sport at School”
- Técnicos da Seleção Nacional
- Atletas de Kata e Kumite da Seleção Nacional Sénior

## VAGAS LIMITADAS

- 20 Atletas dos escalões de formação (7 aos 13 anos)
- 20 Atletas dos escalões de especialização (+ 14 anos)
- 10 Treinadores de qualquer grau (1,2 UC)

No preenchimento de vagas será considerada a data do envio da ficha de inscrição + comprovativo de pagamento (via mail), conforme condições de acesso abaixo designadas.



## MATERIAL

Os participantes devem levar todas as proteções de karate, kimono, protetor solar, calção de banho, toalha de praia, boné, ténis, chinelos, etc... Será entregue uma t-shirt do evento a cada participante.

## PROGRAMA GERAL

HORÁRIO	QUINTA-FEIRA (12 julho)	SEXTA-FEIRA (13 julho)	SÁBADO (14 julho)
09:00 – 09:30		Pequeno-Almoço (Cantina UM)	Pequeno-Almoço (Cantina UM)
10:30 – 11:30		<b>Grupo 1 Formação (Nave 2)</b>	<b>Grupo 1 Formação (Nave 2)</b>
11:30 – 12:30		Grupo 2 Especialização (Nave 2)	Grupo 2 Especialização (Nave 2)
12:30 – 12:45			<b>Festival “Sport at School”</b>
13:00			Almoço (Cantina UM)
14:00 – 14:30	<b>RECEÇÃO Residência Universitária</b>		<b>FIM – Residência Universitária</b>
15:00 – 17:00	Atividades lúdicas e recreativas + Piscina		
17:00 – 18:00	<b>Grupo 1 e 2 (Nave 2)</b>	<b>Grupo 1 e 2 (Nave 2)</b>	
19:30	Jantar (Cantina UM)		
21:00	Animação		
23:30	Descanso		

Tabela 1

Grupo 1 (Atletas de formação)  
Grupo 2 (Atletas de especialização)

## CONDIÇÕES DE ACESSO

Apresentamos de seguida as condições especiais de participação para atletas e treinadores:

# RESIDÊNCIA UNIVERSITÁRIA LLOYD BRAGA

**12 a 14 de julho**

### INCLUI

- . Alojamento e alimentação
- . Participação nas atividades lúdicas e recreativas + Piscina
- . Formação técnica geral e específica
- . T-Shirt do evento

**110 € (Opção 1)**

Tabela 2

Há possibilidade de participar apenas nos treinos e atividades lúdicas, conforme valores indicados na tabela 3, excluindo a organização de qualquer responsabilidade no alojamento e alimentação.

### PAVILHÃO DESPORTIVO DA UNIVERSIDADE DO MINHO

#### INCLUI

- . Formação técnica geral e específica
- . Participação nas atividades lúdicas e recreativas + Piscina

1 DIA	20 € (Opção 2)
2 DIAS	30 € (Opção 3)
3 DIAS	50 € (Opção 4)

Tabela 3

- ✓ As inscrições devem ser efetuadas **apenas** para o e-mail [fnkp@fnkp.pt](mailto:fnkp@fnkp.pt) através da **ficha anexa**, impreterivelmente, **até às 17h do próximo dia 4 de julho (quarta-feira)**. No mesmo e-mail terá que se anexar **o comprovativo de pagamento** para ser considerada a inscrição (ou inscrições);
- ✓ Para obtenção do respetivo recibo, devem efetuar no menu **TESOURARIA** do Clube por onde se inscrevem, o movimento de tesouraria respeitante à opção de inscrição escolhida e relativo ao pagamento das inscrições efetuadas na ficha;
- ✓ Só poderão efetuar a inscrição no campo de treino de formação, os atletas e treinadores com quotas federativas atualizadas. Os treinadores estão ainda obrigados a ser detentores do Título Profissional de Treinador de Desporto – Karate (TPTD-K);
- ✓ **Só serão aceites as inscrições que cumpram estas condições.**

**IBAN PT50 0018 0003 39487665020 18 – SANTANDER**

(Enviar ficha de inscrição + comprovativo de pagamento para: [fnkp@fnkp.pt](mailto:fnkp@fnkp.pt)).

#### CONTATOS

DESIGNAÇÃO	CONTATO
FNK-P (Geral)	213 623 152 ( <a href="mailto:fnkp@fnkp.pt">fnkp@fnkp.pt</a> )
Departamento de seleção da FNK-P	967 162 572 ( <a href="mailto:selecoes@fnkp.pt">selecoes@fnkp.pt</a> )
Diretor Técnico do Campo de Formação	919 769 570 ( <a href="mailto:dtnd@fnkp.pt">dtnd@fnkp.pt</a> )

Lisboa, 22 de junho de 2018

Com os melhores cumprimentos,

O Presidente da FNK-P,



(Carlos Silva)

O Diretor Técnico Nacional,



(Joaquim Gonçalves)

O Diretor do Departamento de Formação,



(António Quaresma)