



KARATE
FEDERAÇÃO NACIONAL
PORTUGAL

3º ESTÁGIO FNK-P CANCRO DA MAMA

PAVILHÃO DA ESCOLA SOEIRO PEREIRA GOMES
N248-3 39, ALHANDRA, 2600-772 ALHANDRA

15 DE OUTUBRO 2023, ALHANDRA
DAS 10H ÀS 12H30



SENSEI **ALEXANDRA NEVES**
1º DAN - KARATE SHOTOKAN



SENSEI **ANA BALALA**
3º DAN - KARATE SHOTOKAN



SENSEI **FERNANDA CAPELA**
4º DAN - KARATE KENPO



SENSEI **PAULA MATIAS**
5º DAN - KARATE SHOTOKAN



C Â M A R A
M U N I C I P A L



LIGA
PORTUGUESA
CONTRA
O CANCRO

OBJETIVOS

KARATEXEMPLO – ESTÁGIO TÉCNICO NACIONAL (CANCRO DA MAMA)

A FNK-P vai promover o 3º ESTÁGIO TÉCNICO NACIONAL com o objetivo de nos associarmos ao **Dia Mundial da Saúde da Mama**. Assim, teremos a participação especial das nossas Senseis/preletoras femininas que têm dedicado muito tempo da sua vida à prática e ensino de Karate-Do.

É nosso objetivo promover e divulgar a tradição dos valores de Karate-Do, partilhar a riqueza da prática das nossas Senseis/preletoras através da partilha de conhecimento e ao mesmo tempo, homenagearmos todos quantos sofrem ou já sofreram de perto este flagelo do cancro da mama a nível pessoal ou familiar.

A iniciativa está inserida no âmbito da campanha e promoção do **“KarateExemplo”**, nomeadamente na vertente de DIFUSÃO DE VALORES, promovendo as boas práticas, os bons exemplos dos nossos Mestres e demais agentes desportivos, em articulação com o Plano Nacional da Ética no Desporto do IPDJ.

PÚBLICO-ALVO

Aberto a todos os treinadores e praticantes ativos na FNK-P e a todos aqueles que queiram associar-se a esta nobre causa.

DATA

O Estágio Técnico Nacional realiza-se no **dia 15 de Outubro de 2023 (Domingo)**.

LOCAL

Pavilhão da Escola Soeiro Pereira Gomes N248-3 39 – 2600-772 Alhandra

Link da localização: <https://g.co/kgs/CL4dyp>

HORÁRIO

MANHÃ	SHOTOKAN	KENPO	SHOTOKAN	SHOTOKAN
10:00 às 12:30	SENSEI PAULA MATIAS 5ºDAN	SENSEI FERNANDA CAPELA 4º Dan	SENSEI ANA BALALA 3º DAN	SENSEI ALEXANDRA NEVES 1º DAN

COORDENAÇÃO TÉCNICA

António Quaresma

Diretor do Departamento de Formação da FNK-P; Doutor em Educação; Mestre em Psicologia do Desporto; Pós-graduado em Envelhecimento: Atividade Física e Autonomia Funcional; Licenciado em Educação Física e Desporto; Treinador de Karate e Investigador.

FORMADORES

Sensei Paula Matias (5º Dan) Shotokan (EKP)
 Sensei Fernanda Capela (4º Dan) Kenpo (UPKK)
 Sensei Ana Balala (3º Dan) Shotokan (ANAM)
 Sensei Alexandra Neves (1º Dan) Shotokan (ASKP)

PROCESSO DE INSCRIÇÃO

Os treinadores e os praticantes terão de fazer a inscrição na plataforma da FNK-P até ao dia **11 de Outubro 2023** não esquecendo obrigatoriamente de:

- Ter a respetiva quota do ano 2023 ativa;
- Fazer a inscrição individual na plataforma da FNK-P no menu “Ações”, tendo de preencher **obrigatoriamente** com o e-mail pessoal;
- Efetuar o pagamento dos respetivos valores indicados infra para o NIB da FNK-P:

PT50 0018 0003 3948 7665 0201 8 – Banco Santander

	VALOR	PRAZO LIMITE DE PAGAMENTO
Treinadores e Praticantes	€5,00	11 de outubro de 2023

Enviar o comprovativo de pagamento com o número de documento de tesouraria para tesoureiro@fnkp.pt.

Face ao carácter e objetivo do estágio ser a solidariedade haverá, excecionalmente, inscrições no local.

Toda a receita adquirida será entregue à Liga Portuguesa Contra o Cancro.

DESIGNAÇÃO	CONTATO
FNK-P (Geral)	fnkp@fnkp.pt
Departamento de Formação da FNK-P	formacao@fnkp.pt
Secretariado da Formação	formacao.secretariado@fnkp.pt
Diretor do Projeto “Karate para Todos”	karateparatodos@fnkp.pt

Lisboa, 3 de Outubro de 2023

Com os melhores cumprimentos,

O Presidente da FNK-P



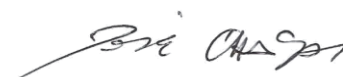
(Carlos Silva)

O Diretor do Departamento de
Formação da FNK-P



(António Quaresma)

O Diretor do Projeto
“Karate para Todos”



(José Chagas)