

## **XXIII CURSO UNIFICADO DE JUIZ DE KARATE** **30 de Setembro e 1 de Outubro de 2023**

FORUM CULTURAL VALLIS LONGUS  
Sala de Artes  
AVENIDA 5 DE OUTUBRO, Nº 72, 4440-503 VALONGO

### **PROGRAMA GERAL**

#### **SÁBADO 30**

08H30 – 08H50 – Receção dos participantes  
08H50 – 09H00 – Abertura do curso  
09H00 – 10H00 – Aspetos comportamentais do árbitro de karate  
10H00 – 13H00 – Formação Específica – O Regulamento de Arbitragem e as N. Competição

15H00 – 16H30 – Formação Específica – Elementos de arbitragem II  
16H30 – 17H45 – Formação Específica – Elementos de arbitragem III  
18H00 – 19H00 – Avaliação teórica

#### **DOMINGO 1**

09H00 – 10H00 – Formação Específica – Elementos de arbitragem II  
10H00 – 11H30 – Formação Prática – Kata  
11H30 – 13H00 – Avaliação Prática – Kata

15H00 – 16H30 – Formação Prática kumite  
16H30 – 18H00 – Avaliação Prática kumite  
18H30 – 19H30 – Atribuição dos resultados e encerramento do Curso.

**Nota: Obrigatório todos candidatos levar o uniforme oficial.**