



# REGULAMENTO DE PROVAS E COMPETIÇÕES

(Aprovado em Reunião de Direção de 28 de Julho de 2022)

**Filiada:**

Federação Mundial de Karate (WKF) – Federação Europeia de Karate (EKF)  
Confederação do Desporto de Portugal (CDP) – Comité Olímpico de Portugal (COP) – Comité Paralímpico de Portugal (CPP)

## Índice

Artigo 1º GENERALIDADES .....	4
Artigo 2º COMPETIÇÕES OFICIAIS .....	4
Artigo 3º CALENDÁRIO DESPORTIVO .....	4
Artigo 4º REGRAS .....	5
Artigo 5º ÉTICA DESPORTIVA E FAIR PLAY .....	5
Artigo 6º REGIÕES .....	6
Artigo 7º ESCALÕES .....	7
Artigo 8º CATEGORIAS DE PESOS .....	8
Artigo 9º REPRESENTAÇÃO .....	9
Artigo 10º INSCRIÇÃO E TRANSFERÊNCIA DE COMPETIDORES .....	10
Artigo 11º PARTICIPAÇÃO NA FASE NACIONAL .....	10
Artigo 12º SORTEIOS .....	10
Artigo 13º SISTEMAS DE DISPUTA .....	11
Artigo 14º INSCRIÇÃO DE COMPETIDORES .....	11
Artigo 15º ELEMENTOS DE IDENTIFICAÇÃO DE ATLETAS .....	12
Artigo 16º TREINADORES .....	12
Artigo 17º CREDENCIAL DE TREINADORES .....	14
Artigo 18º CINTOS, EMBLEMAS E PUBLICIDADE .....	14
Artigo 19º PROVAS .....	14
Artigo 20º PESAGENS .....	15
Artigo 21º LOCAIS DE COMPETIÇÃO .....	15
Artigo 22º CLASSIFICAÇÕES E TÍTULOS .....	15
Artigo 23º ENTREGA DE TROFÉUS .....	17
Artigo 24º CONTROLO ANTI-DOPAGEM .....	17
Artigo 25º PROTESTOS .....	17
Artigo 26º HOMOLOGAÇÃO .....	18
Artigo 27º RECURSO HIERÁRQUICO .....	18
Artigo 28º COMPETÊNCIA ORGANIZATIVA .....	18
Artigo 29º ESPECIFICIDADE DE PROVA .....	18
Artigo 30º PROVAS NÃO OFICIAIS .....	18
Artigo 31º DIVERSOS .....	19
ANEXOS .....	20
ANEXO I – REQUISITOS DAS PROVAS E DOS LOCAIS DE COMPETIÇÃO .....	21
ANEXO II - REGULAMENTO ESPECÍFICO DO CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL .....	24
Artigo 1º GENERALIDADES .....	24
Artigo 2º ESCALÕES .....	24
Artigo 3º PROVAS .....	24
Artigo 4º NÚMERO DE COMPETIDORES E APURAMENTO .....	24
Artigo 5º NÚMERO MÍNIMO DE INSCRITOS E APURAMENTO .....	25
Artigo 6º APURAMENTOS AUTOMÁTICOS .....	25
Artigo 7º PARTICIPAÇÃO EM MAIS DO QUE UM ESCALÃO E DISCIPLINA .....	25
Artigo 8º DISTRIBUIÇÃO DOS CLUBES .....	26
Artigo 9º DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES .....	26
ANEXO III - REGULAMENTO ESPECÍFICO DA TAÇA DE PORTUGAL .....	27
Artigo 1º GENERALIDADES .....	27
Artigo 2º ESCALÕES .....	27
Artigo 3º PROVAS .....	27
Artigo 4º NÚMERO DE COMPETIDORES E APURAMENTO .....	27
Artigo 5º NÚMERO MÍNIMO DE INSCRITOS E APURAMENTO .....	28
Artigo 6º SISTEMA DE DISPUTA .....	28
Artigo 7º DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES .....	28

ANEXO IV - REGULAMENTO ESPECÍFICO DAS PROVAS DE KUMITE NOS ESCALÕES DE FORMAÇÃO .....	29
Artigo 1º GENERALIDADES .....	29
ANEXO V - REGULAMENTO ESPECÍFICO DO CAMPEONATO NACIONAL DE CLUBES .....	30
Artigo 1º GENERALIDADES .....	30
Artigo 2º ESCALÕES .....	30
Artigo 3º PROVAS .....	30
Artigo 4º INSCRIÇÕES .....	31
Artigo 5º COMPOSIÇÃO DAS EQUIPAS .....	31
Artigo 6º DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES .....	31
ANEXO VI - REGULAMENTO ESPECÍFICO DA LIGA DE KARATE (LK) E LIGA ELITE DE KARATE (LEK) .....	32
Artigo 1º GENERALIDADES .....	32
Artigo 2º ESCALÃO .....	32
Artigo 3º PROVAS .....	32
Artigo 4º CATEGORIAS DE PESO E PESAGENS .....	32
Artigo 5º INSCRIÇÕES .....	33
Artigo 6º SISTEMA DE DISPUTA .....	33
Artigo 8º PRÉMIOS .....	37
Artigo 9º PATROCÍNIOS .....	37
Artigo 10º EXCEÇÕES .....	38
Artigo 11º CASOS OMISSOS .....	38
ANEXO VII - REGULAMENTO ESPECÍFICO DO TORNEIO DAS SELECÇÕES .....	39
Artigo 1º GENERALIDADES .....	39
ANEXO VIII – REGULAMENTO ESPECÍFICO DA LIGA DE ASSOCIAÇÕES DE KARATE .....	40
Artigo 1º GENERALIDADES .....	40
Artigo 2º PROVAS E ESCALÕES .....	40
Artigo 3º INSCRIÇÕES .....	41
Artigo 4º COMPOSIÇÃO DAS EQUIPAS .....	41
Artigo 5º DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES .....	41
ANEXO IX – LISTA DE KATA PARA PROVAS DOS ESCALÕES DE FORMAÇÃO .....	42

# FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

## Artigo 1º

### GENERALIDADES

- 1) A Federação Nacional de Karate – Portugal (FNK-P) estabelece como época desportiva oficial o período entre 1 de Setembro de um ano e 31 de Julho, inclusive, do ano subsequente.
- 2) O calendário desportivo deverá ser distribuído, preferencialmente, de 1 de Setembro a 30 de Junho.
- 3) Todos os casos omissos deste regulamento tais como decorrer das provas, interpretações e esclarecimentos necessários, entre outros, serão dados pelo Departamento de Provas e Competições.
- 4) Todos os casos que necessitem de esclarecimento sobre o Regulamento de Provas e Competições deverão ser enviados por comunicado oficial pelo responsável do Clube ou Associação, para o email do Departamento de Provas e Competições ([provas@fnkp.pt](mailto:provas@fnkp.pt)), com conhecimento ao Presidente ([presidente@fnkp.pt](mailto:presidente@fnkp.pt)) e ao Secretariado da FNK-P ([fnkp@fnkp.pt](mailto:fnkp@fnkp.pt)).

## Artigo 2º

### COMPETIÇÕES OFICIAIS

- 1) São consideradas provas oficiais de âmbito nacional aquelas cuja organização pertence à FNK-P. A lista das provas oficiais, que não pode ser considerada exaustiva nem exclusiva, e respetiva designação é a seguinte:
  - a. Campeonato Nacional de Individuais;
  - b. Campeonato Nacional de Clubes;
  - c. Liga de Karate;
  - d. Liga das Associações;
  - e. Torneio das Seleções;
  - f. Taça de Portugal.

## Artigo 3º

### CALENDÁRIO DESPORTIVO

- 1) O calendário atividades desportivo será estabelecido com as provas oficiais de âmbito nacional cuja organização pertence à FNK-P.
- 2) A FNK-P poderá em cada época desportiva efetuar um calendário extra com outras provas. Estas poderão ter um cariz nacional ou internacional, no entanto para que a FNK-P reconheça as provas referidas neste ponto, terão de cumprir os requisitos descritos no anexo I deste regulamento e que dele é parte integrante.
- 2) O Calendário Desportivo pode ser alterado pela necessidade de remarcação ou inclusão de qualquer prova nacional e/ou internacional, ou por razões de interesse nacional, devendo disso dar a FNK-P conhecimento atempado às Associações.
- 3) Quaisquer alterações só podem ser feitas pela FNK-P.

## Artigo 4º

### REGRAS

- 1) Todas as competições serão efetuadas de acordo com as regras de arbitragem em vigor na Federação Mundial de Karate (WKF), quando não for possível, serão adotadas regras próprias pela FNK-P, desde que justificadas e solicitadas pelo Conselho de Arbitragem e em concordância com o Presidente da FNK-P.
- 2) Cabe ao diretor da prova a organização e gestão das provas.
- 3) Cabe ao diretor da prova o poder de interrupção provisória ou cancelamento de uma prova que decorre, sendo que para a decisão serão consultados o Presidente da FNK-P e o Presidente do CA.
- 4) As provas de Kumite nos escalões de formação, iniciados e juvenis possuem regulamento específico que se encontra no anexo III deste Regulamento e que dele é parte integrante.

## Artigo 5º

### ÉTICA DESPORTIVA E FAIR PLAY

- 1) A Federação Nacional de Karate – Portugal em sintonia com o Plano Nacional para a Ética no Desporto, através dos eventos desportivos de que é responsável, promove e incentiva atos de Ética Desportiva e *Fair Play* a todos os seus agentes desportivos colaboradores e familiares.
- 2) A FNK-P promoverá a Ética Desportiva e o *Fair Play* seguindo o exemplo:
  - a. Ética Desportiva, representa uma estrutura moral que define alguns limites para o comportamento dos desportistas, de forma a preservar um sistema civilizado. Este código de comportamento e conduta engloba atitudes, tais como: (i) respeito pelos adversários; (ii) recusa de situações injustas de vantagem; (iii) saber perder (mantendo as emoções sob controlo); (iv) ser modesto no momento da vitória.
  - b. *Fair-Play*, refere-se ao respeito total e constante, das leis do jogo e dos regulamentos, através da honestidade, lealdade e respeito pelos colegas de equipa, pelos adversários, treinadores e pelo árbitro. Implica igualmente modéstia na vitória e serenidade na derrota.
  - c. Na Ética Desportiva e *Fair Play* é importante fazer-se sentir e promover todos os níveis, cabendo aos atletas, treinadores, árbitros, pais, familiares, amigos da modalidade, público e jornalistas a responsabilidade em primeiro lugar.
  - d. Ir de encontro aos ideais do verdadeiro espírito do **Desporto Para Todos**, contribuindo para o desenvolvimento multiforme do indivíduo;
  - e. Promover valias essenciais à condição da vida humana e contribuir de uma forma eficaz na equidade e inclusão dos indivíduos, independentemente da sua condição e estado;
  - f. Promover os valores da modalidade incluem entre outros, o Carater, Esforço, Sinceridade, Etiqueta e Controlo, estimulando e integrando uma moral de respeito pela dignidade de uns para com os outros;
  - g. Promover e fomentar os Valores da Ética Desportiva e do *Fair Play* adicionando civismo, disciplina e respeito mútuo, bem como o equilíbrio pela natureza e património material e imaterial.

- 3) A FNK-P, perpetua e enaltece atos de Ética Desportiva e *Fair Play* como exemplos a seguir, na defesa do respeito por todos, na manutenção da integridade física e psicológica, e, por conseguinte, possibilitar a dissuasão de comportamentos eticamente condenáveis em particularmente aqueles do quotidiano. Tais atos servirão de introdução para o cartão **BRANCO** atribuído, nos eventos desportivos e promovidos por esta Federação.
- 4) O cartão **BRANCO** é um recurso pedagógico que visa enaltecer condutas eticamente corretas de exceção, praticadas por atletas, treinadores, árbitros, dirigentes, público e outros agentes desportivos, também eles de exceção.
- 5) No âmbito de Competição Desportiva, sempre que, antes, durante ou final de uma prova de Kata ou Kumite, ou na competição desportiva, se observe um comportamento merecedor de excelência de Ética Desportiva e *Fair Play*, caberá ao Conselho de Arbitragem ou a Técnico(s) de Arbitragem, ou ao Diretor de Prova ou a Treinador(s) a proposta de exibição do cartão referido em 5) e 6).
- 6) A proposta dever ser fundamentada por escrito, apresentada ao Conselho da Ética de *Fair Play*, constituído obrigatoriamente numa prova pelo Presidente da FNK-P ou seu representante, Presidente Conselho do Arbitragem ou seu representante, Diretor da Prova, Conselho Técnico ou seu representante.
- 7) O deferimento da mesma implica o seu anúncio no decorrer da prova, pelo Presidente da FNK-P ou por quem ele nomear para o efeito, devendo ser publicitada pela comunidade da Federação, tornando-a de domínio público.

## Artigo 6º

### REGIÕES

- 1) Para efeitos de organização dos Campeonatos Nacionais Individuais, existem seis (6) Regiões Nacionais:
  - a. Norte;
  - b. Centro Norte;
  - c. Centro Sul;
  - d. Sul;
  - e. Açores;
  - f. Madeira.
- 2) Os distritos de cada região são distribuídos da seguinte forma:
  - a. Região Norte:
    - i. Viana do Castelo;
    - ii. Bragança;
    - iii. Braga;
    - iv. Vila Real;
    - v. Porto.
  - b. Região Centro Norte:
    - i. Leiria;
    - ii. Aveiro;

- iii. Coimbra;
  - iv. Viseu;
  - v. Guarda;
  - vi. Castelo Branco;
  - vii. Portalegre.
  - c. Região Centro Sul:
    - i. Santarém;
    - ii. Lisboa;
    - iii. Setúbal.
  - d. Região Sul:
    - i. Évora;
    - ii. Beja;
    - iii. Faro.
  - e. Região Açores (única);
  - f. Região Madeira (única).
- 3) Quando razões suficientes o justificarem, segundo critério federativo e com cariz de exceção, poderão não ocorrer as fases regionais de determinado Campeonato Nacional Individual. Neste caso, todos os atletas transitam diretamente para a fase Nacional.

## Artigo 7º

### ESCALÕES

- 1) Os competidores são distribuídos pelos seguintes escalões etários:
- a. Kata
    - i. Kata Individual
 

Até aos 9 anos	Infantis;
Dos 10 aos 11 anos	Iniciados;
Dos 12 aos 13 anos	Juvenis;
Dos 14 aos 15 anos	Cadetes;
Dos 16 aos 17 anos	Juniores;
Maior ou igual a 18 e menos 21 anos	Sub21;
Maior ou igual a 16 anos	Seniores.
    - ii. Kata Equipa
 

Dos 12 aos 13 anos	Juvenis;
Dos 14 aos 17 anos	Juniores;
Dos 18 aos 20 anos	Sub21;
Maior ou igual a 16 anos	Seniores.
  - b. Kumite Individual e Equipa
 

Dos 10 aos 11 anos	Iniciados;
Dos 12 aos 13 anos	Juvenis;
Dos 14 aos 15 anos	Cadetes;
Dos 16 aos 17 anos	Juniores;
Maior ou igual a 18 e menos 21 anos	Sub21;
Maior ou igual a 18	Seniores.

## Artigo 8º

### CATEGORIAS DE PESOS

- 1) Os artigos seguintes referem-se às categorias de pesos para todos os escalões nas provas de Kumite individual, sem prejuízo da Direcção da FNK-P proceder à sua alteração em conformidade com as diretrizes da WKF.
- 2) No escalão de INICIADOS as categorias de pesos do Kumite Masculino e Feminino são:
  - a. Menos 30 Kg;
  - b. Menos 37 Kg;
  - c. Menos 44 Kg;
  - d. Menos 54 Kg;
  - e. Mais de 54 Kg.
- 3) No escalão de JUVENIS as categorias de pesos do Kumite Masculino são:
  - a. Menos 40 Kg;
  - b. Menos 45 Kg;
  - c. Menos 50 Kg;
  - d. Menos 55 Kg;
  - e. Menos 60 Kg;
  - f. Mais de 60 Kg.
- 4) No escalão de JUVENIS as categorias de pesos do Kumite Feminino são:
  - a. Menos 40 Kg;
  - b. Menos 45 Kg;
  - c. Menos 50 Kg;
  - d. Menos 55 Kg;
  - e. Mais de 55 Kg.
- 5) No escalão de CADETES as categorias de pesos do Kumite Masculino são:
  - a. Menos 52 Kg;
  - b. Menos 57 Kg;
  - c. Menos 63 Kg;
  - d. Menos 70 Kg;
  - e. Mais de 70 Kg.
- 6) No escalão de CADETES as categorias de pesos do Kumite Feminino são:
  - a. Menos 47 Kg;
  - b. Menos 54 kg;
  - c. Menos 61 Kg;
  - d. Mais de 61 Kg.
- 7) No escalão de JUNIORES as categorias de pesos do Kumite Masculino são:
  - a. Menos 55 Kg;
  - b. Menos 61 Kg;
  - c. Menos 68 Kg;
  - d. Menos 76 Kg
  - e. Mais de 76 Kg.
- 8) No escalão de JUNIORES as categorias de pesos do Kumite Feminino são:
  - a. Menos 48 Kg;



- b. Menos 53 Kg;
  - c. Menos 59Kg;
  - d. Menos 66 Kg;
  - e. Mais de 66 Kg.
- 9) No escalão de SUB-21 as categorias de pesos do Kumite Masculino são:
- a. Menos 60 Kg;
  - b. Menos 67 Kg;
  - c. Menos 75 Kg;
  - d. Menos 84 Kg;
  - e. Mais de 84 Kg.
- 10) No escalão de SUB -21 as categorias de pesos do Kumite Feminino são:
- a. Menos 50 Kg;
  - b. Menos 55Kg;
  - c. Menos 61 Kg;
  - d. Menos 68 Kg;
  - e. Mais de 68 Kg.
- 11) No escalão de SENIORES as categorias de pesos do Kumite Masculino são:
- a. Menos 60 Kg;
  - b. Menos 67 Kg;
  - c. Menos 75 Kg;
  - d. Menos 84 Kg;
  - e. Mais de 84 Kg.
- 12) No escalão de SENIORES as categorias de pesos do Kumite Feminino são:
- a. Menos 50 Kg;
  - b. Menos 55Kg;
  - c. Menos 61 Kg;
  - d. Menos 68 Kg;
  - e. Mais de 68 Kg.
- 13) Na Taça de Portugal as categorias de peso, conforme o escalão e género, são:
- a. Cadete masculino -57Kg, -63Kg e +63Kg;
  - b. Cadete feminino -54Kg, -61Kg e +61Kg;
  - c. Júnior masculino -61Kg, -68Kg e +68Kg;
  - d. Júnior Feminino -53Kg, -59Kg e +59Kg;
  - e. Sénior masculino -67Kg, -75Kg e +75Kg;
  - f. Sénior Feminino -55Kg, -61Kg e +61Kg.

## **Artigo 9º**

### **REPRESENTAÇÃO**

- 1) Cada competidor representa o clube da Associação pela qual se encontra filiado na Federação. Assim teremos o competidor X do clube Y da associação Z.

## Artigo 10º

### INSCRIÇÃO E TRANSFERÊNCIA DE COMPETIDORES

- 1) Qualquer participação de competidores e treinadores obriga a uma inscrição. Os seus procedimentos serão mencionados em ofício pelo Departamento de Provas e Competições.
- 2) Qualquer Campeonato e suas fases que tenha as inscrições abertas à participação de competidores e treinadores num ano civil diferente do ano civil do campeonato (ex. inscrição em Dezembro e campeonato em Janeiro), e a inscrição e o pagamento tenham sido efetuados no ano anterior, é obrigatório o pagamento das respetivas quotas federativas e seguro no ano civil do campeonato, não entrando em sorteio caso não o façam.
- 3) Qualquer competidor pode ser transferido de clube no início da época desportiva.
- 4) Qualquer competidor pode ser transferido de clube no decorrer da época desportiva. No entanto, não poderá competir em qualquer prova federativa caso já tenha competido nessa época pelo clube inicial, com exceção se efetuar a transferência entre 1 e 15 de janeiro do ano civil seguinte.

## Artigo 11º

### PARTICIPAÇÃO NA FASE NACIONAL

- 1) Este artigo só é aplicável nos Campeonatos Nacionais Individuais, cujo regulamento específico se encontra no anexo II deste Regulamento e que dele é parte integrante.
- 2) Todas as ausências à fase nacional devem ser comunicadas com 5 dias de antecedência ou 5 dias após o evento devidamente consubstanciados. A não comunicação poderá implicar ausência do clube em futuras provas federativas.
- 3) A justificação de ausência deve ser dirigida ao Diretor de Provas da FNK-P que dará conhecimento à Direção da FNK-P.
- 4) Todos os atletas efetivamente inscritos e pagos em provas federativas (fases regionais e nacional, ligas ou taças da FNK-P) que não compareçam à prova na qual se inscreveram, não terão retorno da taxa de participação liquidada.

## Artigo 12º

### SORTEIOS

- 1) Os sorteios realizar-se-ão em local e horário a definir pela FNK-P. Caso haja interesse em assistir aos sorteios devem comunicá-lo via email para Departamento de Provas, durante o período destinado às inscrições. Podem assistir:
  - a. Os Dirigentes e os Corpos Técnicos da FNK-P;
  - b. Os representantes das Associações e dos Clubes devidamente credenciados;
  - c. Os representantes da Comunicação Social.
- 2) Nas Ligas de Karate poder-se-á realizar novos sorteios, após a acreditação dos atletas, caso existam faltas de comparência que alterem significativamente o número de grupos ou a divisão equitativa dos atletas nos grupos;
- 3) As exceções à alínea 1) são:

- a. Fases regionais Madeira e Açores, em que o sorteio poderá ser realizado no próprio dia;
  - b. Torneio das Seleções.
- 4) A FNK-P estabelecerá cabeças de série para a fase final dos Campeonatos Nacionais. Estes serão os dois finalistas o Campeão Nacional (CN) e o Vice-Campeão Nacional (VCN) da época anterior e os Campeões Regionais (CR) da presente época, num total máximo de 8 cabeças de série. Na disciplina de Kata, o CN será colocado na última posição do último grupo, o VCN será colocado na última posição sobre a divisão par dos grupos. Os CR antecedem o CN e o VCN.

## **Artigo 13º**

### **SISTEMAS DE DISPUTA**

- 1) As provas oficiais de Kumite são feitas em sistema de eliminação simples e direta, com repescagens para os terceiros classificados de acordo com o Regulamento de Arbitragem e Regras de Kumite da FNK-P.
- 2) As provas oficiais de Kata são feitas de acordo com o Regulamento de Arbitragem e Regras de Kata da FNK-P.
- 3) O Campeonato Nacional Individual será efetuado segundo o seu sistema de disputa, conforme Anexo II deste Regulamento e que dele é parte integrante;
- 4) A Taça de Portugal será efetuada segundo o seu sistema de disputa, conforme Anexo III deste Regulamento e que dele é parte integrante;
- 5) O Campeonato Nacional dos escalões de formação será efetuado segundo o seu sistema de disputa, conforme Anexo IV deste Regulamento e que dele é parte integrante;
- 6) O Campeonato Nacional de Clubes será efetuado segundo o seu sistema de disputa, conforme Anexo V deste Regulamento e que dele é parte integrante;
- 7) A Liga de Karate (LK) e Liga Elite de Karate (LEK) serão efetuadas segundo o seu sistema de disputa, conforme Anexo VI deste Regulamento e que dele é parte integrante;
- 8) O Torneio das Seleções será efetuado segundo o seu sistema de disputa, conforme Anexo VII deste Regulamento e que dele é parte integrante;
- 9) A Liga das Associações será efetuada segundo o seu sistema de disputa, conforme Anexo VIII deste Regulamento e que dele é parte integrante.

## **Artigo 14º**

### **INSCRIÇÃO DE COMPETIDORES**

- 1) Os competidores terão de estar devidamente filiados na FNK-P com 30 dias de antecedência da competição.
- 2) A participação de um competidor ou equipa em qualquer prova oficial da FNK-P implica a respetiva inscrição na mesma.
- 3) O competidor para poder disputar qualquer competição nacional individual necessita de exibir um documento de identificação civil oficial (Cartão de Cidadão, Bilhete de Identidade das Forças Armadas, Passaporte ou Carta de Condução), apresentar Cartão de Cidadão digital em aplicação oficial do Governo Português, apresentar o pedido da 2ª via do Cartão de Cidadão solicitada

- presencialmente ou via internet ou reconhecimento certificado do competidor em Cartório Notarial, tendo que para isso serem identificados todos os elementos para a participação.
- 4) O documento de identificação deve ser apresentado nas pesagens e no tatami.
  - 5) A inscrição de um competidor ou equipa em qualquer prova oficial é feita diretamente pelas associações/clubes através dos meios colocados à disposição pela FNK-P. Este meio é o único válido para inscrição pelas associações/clubes dos competidores em provas.
  - 6) O prazo limite de inscrição situa-se até à data expressamente indicada em informação emitida para o efeito pela FNK-P, podendo ser feitas alterações até à data identificada na mesma. Findo este prazo, não serão aceites quaisquer alterações.
  - 7) Um competidor pode representar mais do que um clube ou associação na mesma época, desde que cumprido o artigo 10º do presente regulamento.
  - 8) Para a inscrição dos competidores nas provas oficiais deverá observar-se o seguinte:
    - a. As Associações representadas devem estar no pleno gozo dos seus direitos de sócio ordinário perante a FNK-P, ou enquadrar-se no ponto 2 do artigo 3º do Regulamento Interno.
    - b. Os Clubes para inscrever competidores nas provas terão de estar certificados pela FNK-P para a época em curso.
    - c. Os competidores deverão estar devidamente filiados, com a quota atualizada, taxa de inscrição na prova paga, seguro desportivo e exame médico desportivo para a época em curso.
    - d. Em Campeonatos Nacionais Individuais todos os competidores participantes terão de ter a nacionalidade portuguesa, conforme a lei vigente.
      - i. No Campeonato Nacional de Clubes os competidores das equipas participantes podem ser cidadãos comunitários ou cidadãos de países com quem o Estado Português ou a União Europeia tenham acordos de reciprocidade, cidadãos com título de residência nacional, bem como ainda cidadãos de outras origens, desde que restringido a apenas um (1).

## **Artigo 15º**

### **ELEMENTOS DE IDENTIFICAÇÃO DE ATLETAS**

- 1) Caso seja fornecido pela organização, no início de cada prova, um elemento identificador para os competidores, este será entregue aos treinadores para ser distribuído pelos competidores. O mesmo deverá ser colocado de forma a estar sempre bem visível e sem o qual o atleta não terá acesso à área de competição.
  - a. O competidor terá de entregar o identificador na altura da chamada, o qual lhe será restituído após abandonar o tatami.

## **Artigo 16º**

### **TREINADORES**

- 1) A participação de um Treinador junto dos seus atletas em qualquer prova oficial da FNK-P implica a respetiva inscrição na mesma.

- 2) A inscrição de um Treinador em qualquer prova oficial é feita diretamente pelas associações ou clubes através dos meios colocados à disposição pela FNK-P. Este meio é o único válido para inscrição pelas associações ou clubes dos Treinadores para acompanhamento dos seus atletas em provas.
- 3) O prazo limite de inscrição situa-se até à data expressamente indicada em informação emitida para o efeito pela FNK-P, podendo ser feitas alterações até à data identificada na mesma. Findo este prazo, não serão aceites quaisquer alterações.
- 4) Um Treinador inscrito como tal numa prova não poderá intervir em qualquer outra função no decorrer da mesma prova.
- 5) Um Treinador, devidamente inscrito na FNK-P, pode representar mais do que um clube na mesma prova, tendo unicamente de pagar a taxa de inscrição na mesma através de um dos clubes.
- 6) Para a inscrição dos Treinadores nas provas oficiais a fim de acompanharem os seus atletas no recinto da prova, deverá observar-se o seguinte:
  - a. As Associações representadas devem estar no pleno gozo dos seus direitos de sócio ordinário perante a FNK-P, ou enquadrar-se no ponto 2 do artigo 3º do Regulamento Interno;
  - b. Os Clubes para inscrever Treinadores nas provas terão de estar certificados pela FNK-P na época em curso;
  - c. Os Treinadores terão de estar devidamente filiados nesta categoria na FNK-P, possuírem a qualificação mínima de Treinador Grau I, com a sua quota de treinador em dia para a época em curso e taxa de inscrição na prova paga.
- 7) Os Treinadores para terem acesso a área de competição e exercer as suas funções terão de ter a credencial de treinador ativa. Para tal, terão de frequentar a “Acreditação de Treinadores” com assiduidade de 100%, que será efetuada pela FNK-P. Esta acreditação não invalida o que é referido nos pontos 1 e 2 deste mesmo Artigo.
- 8) Os treinadores credenciados pela FNK-P terão de estar equipados com fato de treino.
- 9) A título excepcional os treinadores envolvidos na competição desde que tenham frequentado a acreditação de Treinadores e desempenhem um cargo nos órgãos sociais da FNK-P, no corpo de Arbitragem, na equipa Técnica das Seleções, na Formação ou outro cargo, bem como encontrem-se comprovadamente ao serviço da Federação, podem solicitar ao diretor de provas, um substituto para o desempenho de treinador numa determinada prova. O substituto deve:
  - a. Ter a qualificação mínima de treinador de Grau I e mais de 18 anos;
  - b. Estar devidamente inscrito na FNK-P e ser inscrito de acordo com a alínea 3) do presente artigo. A substituição deve ser solicitada por email ao Departamento de Provas, mencionando o motivo da substituição e enviar foto tipo passe. A mesma será dada no dia da prova.
- 10) Nos campeonatos nacionais de Infantil, Iniciado, Juvenil, Cadete, Júnior, Sub21, Sénior, Nacional de Clubes, Taça de Portugal, Ligas de Karate e Liga Elite, os clubes poderão inscrever um (1) treinador comprovado por cada competidor em prova de um mesmo clube, desde que cumpram os requisitos apontados no ponto 6 do presente artigo.
- 11) No caso de inscrição de treinadores estagiários numa prova da FNK-P que seja englobada no seu plano de estágio, os formandos têm de oficialmente inscrever-se e pagar a taxa de treinador na prova através do seu clube. Seguidamente, tem de solicitar por e-mail ao Departamento de

Provas e Competições o pedido da credencial provisória devendo para isso enviar foto tipo passe.

## **Artigo 17º**

### **CREDENCIAL DE TREINADORES**

- 1) Todos os treinadores que frequentem a Acreditação de Treinadores referida no ponto 7) do Artigo 15º, estão aptos a participar como treinadores com acesso à área de competição e servirá para a época desportiva que decorre.
- 2) Durante a prova, os Treinadores terão de ter a credencial em sua posse e visível, sob pena de não poderem exercer as funções de Treinador.
- 3) No início de cada encontro, os árbitros retirarão a credencial ao treinador, validam e devolvem-na no final do encontro.

## **Artigo 18º**

### **CINTOS, EMBLEMAS E PUBLICIDADE**

- 1) Os competidores deverão utilizar no local da competição apenas e só os cintos azuis ou vermelhos durante o decorrer de toda a prova.
- 2) Os competidores não poderão utilizar as insígnias nacionais durante as competições em que não estejam em representação da Seleção Nacional.
- 3) Os competidores apenas poderão utilizar os emblemas correspondentes à sua Associação ou ao seu Clube, publicidade do Clube ou Associação, publicidade da FNK-P e marcas originais do fabricante do Gi, de acordo com as Regras de Arbitragem.

## **Artigo 19º**

### **PROVAS**

- 1) Numa prova poderão ocorrer uma ou duas reuniões de treinadores sempre que se justificar.
- 2) Na reunião de treinadores devem ser comunicadas as situações de faltas de comparência, cuja justificação se encontre entre a data de fim calendarizada para o efeito e o dia do evento.
- 3) Os competidores ou equipas terão de estar no local da prova uma hora antes do horário previsto no programa previamente divulgado e devidamente pesados.
- 4) A chamada dos competidores far-se-á em local próprio, após anúncio da prova e tatami onde irá decorrer, com a indicação do primeiro e último nome e caso necessário pela Associação e/ou Clube.
- 5) Deverá o treinador indicar, aquando da chamada, a eventual ausência do(s) competidor(es), por forma a evitar inúteis perdas de tempo.
- 6) Serão efetuadas, na área de chamada, duas chamadas para os competidores.
- 7) Caso falte algum competidor será efetuada uma, e só uma última chamada, no tatami onde se desenrolará a prova.

## **FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE - PORTUGAL**

- 8) A chamada para a preparação e entrada em prova far-se-á igualmente pelo primeiro e último nome, e caso necessário pela Associação e/ou clube.

### **Artigo 20º**

#### **PESAGENS**

- 1) O controlo de peso dos competidores é feito de acordo com os procedimentos do Regulamento de Arbitragem.
- 2) A falta do competidor ao controlo ou a não confirmação na categoria de peso implica a eliminação de todas as provas de Kumite e conseqüente penalização.
- 3) Nos escalões de iniciados e juvenis, os competidores terão uma tolerância de 500g (acima ou abaixo) das categorias de peso.
- 4) Nos escalões iniciados e juvenis não existirá controlo de peso nas fases nacionais dos Campeonatos Nacionais Individuais, sendo que o competidor compete no peso em que participou na fase regional.

### **Artigo 21º**

#### **LOCAIS DE COMPETIÇÃO**

- 1) As provas descritas nos pontos 1) e 2) do Artigo 2º do presente Regulamento deverão ser disputadas em locais que cumpram os requisitos descritos no anexo I deste Regulamento. Deverão ser antecipadamente aprovadas pelo Departamento de Provas e Competições da FNK-P e só poderão ser utilizadas após vitória.
- 2) Os locais de competição serão áreas cobertas, salvo casos particulares, devidamente autorizados pela FNK-P.
- 3) Os locais da prova podem ser cancelados ou alterados desde que o interesse nacional federativo assim o justifique.

### **Artigo 22º**

#### **CLASSIFICAÇÕES E TÍTULOS**

- 1) As competições oficiais terão classificações em todos os escalões e categorias que se realizarem, com a respetiva atribuição de troféus e títulos.
- 2) Campeonato Nacional de Individuais:
  - a. Campeão Nacional de Kata do respetivo escalão;
  - b. Vice-Campeão Nacional de Kata do respetivo escalão;
  - c. Dois 3º Classificados de Kata do respetivo escalão;
  - d. Campeão Nacional de Kumite do respetivo escalão e categoria de peso;
  - e. Vice-Campeão Nacional de Kumite do respetivo escalão e categoria de peso;
  - f. Dois 3º Classificados de Kumite do respetivo escalão;
  - g. No caso de existirem fases Regionais do Campeonato Nacional apura-se também os respetivos:

- i. Campeão, Vice-Campeão e dois 3º Classificados regional Norte, Centro Norte, Centro Sul, Sul, Madeira e Açores.
- 3) Campeonato Nacional de Clubes:
  - a. Campeão Nacional de Clubes em Kata Equipa e no respetivo escalão;
  - b. Vice-Campeão Nacional de Clubes em Kata Equipa e no respetivo escalão;
  - c. Dois 3º Classificados de Kata Equipa do respetivo escalão;
  - d. Campeão Nacional de Clubes em Kumite Equipa e no respetivo escalão;
  - e. Vice-Campeão Nacional de Clubes em Kumite Equipa e no respetivo escalão;
  - f. Dois 3º Classificados de Kumite Equipa do respetivo escalão.
- 4) Taça de Portugal:
  - a. 1º Classificado na Taça de Portugal em Kata no respetivo escalão;
  - b. 2º Classificado na Taça de Portugal em Kata no respetivo escalão;
  - c. Dois 3º Classificados na Taça de Portugal em Kata no respetivo escalão;
  - d. 1º Classificado na Taça de Portugal em Kumite no respetivo escalão;
  - e. 2º Classificado na Taça de Portugal em Kumite no respetivo escalão;
  - f. Dois 3º Classificados na Taça de Portugal em Kumite no respetivo escalão;
- 5) Torneio das Seleções:
  - a. 1º Classificado do torneio das seleções no respetivo escalão;
  - b. 2º Classificado do torneio das seleções no respetivo escalão;
  - c. Dois 3º Classificados do torneio das seleções no respetivo escalão.
- 6) Liga de Karate:
  - a. Campeão da Liga de Karate em Kata Individual Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino;
  - b. Vice-campeão Liga de Karate em Kata Individual Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino;
  - c. 3º Classificado de Kata Individual do respetivo escalão;
  - d. Campeão da Liga de Karate em Kumite Individual Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino na respetiva categoria de peso;
  - e. Vice-campeão da Liga de Karate em Kumite Individual Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino na respetiva categoria de peso;
  - f. 3º Classificados de Kumite Individual do respetivo escalão.
- 7) Liga Elite de Karate:
  - a. Campeão da Liga Elite de Karate em Kata Individual Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino;
  - b. Vice-campeão da Liga Elite de Karate em Kata Individual Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino;
  - c. 3º Classificado de Kata Individual do respetivo escalão;
  - d. Campeão da Liga Elite de Karate em Kumite Individual Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino na respetiva categoria de peso;
  - e. Vice-campeão da Liga Elite de Karate em Kumite Individual Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino na respetiva categoria de peso;
  - f. 3º Classificados de Kumite Individual do respetivo escalão.
- 8) Liga de Associações:
  - a. Campeão da Liga de Associações Karate em Kata, Juvenil e Sénior Masculino e Feminino;



- b. Vice-campeão da Liga de Associações Karate em Kata Juvenil e Sénior Masculino e Feminino;
  - c. 3º Classificado de Kata Individual do respetivo escalão;
  - d. Campeão da Liga de Associações Karate em Kumite, Juvenil e Sénior Masculino e Feminino;
  - e. Vice-campeão da Liga de Associações Karate em Kata Juvenil e Sénior Masculino e Feminino;
  - f. 3º Classificados de Kumite Individual do respetivo escalão.
- 8) Nas competições coletivas existirá um troféu para o clube e medalhas para os competidores.
- 9) Nas competições com competidores do escalão de infantil, iniciado e juvenil poderão ser fornecidos diplomas de participação a todos os competidores.

## **Artigo 23º**

### **ENTREGA DE TROFÉUS**

- 1) As medalhas, troféus ou certificados serão entregues no horário definido no programa oficial de cada prova, desde que não ocorram situações impeditivas.
- 2) Todos os atletas medalhados devem comparecer na cerimónia de atribuição de prémios, devidamente vestidos com fato de treino ou Karate Gi, descalços ou de ténis.
- 3) Na cerimónia de atribuição de prémios não são permitidas bandeiras ou semelhantes, carregadas pelos medalhados.
- 4) Todos os atletas medalhados devem comparecer na cerimónia de atribuição dos troféus, caso contrário perdem o direito a receber o prémio físico.

## **Artigo 24º**

### **CONTROLO ANTI-DOPAGEM**

- 1) Qualquer prova oficial poderá ser sujeita ao Controlo Antidopagem.
- 2) Todos os praticantes e agentes desportivos inscritos na FNK-P, devem cumprir com todas as obrigações prescritas no Regulamento do Controlo Antidopagem da FNK-P.

## **Artigo 25º**

### **PROTESTOS**

- 1) Os protestos só poderão ser apresentados pelos treinadores dos clubes inscritos naquela prova e credenciados para o ano que decorre.
- 2) Os protestos a apresentar só dizem respeito à prova onde o competidor estiver inscrito e a participar.
- 3) Os protestos e as regras de apresentação obedecem ao estipulado nas regras de arbitragem, de acordo com artigo 11º no Kumite e artigo 7º no Kata.

## **Artigo 26º**

### **HOMOLOGAÇÃO**

- 1) Todas as provas serão consideradas homologadas quinze dias após a colocação pública dos resultados desportivos obtidos.
- 2) Caso tenha surgido algum protesto nos quinze dias da publicitação dos resultados desportivos da prova, e que obrigue a proceder a alteração de algum resultado, serão publicitados os novos resultados e será considerada homologada a prova, caso não haja protesto à alteração três dias após a colocação pública dos novos resultados retificados.

## **Artigo 27º**

### **RECURSO HIERÁRQUICO**

- 1) As associações/clubes em último recurso poderão dirigir-se diretamente ao Presidente da FNK-P dentro dos prazos estipulados no artigo anterior.

## **Artigo 28º**

### **COMPETÊNCIA ORGANIZATIVA**

- 1) A competência de organização das provas federativas cabe a FNK-P;
- 2) As provas descritas no Artigo 3º alínea 2) do presente Regulamento são da responsabilidade dos proponentes cabendo a Federação o apoio, mediante o cumprimento dos requisitos descritos no anexo I deste regulamento e que dele é parte integrante.

## **Artigo 29º**

### **ESPECIFICIDADE DE PROVA**

- 1) Cada prova possui um Regulamento próprio que não dispensa consulta.

## **Artigo 30º**

### **PROVAS NÃO OFICIAIS**

- 1) A FNK-P não é responsável pelas provas cuja organização não são da sua alçada, cabendo aos organizadores o cumprimento do anexo I do presente regulamento.
- 2) O uso das insígnias da FNK-P por parte de organizações não federativas em provas não oficiais é estritamente proibido, com exceção de ter sido devidamente solicitado por escrito à FNK-P e autorizada pela mesma.

## **Artigo 31º**

### **DIVERSOS**

- 1) Todos os prazos serão contados sem interrupção aos sábados, domingos e feriados.
- 2) As alterações a este regulamento só serão válidas depois de oficialmente comunicadas pela FNK-P, com indicação da data em que entram em vigor.

# **ANEXOS**

## ANEXO I – REQUISITOS DAS PROVAS E DOS LOCAIS DE COMPETIÇÃO

A lista que se segue não é exaustiva nem exclusiva e diz respeito aos requisitos mínimos logísticos relativos aos locais onde se disputam provas organizadas e/ou patrocinadas pela FNK-P.

### 1) Provas de organização da FNK-P:

#### a. Área de competição:

- i. Espaço delimitado por meio físico e intransponível onde se inserem as áreas de competição (tatamis) e respetivas áreas de proteção adjacentes. Deverá ser possível montar áreas de competição completas em virtude do número de inscrições;
- ii. À área de competição só é permitida o acesso e permanência aos elementos diretamente envolvidos na competição a decorrer, nomeadamente competidores em prova e os respetivos treinadores, técnicos de arbitragem, “staff” da organização, médicos e paramédicos. Neste sentido, deverá ser estudada a acessibilidade ao recinto de forma a cumprir-se este requisito;
- iii. No interior do recinto deverão existir todos os equipamentos, quer em quantidade quer em qualidade, nomeadamente: pódio, porta bandeiras, cadeiras, mesas, sistema de som, material de limpeza e etc.;
- iv. Esta área deve comunicar diretamente para o exterior de forma a ser possível proceder de uma forma rápida à evacuação de qualquer sinistro.

#### b. Local de Pódio: Local próprio com dignidade para entrega de prémios;

#### c. Área de chamada:

- i. Espaço independente da área de competição onde será efetuada a chamada para as diferentes provas;
- ii. Deverá ter dimensões adequadas ao número de atletas.

#### d. Área de aquecimento:

- i. Espaço independente das áreas de competição e de chamada, onde os competidores desenvolverão os seus exercícios de aquecimento e aguardam a entrada na área de chamada. Deverá ser o espaço privilegiado de permanência dos competidores e treinadores quando não diretamente em competição;
- ii. Deverá ter dimensões adequadas ao número de atletas;
- iii. Preferencialmente deverá possuir piso próprio (tatamis).

#### e. Área de aquecimento e chamada: Exceionalmente poderá a área de chamada e a área de aquecimento funcionarem no mesmo espaço.

#### f. Área de Refeições: Espaço que possibilite efetuar refeições para todo o Staff organizador.

#### g. Sala de Reuniões: Espaço que possibilite a ocorrência de reuniões para os media, de treinadores, de árbitros e de atletas.

#### h. Zona do Diretor de Provas: Deverá existir zona devidamente identificada para o diretor de provas;

#### i. Zona VIP: Deverá existir zona devidamente identificada para os dirigentes da FNK-P, entidades oficiais e outros convidados.

#### j. Zona do Conselho de Arbitragem: Deverá existir zona devidamente identificada para o Conselho de Arbitragem.

#### k. Zona da Equipa Técnica de Seleções: Deverá existir zona devidamente identificada para a Equipa Técnica de Seleções da FNK-P.

#### l. Área de assistência médica:

- i. A localização da equipa médica no decorrer da competição deverá ser junto aos tatamis, num local devidamente identificado, com boa visibilidade, com fácil e rápido acesso à área de competição;
  - ii. A área de assistência médica deve conter uma mesa de suporte, cadeiras para a equipa médica e duas cadeiras para assistir os atletas em competição;
  - iii. Deverão os elementos da equipa médica estar devidamente identificados e facilmente reconhecíveis e ser em número suficiente ao número de participantes na prova;
  - iv. É aconselhável existir no local da prova uma sala para cuidados de emergência médica ambulatória.
- m. Área Antidopagem: Terá de existir no local da prova uma sala, que pode ser fechada à chave por dentro e por fora, com instalações sanitárias conjuntas e equipada com uma mesa e pelo menos duas cadeiras.
- n. Área de publicidade e pódio: Local para promoção da FNK-P e seus patrocinadores, bem como espaço disponível atrás do pódio para a marca FNK-P.
- o. Requisitos para assistência médica:
- i. A assistência aos praticantes em prova desportiva obedece à lei de Lei n.º 119/99 de 11 de Agosto. Assim, e conforme o artigo 4º da mesma lei, no que diz respeito à assistência médica deve a prática desportiva ser acompanhada de uma adequada estrutura de apoio médico aos atletas, da responsabilidade de um médico especialista em medicina desportiva, incluído na lista de especialistas fornecidas pela Ordem dos Médicos e integrada por um quadro paramédico diplomado, preferencialmente com formação específica nesta área;
  - ii. Caso se justifique, poderá existir equipa de suporte credenciada preferencialmente na área, equipa essa da responsabilidade do médico especialista, da qual faz parte integrante, estando o número de elementos desta equipa relacionados com o número de tatamis existentes na prova, respeitando a integridade física de todos os atletas.
  - iii. Existência de material de suporte à mesma atividade.
  - iv. Existência de transporte médico.
- p) Seguros:
- i. O seguro desportivo de atletas obedece ao Decreto-Lei n.º 10/2009, de 12 de janeiro;
  - ii. O seguro desportivo deve ser garantido por todos os participantes;
  - iii. O seguro desportivo é obrigatório para todos os agentes desportivos (incluindo os agentes desportivos com deficiências ou incapacidades).
- 2) Provas de organização externa à FNK-P:
- a. As provas de organização externa a FNK-P para serem reconhecidas pela FNK-P e fazer parte do Calendário Federativo, são objeto de pedido enviado à FNK-P para aprovação. As mesmas não são da responsabilidade de organização nem gestão da FNK-P;
  - b. O pedido será efetuado através de uma minuta efetuada pelos organizadores com o nome “Solicitação/Declaração de Cumprimento”;
  - c. O pedido de “Solicitação/Declaração de Cumprimento”, deve obedecer ao Regulamento de Provas e Competições, Anexo I alínea 1 e com os seguintes requisitos desta alínea:
    - i. Solicitação  
Solicitar ao Presidente da FNK-P através de ofício próprio a integração da prova no Calendário Federativo identificando:
      1. Nome da prova e data;

2. Quem organiza e respetiva associação;
  3. Responsável do Conselho de Arbitragem;
  4. Valores de inscrição por atleta e treinador;
  5. Contatos diretos dos organizadores;
- ii. “Declaração de Cumprimento”
- Declarar ao Presidente da Federação através de ofício próprio o cumprimento na prova dos seguintes requisitos:
1. A competição deve estar sujeita ao regulamento e regras de Arbitragem e competição da FNK-P e regras de arbitragem da WKF (World Karate Federation);
  2. A competição individual tem no Kumite as categorias de pesos da Taça de Portugal ou os pesos do campeonato nacional individual;
  3. A competição tem de ser efetuada em tatamis e ter marcadores de pontuação visíveis;
  4. Ter um membro do Conselho de Arbitragem ou um Árbitro nomeado pelo Presidente do CA;
  5. Os Técnicos de Arbitragem terão de pertencer ao corpo de Técnicos de Arbitragem da FNK-P com a reciclagem ativa para o ano desportivo que decorre;
  6. Respeitar as condições mínimas logísticas não exaustiva nem exclusiva, descritas no ponto 1) deste anexo;
  7. Ser uma prova aberta a todos os estilos de prática de Karate;
  8. Ser aberta a todas as Associações inscritas na FNK-P;
  9. Obrigatória a presença permanente da equipa médica conforme estipulado nos requisitos para assistência médica na alínea j), do presente anexo;
  10. O organizador deverá mencionar e certificar-se que garante e cumpre com os requisitos de seguro desportivo obedecendo ao Decreto-Lei n.º 10/2009, de 12 de janeiro bem como a alínea 5) e os seus pontos deste anexo;
  11. O organizador tem de ter em conta um local para promoção da FNK-P e seus patrocinadores bem como espaço disponível atrás do pódio para a marca FNK-P;
  12. O organizador da prova deve efetuar o envio da proposta de organização e realização da prova com 90 dias de antecedência, contendo nela a “Solicitação/Declaração de Cumprimento” e incluir o cartaz provisório.
- d. A falha comprovada dos organizadores de um dos requisitos que declararam na “Solicitação/Declaração de Cumprimento” será objeto de exclusão nos próximos 2 anos da referida prova do calendário de atividades desportivo.

## **ANEXO II - REGULAMENTO ESPECÍFICO DO CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL**

(Previsto na alínea a. do ponto 1) do Artigo 2º do presente Regulamento)

### **Artigo 1º**

#### **GENERALIDADES**

- 1) O Campeonato Nacional de Individuais é uma prova de participação individual para todos os escalões, masculino e feminino;
- 2) Os competidores provenientes de outro Clube terão de cumprir com o disposto no artigo 10º do presente regulamento e com a alínea 7) do artigo 14º.

### **Artigo 2º**

#### **ESCALÕES**

- 1) Os escalões são atribuídos de acordo com a idade dos competidores. No início de cada época desportiva a FNK-P indicará os limites de enquadramento em cada escalão;
- 2) Na atribuição dos escalões considerar-se-á a data da prova nacional respetiva e as datas dos Campeonatos da Europa de Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores;

### **Artigo 3º**

#### **PROVAS**

- 1) O Campeonato Nacional de Individuais nos escalões infantil, iniciado e juvenil compreende as seguintes provas:
  - a. Infantil: Kata Masculino e Feminino
  - b. Iniciado: Kumite Masculino e Feminino, Kata Masculino e Feminino
  - c. Juvenil: Kumite Masculino e Feminino, Kata Masculino e Feminino;
- 2) O Campeonato Nacional de Individuais nos escalões de cadetes, juniores, sub21 e seniores compreende as seguintes provas:
  - a. Kumite Masculino e Feminino
  - b. Kata Masculino e Feminino

### **Artigo 4º**

#### **NÚMERO DE COMPETIDORES E APURAMENTO**

- 1) Podem-se inscrever na Fase Regional quatro (4) competidores por Clube em Kata e quatro (4) por cada categoria de peso, na ausência de regionais podem se inscrever quatro (4) competidores por Clube em Kata e quatro (4) por cada categoria de peso na fase nacional.
- 2) Passam à fase nacional (final) o primeiro (1º) classificado, o segundo (2º) classificado e os dois terceiros (3ºs) classificados nas respetivas fases regionais.



# FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

- 3) Nas 2 regiões onde houver maior número de inscritos participantes, para além dos competidores referidos no nº 2 deste artigo, passam à fase final mais os 4 (quatro) classificados seguintes, nas respetivas fases regionais:
  - a. os dois quintos classificados;
  - b. os dois atletas que foram mais longe na poule, sem serem repescados.

## Artigo 5º

### NÚMERO MÍNIMO DE INSCRITOS E APURAMENTO

- 1) Nas provas de Kata e Kumite o número mínimo de inscritos por prova é de 2 atletas.
- 2) Nas provas de Kata, caso as inscrições não atinjam o número previsto no ponto 1) ou haver alguma desistência de última hora, os atletas têm, obrigatoriamente, que apresentar-se na chamada para serem validados e passarem a ser automaticamente apurados à fase Nacional do escalão em que se inscreveram, sendo considerados Campeões Regionais e tendo direito a lugar de pódio.
- 3) Nas provas de Kumite, caso as inscrições não atinjam o número previsto no ponto 1) ou haver alguma desistência de última hora, os atletas têm, obrigatoriamente, que se pesar para serem validados e passarem a ser automaticamente apurados à fase Nacional do escalão em que se inscreveram, sendo considerados Campeões Regionais e tendo direito a lugar de pódio.

## Artigo 6º

### APURAMENTOS AUTOMÁTICOS

- 1) Passarão automaticamente à fase final do respetivo Campeonato Nacional:
  - a. Os competidores selecionados que não possam participar na fase regional do Campeonato Nacional, por motivos imputados ao seu envolvimento nas Seleções nacionais;
  - b. Os competidores que sejam Praticantes Desportivos de Alto Rendimento que não possam participar na fase regional do Campeonato Nacional por motivos imputados à sua participação em competições registadas no seu plano de preparação, oficializadas pela FNK-P junto da tutela.
  - c. Os competidores que estejam no Processo Olímpico e que não possam participar na fase regional do Campeonato Nacional por motivos imputados à sua participação em competições registadas no seu plano de preparação, oficializadas pela FNK-P junto da tutela;
  - d. Os competidores devidamente inscritos que na sua “Poule” não tenham o número mínimo de participantes conforme a alínea 2) e 3) do Artigo 5º do presente anexo.

## Artigo 7º

### PARTICIPAÇÃO EM MAIS DO QUE UM ESCALÃO E DISCIPLINA

- 1) Nas provas de Kata, os competidores do escalão de juniores poderão participar no Campeonato Nacional de individuais sénior:

# FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

- a. As situações anteriores só serão possíveis desde que os dias das provas de cada escalão não sejam coincidentes;
- b. Excecionalmente, e enquanto forem no mesmo dia as provas nos Açores e Madeira dos cadetes, juniores e seniores, os juniores poderão competir na prova de seniores.

## **Artigo 8º**

### **DISTRIBUIÇÃO DOS CLUBES**

- 1) Na fase regional os clubes inscritos são distribuídos pelas suas regiões de acordo com a sua posição geográfica registada.

## **Artigo 9º**

### **DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES**

- 1) Qualquer dúvida ou interpretação não constante deste regulamento serão esclarecidas e resolvidas “no local” pelo Diretor de Prova da FNK-P em conjunto com o representante do Conselho de Arbitragem na prova.

## **ANEXO III - REGULAMENTO ESPECÍFICO DA TAÇA DE PORTUGAL**

(Previsto na alínea f. do ponto 1) do Artigo 2º do presente Regulamento)

### **Artigo 1º**

#### **GENERALIDADES**

- 1) A Taça de Portugal é uma prova de participação individual para os escalões de Cadetes, Júniores e Seniores, masculino e feminino;
- 2) Os competidores provenientes de outro Clube terão de cumprir com o disposto no artigo 10º do presente regulamento e com a alínea 7) do artigo 14º.

### **Artigo 2º**

#### **ESCALÕES**

- 1) Os escalões são atribuídos de acordo com a idade dos competidores. No início de cada época desportiva a FNK-P indicará os limites de enquadramento em cada escalão;
- 2) Na atribuição dos escalões considerar-se-á a data da prova nacional respetiva e as datas dos Campeonatos da Europa de Cadetes, Júniores e Seniores.

### **Artigo 3º**

#### **PROVAS**

- 1) A Taça de Portugal nos escalões de Cadetes, Júniores e Seniores compreende as seguintes provas:
  - a. Kata Masculino e Feminino;
  - b. Kumite Cadete masculino -57Kg, -63Kg e +63Kg;
  - c. Kumite Cadete feminino -54Kg, -61Kg e +61Kg;
  - d. Kumite Júnior masculino -61Kg, -68Kg e +68Kg;
  - e. Kumite Júnior Feminino -53Kg, -59Kg e +59Kg;
  - f. Kumite Sénior masculino -67Kg, -75Kg e +75Kg;
  - g. Kumite Sénior Feminino -55Kg, -61Kg e +61Kg.

### **Artigo 4º**

#### **NÚMERO DE COMPETIDORES E APURAMENTO**

- 1) Podem-se inscrever quatro (4) competidores por Clube em Kata e quatro (4) por cada categoria de peso.

# FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

## Artigo 5º

### NÚMERO MÍNIMO DE INSCRITOS E APURAMENTO

- 1) Nas provas de Kata e Kumite o número mínimo de inscritos por prova é de 2 atletas.
- 2) Nas provas de Kata e Kumite, caso as inscrições não atinjam o número previsto no ponto 1) ou haver alguma desistência de última hora, os atletas têm, obrigatoriamente, que se pesar e apresentar-se na chamada para serem validados e passarem a ser automaticamente vencedores da taça de Portugal.

## Artigo 6º

### SISTEMA DE DISPUTA

- 1) A Taça de Portugal em Kumite é feita em sistema de eliminação simples e direta com repescagens, existindo uma fase final com os dois (2) finalistas e os dois (2) últimos repescados:
  - a. Os quatro (4) atletas efetuarão um sistema quadrangular de todos contra todos;
  - b. O vencedor será quem tiver mais encontros ganhos, em caso de empate serão usados os seguintes critérios:
    - i. Vencedor do confronto direto;
    - ii. Mais pontos marcados;
    - iii. Menos ponto sofridos;
    - iv. Combate extra.
  - a. A Taça de Portugal em Kata é uma prova idêntica ao Campeonato Nacional individual com a exceção de, nos últimos dois (2) grupos de quatro (4) atletas, apuram-se os dois (2) melhores pontuados para a fase final. Estes quatro (4) atletas farão uma (1) kata. A classificação final será de acordo com a pontuação obtida nesta última fase, em caso de empate serão usados os critérios descritos no Regulamento da Arbitragem para esta disciplina.

## Artigo 7º

### DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES

1. Qualquer dúvida ou interpretação não constante deste regulamento serão esclarecidas e resolvidas “no local” pelo Diretor de Prova da FNK-P em conjunto com o representante do Conselho de Arbitragem na prova.

## **ANEXO IV - REGULAMENTO ESPECÍFICO DAS PROVAS DE KUMITE NOS ESCALÕES DE FORMAÇÃO**

### **Artigo 1º**

#### **GENERALIDADES**

- 1) No Kumite iniciado masculino e feminino verificam-se os seguintes pontos:
  - a. O tempo de duração dos combates é de 1 minuto;
  - b. O combate realiza-se com interrupções para conceder pontos e termina com a diferença de 8 pontos;
  - c. Não pode haver toques ao nível Jodan com a mão e o pé;
  - d. Será aplicado o regulamento com o maior rigor nos contactos excessivos no abdómen, peito, costas e a todos os pontos que se fazem referência no Artigo 8º (comportamentos proibidos) do regulamento de arbitragem;
  - e. Será penalizado o competidor que se baixar deliberadamente;
  - f. Não existe regra dos 10 segundos;
  - g. Equipamento obrigatório:
    - i. Boquilha;
    - ii. Luvas;
    - iii. Peseiras.
- 2) No Kumite juvenil masculino e feminino verificam-se os seguintes pontos:
  - a. O tempo de duração dos combates é de 2 minutos;
  - b. O combate termina com a diferença de 8 pontos;
  - c. Será aplicado o regulamento com o maior rigor nos contactos excessivos no abdómen, peito, costas e a todos os pontos que se fazem referência no Artigo 8º (comportamentos proibidos) do regulamento de arbitragem;
  - d. Nas técnicas Jodan serão aplicadas as regras do escalão cadete;
  - e. Não existe regra dos 10 segundos;
  - f. O equipamento obrigatório é o igual ao do escalão cadete.
- 3) Nestes escalões é permitido o uso de óculos desportivos, tendo de ser aprovados antes do início da prova pelo Presidente do CA ou seu representante.
  - a. As provas oficiais de Kata são feitas de acordo com o Regulamento de Arbitragem e Regras de Kata da FNK-P (anexo IX), com a exceção de não existirem desclassificações nos escalões de Infantis. A nota mais baixa dada pelos técnicos de arbitragem será de 5.0.

## ANEXO V - REGULAMENTO ESPECÍFICO DO CAMPEONATO NACIONAL DE CLUBES

(Previsto na alínea b. do ponto 1) do Artigo 2º do presente Regulamento)

### Artigo 1º

#### GENERALIDADES

- 1) O Campeonato Nacional de Clubes é a principal prova nacional da categoria, realizando-se um (1) por época desportiva e com uma só fase.
- 2) O Campeonato Nacional de Clubes é uma prova que só se poderão inscrever os clubes certificados das associações filiadas na FNK-P.
- 3) O Campeonato Nacional de Clubes é uma prova de participação por equipas masculina e feminina.
- 4) Os competidores inscritos nas equipas de cada clube terão de estar devidamente inscritos na FNK-P.
- 5) Os competidores provenientes de outro clube terão de cumprir com o disposto no artigo 10º e com a alínea 7) do artigo 14º do presente regulamento.
- 6) No Kumite nos escalões Juvenil, Cadete, Júnior e Sénior masculino e feminino só será permitido o empréstimo de um (1) competidor de outro clube por escalão e se só inscreverem uma equipa na prova.
- 7) No Kata nos escalões Juvenil, Cadete, Júnior e Sénior masculino e feminino será permitido o empréstimo de um (1) competidor de outro clube por escalão e se só inscreverem uma equipa na prova.

### Artigo 2º

#### ESCALÕES

- 1) Os competidores são distribuídos pelos seguintes escalões etários para esta prova:
  - a. Juvenis;
  - b. Cadetes;
  - c. Juniores;
  - d. Seniores.
- 2) Os escalões são atribuídos de acordo com a idade dos competidores. No início de cada época desportiva a FNK-P indicará os limites de enquadramento em cada escalão.
- 3) Cada competidor de Kata e Kumite só poderá participar numa equipa e num escalão.

### Artigo 3º

#### PROVAS

- 1) O Campeonato Nacional de Clubes compreende as seguintes provas, nos respetivos escalões.
  - a. Kumite Equipa Masculino e Feminino;
  - b. Kata Equipa Masculino e Feminino.

## Artigo 4º

### INSCRIÇÕES

- 1) Na prova de Kata Equipa, cada Clube poderá inscrever duas (2) equipas em cada escalão etário;
- 2) Na prova de Kumite Equipa cada Clube poderá inscrever duas (2) equipas em cada escalão etário.

## Artigo 5º

### COMPOSIÇÃO DAS EQUIPAS

- 1) As equipas terão a seguinte composição:

ESCALÕES	KUMITE MASCULINO	KUMITE FEMININO	KATA
<b>Juvenis</b>	3+1 competidores	3+1 competidoras	3 competidores(as)
<b>Cadetes</b>	3+1 competidores	3+1 competidoras	3 competidores(as)
<b>Juniores</b>	3+2 competidores	3+2 competidoras	3 competidores(as)
<b>Seniores</b>	5+2 competidores	3+1 competidoras	3 competidores(as)

- 2) Kumite
  - a. Na prova de Kumite Equipa masculino competem: 3 competidores em juvenis, 3 competidores em cadetes, 3 competidores em juniores e 5 competidores em seniores.
  - b. Na prova de Kumite Equipa masculino será permitida a participação de equipas com o mínimo de 2 competidores nos escalões juvenis, cadetes e juniores.
  - c. Na prova de Kumite Equipa masculino será permitida a participação de equipas com o mínimo de 3 competidores nos seniores.
  - d. Na prova de Kumite Equipa feminino competem: 3 competidoras em juvenis, 3 competidoras em cadetes, 3 competidoras em juniores e 3 competidoras em seniores.
  - e. Na prova de Kumite Equipa feminino será permitida a participação de equipas com o mínimo de 2 competidoras nos escalões juvenis, cadetes, juniores e seniores.
- 3) Kata
  - a. Na prova de Kata Equipa masculino e feminino competem 3 competidores(as);
  - b. Será necessário Bunkai na disputa de medalhas, exceto para os juvenis;
  - c. Nas equipas de juvenis poderá participar um(a) atleta iniciado(a).

## Artigo 6º

### DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES

- 1) Qualquer dúvida ou interpretação não constante deste Regulamento, será esclarecida e resolvida no local pelo Diretor de Prova em conjunto com o representante do Conselho de Arbitragem.

## **ANEXO VI - REGULAMENTO ESPECÍFICO DA LIGA DE KARATE (LK) E LIGA ELITE DE KARATE (LEK)**

(Previsto na alínea c. do ponto 1) do Artigo 2º do presente Regulamento)

### **Artigo 1º**

#### **GENERALIDADES**

- 1) A Liga de Karate (LK) é uma prova de participação individual realizada em duas provas singulares e independentes.
- 2) A Liga Elite de Karate (LEK) é uma prova com os competidores de pódio da Liga de Karate, Campeonato Nacional e Taça de Portugal.

### **Artigo 2º**

#### **ESCALÃO**

- 1) A Liga de Karate (LK) e a Liga Elite de Karate (LEK) compreendem apenas os escalões cadete, júnior e sénior, masculino e feminino.
- 2) Na atribuição do escalão considerar-se-á a data do Mapa de Idades enviada pela FNK-P no início da época, com a seguinte exceção:
  - a. Os cadetes e juniores competirão a época inteira no escalão designado, de acordo com o Mapa de Idades.
- 3) Na LEK os possíveis competidores apurados competirão no escalão que efetivamente foram apurados.

### **Artigo 3º**

#### **PROVAS**

- 1) A Liga de Karate e a Liga Elite de Karate compreende as seguintes provas:
  - a. Kumite e Kata – cadete masculino e feminino (14 e 15 anos);
  - b. Kumite e Kata – júnior masculino e feminino (16 e 17 anos);
  - c. Kumite e Kata – sénior masculino e feminino (+18 anos).

### **Artigo 4º**

#### **CATEGORIAS DE PESO E PESAGENS**

- 1) As categorias de peso em Kumite são:
  - a. Cadete masculino -57Kg, -63Kg e +63Kg;
  - b. Cadete feminino -54Kg, -61Kg e +61Kg;



- c. Júnior masculino -61Kg, -68Kg e +68Kg;
  - d. Júnior Feminino -53Kg, -59Kg e +59Kg;
  - e. Sénior masculino -67Kg, -75Kg e +75Kg;
  - f. Sénior Feminino -55Kg, -61Kg e +61Kg.
- 2) O controlo de peso dos competidores será de acordo com o programa estabelecido pela organização.
  - 3) A falta do competidor ao controlo de peso ou a não confirmação na categoria de peso implica a eliminação da prova de Kumite e consequente penalização.

## Artigo 5º

### INSCRIÇÕES

- 1) Os competidores participantes terão de estar devidamente inscritos na FNK-P e cumprir com o presente regulamento;
- 2) A inscrição dos atletas é feita livremente em cada LK, não existindo número limite de inscrições;
- 3) Na segunda etapa da LK existirão cabeças de série, sendo considerados os que na prova da LK anterior obtiveram o primeiro e segundo lugar, desde que se inscrevam.
- 4) Na LEK estão apurados os quatro (4) primeiros classificados de cada LK de cada disciplina, género, escalão e peso, tendo de se inscrever.
- 5) Na LEK existirão cabeças de série que serão os 1º classificados das Ligas de Karate, Campeonato Nacional e Taça de Portugal.
- 6) A participação é taxada por competidor individual.
- 7) A desistência ou a não participação do competidor depois de inscrito e pago, não contemplará o retorno do pagamento efetuado.

## Artigo 6º

### SISTEMA DE DISPUTA

- 1) KUMITE por jornada:
  - a. A prova de KUMITE será dividida por escalão, género e cada categoria de peso, será sorteada e dividida em grupos:
    - i. Cada grupo pode ter no mínimo dois (2) competidores e no máximo seis (6);
    - ii. Não pode ser dividido em grupos ímpares.
  - b. Em cada grupo existe uma fase de disputa que se chamará “Fase 1” onde os atletas disputam todos contra todos.
  - c. Quadro de apuramento dos grupos na LK:

N.º de Inscrições	Grupo							
	A	B	C	D	E	F	G	H
1	1							
2	2							
3	3							

Apuram-se para a fase seguinte							
A	B	C	D	E	F	G	H
classificação final direta							
classificação final direta							
classificação final direta							

4	4							
5	5							
6	3	3						
7	4	3						
8	4	4						
9	5	4						
10	5	5						
11	6	5						
12	3	3	3	3				
13	4	3	3	3				
14	4	3	4	3				
15	4	4	4	3				
16	4	4	4	4				
17	5	4	4	4				
18	5	4	5	4				
19	5	5	5	4				
20	5	5	5	5				
21	6	5	5	5				
22	6	5	6	5				
23	6	6	6	5				
24	3	3	3	3	3	3	3	3
25	4	3	3	3	3	3	3	3
26	4	3	3	3	4	3	3	3
27	4	3	4	3	4	3	3	3
28	4	3	4	3	4	3	4	3
29	4	4	4	3	4	3	4	3
30	4	4	4	3	4	4	4	3
31	4	4	4	4	4	4	4	3
32	4	4	4	4	4	4	4	4

classificação final direta							
classificação final direta							
2	2						
2	2						
2	2						
2	2						
2	2						
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1

d. Quadro de apuramento dos grupos na LEK:

N.º de Inscrições	Grupo							
	A	B	C	D	E	F	G	H
1	1							
2	2							
3	3							
4	4							
5	5							
6	3	3						
7	4	3						
8	4	4						

Apuram-se para a fase seguinte							
A	B	C	D	E	F	G	H
classificação final direta							
classificação final direta							
classificação final direta							
classificação final direta							
classificação final direta							
2	2						
2	2						
2	2						

- e. No caso de empate, este será decidido de acordo com os seguintes critérios:
- 1º critério – o que em confronto direto saiu vitorioso;
  - 2º critério – o que conseguiu mais encontros ganhos;
  - 3º critério – o que conseguiu mais pontos marcados;
  - 4º critério – o que conseguiu menos pontos sofridos;
  - 5º critério – combate extra.
- f. Na LK os vencedores da “Fase 1” efetuarão a “Fase 2” em sistema de poule, achando-se assim a classificação final de acordo com o quadro abaixo:

2 grupos		
1A	vs	2B
2A	vs	1B

4 grupos		
1A	vs	2C
2A	vs	1C
1B	vs	2D
2B	vs	1D

8 grupos		
1A	vs	1B
1C	vs	1D
1E	vs	1F
1G	vs	1H

- g. Na LEK os vencedores da “Fase 1” efetuarão a “Fase 2” em sistema de poule, achando-se assim a classificação final de acordo com o quadro abaixo:

2 grupos		
1A	vs	2B
2A	vs	1B

- h. Os vencedores da semifinal são os finalistas que disputam o 1º e o 2º lugar da “Fase 3” e os perdedores disputam o 3º e 4º lugar;
- i. Não existem repescagens.
- 2) KATA por jornada
- A prova de KATA será dividida por escalão, género, será sorteada e dividida em grupos:
    - Cada grupo pode ter no mínimo dois (2) competidores e no máximo seis (6);
    - Não pode ser dividido em grupos ímpares;
  - Em cada grupo existe uma fase de disputa que se chamará “Fase 1” onde os atletas realizam duas (2) Katas, apurando-se para a fase seguinte através do somatório das pontuações obtidas nas duas (2) rondas;
  - Quadro de apuramento de grupos da LK:

N.º de Inscrições	6 atletas por grupo							
	A	B	C	D	E	F	G	H
1	1							
2	2							
3	3							
4	4							
5	5							
6	3	3						
7	4	3						

Apuram-se para a fase seguinte							
A	B	C	D	E	F	G	H
classificação final direta							
classificação final direta							
classificação final direta							
classificação final direta							
classificação final direta							
2	2						
2	2						

8	4	4						
9	5	4						
10	5	5						
11	6	5						
12	3	3	3	3				
13	4	3	3	3				
14	4	3	4	3				
15	4	4	4	3				
16	4	4	4	4				
17	5	4	4	4				
18	5	4	5	4				
19	5	5	5	4				
20	5	5	5	5				
21	6	5	5	5				
22	6	5	6	5				
23	6	6	6	5				
24	3	3	3	3	3	3	3	3
25	4	3	3	3	3	3	3	3
26	4	3	3	3	4	3	3	3
27	4	3	4	3	4	3	3	3
28	4	3	4	3	4	3	4	3
29	4	4	4	3	4	3	4	3
30	4	4	4	3	4	4	4	3
31	4	4	4	4	4	4	4	3
32	4	4	4	4	4	4	4	4

2	2						
2	2						
2	2						
2	2						
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
2	2	2	2				
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	1

d. Quadro de apuramento de grupos da LEK:

N.º de Inscrições	Grupo							
	A	B	C	D	E	F	G	H
1	1							
2	2							
3	3							
4	4							
5	5							
6	3	3						
7	4	3						
8	4	4						

Apuram-se para a fase seguinte							
A	B	C	D	E	F	G	H
classificação final direta							
classificação final direta							
classificação final direta							
classificação final direta							
classificação final direta							
2	2						
2	2						
2	2						

e. No caso de empate, este será decidido de acordo com os seguintes critérios:

- i. 1º critério – nota mínima mais alta das três notas finais;
- ii. 2º critério – nota máxima mais alta das três notas finais;
- iii. 3º critério – média contabilizando sete notas;

## FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

- iv. 4º critério – Kata extra;
- f. Os vencedores da “Fase 1” efetuarão a “Fase 2” em sistema de poule achando-se assim as classificações finais e de acordo com o quadro abaixo:

2 grupos		
1A	vs	2B
2A	vs	1B

4 grupos		
1A	vs	2C
2A	vs	1C
1B	vs	2D
2B	vs	1D

8 grupos		
1A	vs	1B
1C	vs	1D
1E	vs	1F
1G	vs	1H

- g. Na LEK os vencedores da “Fase 1” efetuarão a “Fase 2” em sistema de poule, achando-se assim a classificação final de acordo com o quadro abaixo:

2 grupos		
1A	vs	2B
2A	vs	1B

- h. Os vencedores da semifinal são os finalistas que disputam o 1º e o 2º lugar da “Fase 3” e os perdedores disputam o 3º e 4º lugar;
- i. Não existem repescagens.

### Artigo 7º

#### SORTEIO

- 1) O sorteio na disciplina de Kumite será por género e por categoria de peso.
- 2) O sorteio na disciplina de Kata será por género.
- 3) Intervêm no sorteio dois tipos de nomenclatura de atletas:
  - a) **CS** – Atletas cabeças de série;
  - b) **A** – Atletas de inscrição normal.

### Artigo 8º

#### PRÉMIOS

- 1) Aos três vencedores, da disciplina de Kata por género e escalão e da disciplina de Kumite por género, escalão e categoria, recebem um prémio por cada Liga de Karate e Liga Elite de Karate a ser divulgado no início de cada época desportiva.

### Artigo 9º

#### PATROCÍNIOS

- 1) A FNK-P é a entidade organizadora da Liga de Karate e da Liga Elite de Karate.

## FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

- 2) São patrocinadoras as entidades que, por acordo celebrado com a FNK-P, contribuam financeiramente ou em espécie, para a realização do evento publicitando os seus serviços, produtos ou marcas.
- 3) Adicionalmente, todos os patrocínios figurarão com a apresentação acordada e definida pela FNK-P nos seguintes locais junto aos Tatamis, no Tatami, no dorsal do competidor, num local específico para a promoção e no cartaz.
- 4) As marcas que patrocinam a FNK-P, a Liga de Karate e a Liga Elite de Karate terão direito a:
  - a. Um stand de vendas;
  - b. Colocar a sua marca em destaque no Karate Gi no peito do lado esquerdo e no ombro do lado direito, ambos com a dimensão máxima de 10/10 cm para além do normal de um Karate Gi (atrás no Karate Gi em pequeno junto a gola e no peito do lado direito).

### **Artigo 10º**

#### **EXCEÇÕES**

- 1) Ausências à prova:
  - a. Todas as ausências devem ser comunicadas com cinco dias de antecedência à prova e em documento oficial do clube ou associação.
  - b. A justificação de ausência deve ser dirigida à Direção da FNK-P, anexando documentos oficiais comprovativos. Esta deliberará em conformidade, caso seja apresentada dentro do prazo previsto na alínea a), bem como em todas as situações de força maior que sejam apresentadas devidamente comprovadas no prazo máximo de cinco dias após o evento.
  - c. A não comunicação de ausência ou a falta de documentos oficiais comprovativos, implica uma taxa cujo valor consta no Regulamento de Taxas. O atleta ausente não justificado ou não aceite a justificação não será admitido na etapa seguinte da Liga de Karate ou da Liga Elite de Karate. Em caso de reincidência do mesmo clube não serão admitidas inscrições nas mesmas.

### **Artigo 11º**

#### **CASOS OMISSOS**

- 1) Qualquer dúvida ou interpretação não constante deste Regulamento serão esclarecidas e resolvidas “no local” pelo Diretor de Prova da FNK-P, em conjunto com o representante do Conselho de Arbitragem na prova.

## ANEXO VII - REGULAMENTO ESPECÍFICO DO TORNEIO DAS SELECÇÕES

(Previsto na alínea e. do ponto 1) do Artigo 2º do presente Regulamento)

### Artigo 1º

#### GENERALIDADES

- 1) O torneio das seleções é uma prova por equipa, constituído pelos escalões de formação nas disciplinas de Kata e Kumite (2 iniciados e 2 juvenis por género), conforme tabela 1, e pelos escalões de especialização na disciplina de Kumite (2 cadetes, 2 juniores e 2 seniores por género) e Kata (2 atletas +14 anos por género), conforme tabela 2:

ESCALÕES DE FORMAÇÃO	
KUMITE	
Iniciado 10-11	Feminino
	Masculino
Juvenil 12-13	Feminino
	Masculino
KATA	
Iniciado 10-11	Feminino
	Masculino
Juvenil 12-13	Feminino
	Masculino

Tabela 1

ESCALÕES DE ESPECIALIZAÇÃO	
KUMITE	
Cadete 14-15	Feminino
	Masculino
Júnior 16-17	Feminino
	Masculino
Sénior +18	Feminino
	Masculino
KATA	
+14 ANOS	Feminino
	Masculino

Tabela 2

- 2) Nesta competição por equipas, realizam-se obrigatoriamente todos os encontros nas disciplinas de Kata e Kumite, independentemente dos resultados obtidos em cada um dos encontros. Serão aplicadas as regras específicas de Kumite e Kata instituídas pela FNK-P;
- 3) Os critérios para encontrar o vencedor nesta prova de competição são:
- Vence a equipa com o maior número de vitórias em Kata e Kumite;
  - Se ambas as equipas obtiverem o mesmo número de vitórias, vence a equipa que obteve o maior número de pontos marcados no Kumite;
  - Mantendo-se a igualdade, realizar-se-á um combate suplementar no escalão Kumite masculino sénior.
- 4) Seleções participantes:
- Seleção Regional do Norte, Seleção Regional do Centro/Norte, Seleção Regional do Centro/Sul, Seleção Regional do Sul, Seleção Regional da Madeira e Seleção Regional dos Açores.
- 5) Classificação
- 1º Classificado do torneio das seleções no respetivo escalão;
  - 2º Classificado do torneio das seleções no respetivo escalão;
  - Dois 3º Classificados do torneio das seleções no respetivo escalão.

## ANEXO VIII – REGULAMENTO ESPECÍFICO DA LIGA DE ASSOCIAÇÕES DE KARATE

(Previsto na alínea d. do ponto 1) do Artigo 2º do presente Regulamento)

### Artigo 1º

#### GENERALIDADES

- 1) A Liga de Associações de Karate (LAK) realiza-se em duas (2) etapas e uma finalíssima por época desportiva.
- 2) É uma prova de participação por representação exclusiva das Associações, usando o nome das mesmas.
- 3) É uma prova por equipas dos dois géneros masculina e feminina nas disciplinas de Kata e Kumite.
- 4) Os competidores inscritos nas equipas terão de estar devidamente inscritos na FNK-P.
- 5) Estão em conquista dois troféus:
  - a. Taça da Liga de Associações de Karate “Anual” – será dada na conquista da fase final a cada equipa que vencer nas disciplinas de Kata e Kumite;
  - b. Taça das Taças das Associações – será dada à Associação que conquistar na fase final em três (3) anos consecutivos, ou cinco alternados, com o maior número de 1º classificados Juvenis e Seniores (Kata e Kumite). Em caso de empate será a soma dos segundos lugares; mantendo-se o empate será a soma dos terceiros classificados. No caso de não haver a consecutividade será atribuída a quem ganhar o maior número de primeiros classificados (Kata e Kumite); mantendo-se o empate será a soma dos segundos e terceiros classificados.
- 6) Em qualquer das etapas, a participação é livre a qualquer equipa Associativa.
- 7) Serão apuradas para a fase seguinte as 4 equipas mais bem classificadas em cada etapa.

### Artigo 2º

#### PROVAS E ESCALÕES

- 1) A Liga de Associações de Karate compreende as seguintes provas e escalões:
  - a. Kata Equipa Juvenil (12 e 13 anos) Masculino e Feminino;
  - b. Kata Equipa Sénior (+16 anos) Masculino e Feminino;
  - c. Kumite Equipa Juvenil (12 e 13 anos) Masculino e Feminino;
  - d. Kumite Equipa Sénior (+18 anos) Masculino e Feminino.
- 2) A Liga de Associações de Karate é uma prova por eliminatórias “Poule” normal regendo-se pelas regras de arbitragem com exceção:
  - a. Na prova de Kata e Kumite existe unicamente um terceiro (3º) lugar havendo disputa para esse lugar;
  - b. Na prova de Kata equipa sénior é necessário Bunkai na disputa de medalhas conforme as regras de arbitragem.
- 3) O escalão é atribuído de acordo com a idade dos competidores, conforme Mapa de Idades ativo da FNK-P.
- 4) Os competidores só poderão participar numa equipa da mesma Associação em Kata e Kumite.



# FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

## Artigo 3º

### INSCRIÇÕES

- 1) Em cada fase será estipulado um valor de inscrição por competidor inscrito conforme regulamento de taxas.
- 2) Na prova de Kata Equipa, cada Associação poderá inscrever duas (2) equipas por escalão.
- 3) Na prova de Kumite Equipa cada Associação poderá inscrever duas (2) equipas por escalão.

## Artigo 4º

### COMPOSIÇÃO DAS EQUIPAS

- 1) As equipas terão a seguinte composição conforme regras de arbitragem:

ESCALÃO	KUMITE MASCULINO	KUMITE FEMININO	KATA
Seniores	5+2 competidores	3+1 competidoras	3+1 competidores(as)
Juvenis	3+1 competidores	3+1 competidoras	3+1 competidores(as)

## Artigo 5º

### DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES

- 1) Qualquer dúvida ou interpretação não constante deste Regulamento, será esclarecida e resolvida no local pelo Diretor de Prova em conjunto com o representante do Conselho de Arbitragem.

## ANEXO IX – LISTA DE KATA PARA PROVAS DOS ESCALÕES DE FORMAÇÃO

<b>INFANTIS</b> <b>(Até aos 9 ANOS)</b>	<b>INICIADOS</b> <b>(10-11 ANOS)</b>	<b>JUVENIS</b> <b>(12-13 ANOS)</b>
Katas Básicos: - Da Lista Oficial WKF	Katas Básicos da Lista Oficial WKF: Lista de Katas Iniciados; <b>Goju Ryu</b> Shisochin, Seiyunchin/Seienchin, Sanseru; <b>Shito Ryu</b> Seienchin/Seiyunchin, Bassai-Dai, Jion; <b>Wado Ryu</b> Kushanku, Chinto, Wanshu <b>Shotokan</b> Bassai-Dai, Jion, Enpi;	Katas: - Da Lista Oficial da WKF
Os competidores terão de apresentar, no mínimo, duas (2) Katas básicas diferentes, constantes da Lista Oficial da WKF, alternadamente em cada volta (eliminatória).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Os competidores terão de apresentar na primeira volta (eliminatórias) uma (1) Kata básica da Lista Oficial da WKF.</li> <li>• A partir da segunda (2) volta (eliminatória) poderão fazer Katas da lista acima do estilo referido.</li> <li>• A partir da quarta (4ª) volta (eliminatória) poderão repetir Katas, desde que diferentes das anteriormente executadas e apenas uma vez.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Os competidores terão de apresentar nas três (3) primeiras voltas (eliminatórias) Katas diferentes, constantes da Lista Oficial da WKF.</li> <li>• A partir da quarta (4ª) volta (eliminatória) poderão repetir Katas, desde que diferentes das anteriormente executadas e apenas uma vez.</li> </ul>

- 1) É importante que a Kata apresentada se identifique com a escola do competidor;
- 2) Nas equipas será utilizado o mesmo sistema;
- 3) Nestes escalões, na execução da Kata, é permitido o uso de óculos.