



# REGULAMENTO DE PROVAS E COMPETIÇÕES

(Aprovado em Reunião de Direção de 26 de Julho de 2023)

**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 COMPETIDORES.....	10
ARTIGO 10º CREDENCIAL DE COMPETIDORES .....	11
ARTIGO 11º TREINADORES.....	11
ARTIGO 12º CREDENCIAL DE TREINADORES .....	12
ARTIGO 13º PARTICIPAÇÃO NA FASE NACIONAL .....	13
ARTIGO 14º SORTEIOS.....	13
ARTIGO 15º SISTEMAS DE DISPUTA .....	13
ARTIGO 16º PATROCINIOS E EMBLEMAS .....	14
ARTIGO 17º PROVAS .....	14
ARTIGO 18º PESAGENS.....	14
ARTIGO 19º LOCAIS DE COMPETIÇÃO.....	15
ARTIGO 20º CLASSIFICAÇÕES E TÍTULOS.....	15
ARTIGO 21º ENTREGA DE TROFÉUS .....	17
ARTIGO 22º CONTROLO ANTI-DOPAGEM .....	17
ARTIGO 23º PROTESTOS.....	17
ARTIGO 24º HOMOLOGAÇÃO .....	17
ARTIGO 25º RECURSO HIERÁRQUICO .....	18
ARTIGO 26º COMPETÊNCIA ORGANIZATIVA.....	18
ARTIGO 27º ESPECIFICIDADE DE COMPETIÇÃO OFICIAL DA FNK-P.....	18
ARTIGO 28º PROVAS NÃO OFICIAIS .....	18
ARTIGO 29º DIVERSOS.....	18
ANEXOS .....	19
ANEXO I – REQUISITOS DAS COMPETIÇÕES OFICIAIS DA FNK-P E DOS SEUS LOCAIS.....	20
ANEXO II - REGULAMENTO ESPECÍFICO DO CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL .....	23
ARTIGO 1º PROVAS .....	23
ARTIGO 2º NÚMERO DE COMPETIDORES E APURAMENTO .....	23
ARTIGO 3º NÚMERO MÍNIMO DE INSCRITOS E APURAMENTO.....	23
ARTIGO 4º APURAMENTOS AUTOMÁTICOS .....	24
ARTIGO 5º PARTICIPAÇÃO EM MAIS DO QUE UM ESCALÃO E DISCIPLINA.....	24
ARTIGO 6º DISTRIBUIÇÃO DOS CLUBES.....	24
ARTIGO 7º DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES.....	25
ANEXO III - REGULAMENTO ESPECÍFICO DA TAÇA DE PORTUGAL .....	26
ARTIGO 1º GENERALIDADES.....	26
ARTIGO 2º NÚMERO DE COMPETIDORES E APURAMENTO .....	26
ARTIGO 3º NÚMERO MÍNIMO DE INSCRITOS E APURAMENTO.....	26
ARTIGO 4º SISTEMA DE DISPUTA .....	26
ARTIGO 5º DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES.....	27
ANEXO IV - REGULAMENTO ESPECÍFICO DAS PROVAS DE KUMITE NOS ESCALÕES DE FORMAÇÃO .....	28
ARTIGO 1º GENERALIDADES.....	28

ANEXO V - REGULAMENTO ESPECÍFICO DO CAMPEONATO NACIONAL DE CLUBES.....	29
ARTIGO 2º ESCALÕES .....	29
ARTIGO 3º PROVAS .....	29
ARTIGO 4º INSCRIÇÕES.....	29
ARTIGO 5º COMPOSIÇÃO DAS EQUIPAS .....	30
ARTIGO 6º DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES.....	30
ANEXO VI - REGULAMENTO ESPECÍFICO DA LIGA DE KARATE (LK) E LIGA ELITE DE KARATE (LEK).....	31
ARTIGO 1º GENERALIDADES.....	31
ARTIGO 2º ESCALÃO .....	31
ARTIGO 3º CATEGORIAS DE PESO E PESAGENS.....	31
ARTIGO 4º INSCRIÇÕES.....	31
ARTIGO 5º SISTEMA DE DISPUTA .....	32
ARTIGO 7º PRÉMIOS.....	36
ARTIGO 8º EXCEÇÕES .....	36
ARTIGO 9º CASOS OMISSOS .....	36
ANEXO VII - REGULAMENTO ESPECÍFICO DO TORNEIO DAS SELECÇÕES.....	37
ARTIGO 1º GENERALIDADES.....	37
ANEXO VIII – REGULAMENTO ESPECÍFICO DA LIGA DE ASSOCIAÇÕES DE KARATE .....	38
ARTIGO 1º GENERALIDADES.....	38
ARTIGO 2º PROVAS E ESCALÕES .....	38
ARTIGO 3º INSCRIÇÕES.....	38
ARTIGO 4º COMPOSIÇÃO DAS EQUIPAS .....	39
ARTIGO 5º DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES.....	39
ANEXO IX – LISTA DE KATA PARA PROVAS DOS ESCALÕES DE FORMAÇÃO .....	40
ANEXO X – REGRAS DE COMPETIÇÃO WKF.....	41
ANEXO XI – ADAPTAÇÕES ÀS REGRAS DE COMPETIÇÃO WKF .....	117

# 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) O presente Regulamento aplica-se:
  - a. Às Associações em pleno gozo dos seus direitos de sócio ordinário perante a FNK-P;
  - b. Aos Clubes devidamente certificados pela FNK-P para a época em curso;
  - c. Aos competidores com a quota atualizada, seguro e exame médico desportivo atualizado para a época em curso;
  - d. Aos Treinadores com a quota atualizada, seguro e exame médico desportivo atualizado para a época em curso, possuírem a qualificação mínima de Treinador Grau I e Título Profissional de Treinador de Desporto em vigor.
- 4) Todos os casos omissos deste regulamento tais como decorrer das competições oficiais da FNK-P, interpretações e esclarecimentos necessários, entre outros, serão dados pelo Departamento de Provas e Competições.
- 5) 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 competições 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 desportivo será estabelecido com as competições 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 competições. Estas poderão ter um cariz nacional ou internacional. No entanto, para que a FNK-

# FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

- P reconheça as competições 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 competição 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 oficiais organizadas pela Federação 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 competições oficiais da FNK-P.
- 3) Cabe ao diretor da prova o poder de interrupção provisória ou cancelamento de uma competição oficial da FNK-P 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 IV 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 oficial da FNK-P, 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 competição oficial da FNK-P 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 competição oficial da FNK-P, pelo seu Presidente 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 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) Os competidores são distribuídos pelos seguintes escalões etários:
- a. Kata
    - i. Kata Individual
      - Até aos 9 anos
      - Dos 10 aos 11 anos
      - Dos 12 aos 13 anos
      - Dos 14 aos 15 anos
      - Dos 16 aos 17 anos
      - Maior ou igual a 18 e menos 21 anos
      - Maior ou igual a 16 anos
- |            |
|------------|
| Infantis;  |
| Iniciados; |
| Juvenis;   |
| Cadetes;   |
| Juniores;  |
| Sub21;     |
| Seniores.  |

- ii. Kata Equipa
    - Dos 12 aos 13 anos Juvenis;
    - Dos 14 aos 17 anos Júniores;
    - Maior ou igual a 16 anos Seniores.
  - b. Kumite
    - i. Kumite Individual
      - Dos 10 aos 11 anos Iniciados;
      - Dos 12 aos 13 anos Juvenis;
      - Dos 14 aos 15 anos Cadetes;
      - Dos 16 aos 17 anos Júniores;
      - Maior ou igual a 18 e menos 21 anos Sub21;
      - Maior ou igual a 18 anos Seniores.
    - ii. Kumite Equipa
      - Dos 12 aos 13 anos Juvenis;
      - Dos 14 aos 15 anos Cadetes;
      - Dos 16 aos 17 anos Júniores;
      - Maior ou igual a 18 Seniores.
- 3) Na atribuição dos escalões considerar-se-á o Mapa de Idades.

## ARTIGO 8º

### CATEGORIAS DE PESOS

- 1) Os artigos seguintes referem-se às categorias de pesos para todas as competições oficiais da FNK-P em todos os escalões nas provas de Kumite individual, sem prejuízo da Direção da FNK-P proceder à sua alteração em conformidade com as diretrizes da WKF.
- 2) No escalão INICIADO 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 JUVENIL 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 JUVENIL 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 CADETES 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 CADETE Feminino são:
  - a. Menos 47 Kg;
  - b. Menos 54 kg;
  - c. Menos 61 Kg;
  - d. Mais de 61 Kg.
- 7) No escalão de JÚNIOR 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 JÚNIOR 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 SUB21 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 SUB21 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 SÉNIOR 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 SÉNIOR Feminino são:
  - a. Menos 50 Kg;
  - b. Menos 55Kg;
  - c. Menos 61 Kg;

- d. Menos 68 Kg;
- e. Mais de 68 Kg.

## ARTIGO 9º

### COMPETIDORES

- 1) Os competidores terão de estar devidamente filiados na FNK-P com 45 dias de antecedência da competição.
- 2) Qualquer Campeonato e suas fases que tenha as inscrições abertas à participação de competidores 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 civil anterior, é obrigatório o pagamento das respetivas quotas federativas e seguro no ano civil do campeonato.
- 3) Qualquer competidor pode ser transferido de clube em qualquer momento da época desportiva ou ano civil. No entanto, só poderá representá-lo em competições federativas nas seguintes condições:
  - a. após mudar a época desportiva;
  - b. após mudar o ano civil.
- 4) Qualquer competidor não poderá competir em qualquer competição oficial da FNK-P por um novo Clube caso já tenha competido por um outro Clube nessa época desportiva ou ano civil com exceção do cumprimento da alínea anterior.
- 5) A inscrição de um competidor ou equipa em qualquer competição oficial da FNK-P 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 competições oficiais da FNK-P.
- 6) A participação de um competidor ou equipa, em qualquer competição oficial da FNK-P, implica a respetiva inscrição na mesma e os procedimentos serão informados em ofício do respectivo Departamento.
- 7) O prazo limite de inscrição será comunicado em informação emitida para o efeito pela FNK-P, podendo ser feitas alterações até à data identificada na mesma.
- 8) Após o período de inscrição existirá uma fase de retificações (disciplina, escalão, peso) e simultaneamente, poderá haver inscrições fora do prazo estabelecido (antes da data do sorteio) com uma taxa adicional, conforme estabelecido no Regulamento de Taxas.
- 9) Após a realização do sorteio não existirão quaisquer inscrições ou retificações.
- 10) Para a inscrição dos competidores nas competições oficiais da FNK-P deverá observar-se o seguinte:
  - a. Todos os competidores participantes terão de ter a nacionalidade portuguesa, conforme a lei vigente nos Campeonatos Nacionais Individuais.
  - b. 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.
  - c. A FNK-P pode convidar a participar na Liga de Karate 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 não seja em número superior a dois por disciplina e escalão de peso.

- 11) O competidor para poder disputar qualquer competição oficial da FNK-P 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 pessoais para a participação.
- 12) O documento de identificação tem de ser apresentado nas pesagens e no tatami.

## **ARTIGO 10º**

### **CREDENCIAL DE COMPETIDORES**

- 1) No início de cada competição oficial da FNK-P, caso seja fornecida pela organização, uma credencial para os competidores, esta será entregue aos treinadores.
- 2) Os competidores têm de colocar a credencial de forma a estar sempre bem visível para ter acesso a área de competição e poder competir.
- 3) O competidor terá de entregar a credencial na altura da chamada, a qual ser-lhe-á restituída após abandonar o tatami.
- 4) A credencial de competidor pode ser solicitada o número de vezes necessárias.
- 5) No caso de uso indevido ou abusivo, a credencial pode ser retirada pelo Diretor de Prova ou pelo Conselho de Arbitragem.

## **ARTIGO 11º**

### **TREINADORES**

- 1) Os treinadores terão de estar devidamente filiados na FNK-P com 45 dias de antecedência da competição.
- 2) Qualquer Campeonato e suas fases que tenha as inscrições abertas à participação de 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 civil anterior, é obrigatório o pagamento das respetivas quotas federativas e seguro no ano civil do campeonato.
- 3) A inscrição de um treinador em qualquer competição oficial da FNK-P 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 treinadores em competições oficiais da FNK-P.
- 4) A participação de um treinador, em qualquer competição oficial da FNK-P, implica a respetiva inscrição na mesma e os procedimentos serão informados em ofício do respectivo Departamento.

- 5) O prazo limite de inscrição será comunicado em informação emitida para o efeito pela FNK-P, podendo ser feitas alterações até à data identificada na mesma.
- 6) Após o período de inscrição existirá um prazo de retificações e simultaneamente poderão haver inscrições de treinador fora do prazo estabelecido (antes da data do sorteio) com uma taxa adicional, conforme estabelecido no Regulamento de Taxas.
- 7) Após a realização do sorteio não existirão quaisquer inscrições ou retificações.
- 8) Um Treinador, devidamente inscrito na FNK-P, pode representar mais do que um clube na mesma competição oficial da FNK-P, tendo unicamente de pagar a taxa de inscrição na mesma através de um dos clubes.
- 9) 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.
- 10) Um Treinador inscrito como tal, num campeonato com a mesma nomenclatura e na mesma data, não poderá intervir como competidor ou qualquer outra função no decorrer desse campeonato.
- 11) Os treinadores para poderem exercer essa função em competições oficiais da FNK-P terão de estar equipados com fato de treino e cumprir as demais regras de arbitragem.
- 12) Em todas as competições oficiais da FNK-P os clubes poderão inscrever um treinador comprovado por cada competidor em prova de um mesmo clube.
- 13) Quando os treinadores inscritos pelas entidades responsáveis, associações ou clubes, nas competições oficiais organizadas pela Federação tenham qualquer impedimento, podem essas entidades, no acto de inscrição, inscrever um treinador substituto, o qual deve ter a qualificação mínima de treinador de grau I.
- 14) A inscrição de treinadores estagiários numa competição oficial da FNK-P que seja englobada no seu plano de estágio, implica:
  - a. Estar devidamente filiados na FNK-P com 45 dias de antecedência da competição oficial da FNK-P;
  - b. Inscrever-se e pagar a taxa de treinador na competição oficial da FNK-P através do seu clube;
  - c. Solicitar por e-mail à FNK-P o pedido da credencial exclusivo para aquela competição oficial da FNK-P tendo para isso de informar o nº seu federativo e nome completo.

## **ARTIGO 12º**

### **CRENCIAL DE TREINADORES**

- 1) Os treinadores que frequentem a Acreditação de Treinadores estão aptos a participar como treinadores com acesso à área de competição e servirá para a época desportiva que decorre desde que tenha a quota do respetivo ano civil paga.
- 2) Durante a competição oficial da FNK-P os Treinadores terão de ter a credencial em sua posse e visível, sob pena de não poderem exercer as funções de Treinador.
- 3) Caso os Treinadores não tenham a sua credencial no dia da competição oficial da FNK-P poderão obter uma. Esta credencial terá um custo de acordo com o Regulamento de Taxas e deve ser pedida aquando da sua Acreditação na competição oficial da FNK-P.
- 4) A credencial de identificação de treinador pode ser solicitada o número de vezes necessárias.

# FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

- 5) No caso de uso indevido ou abusivo, a credencial pode ser retirada pelo Diretor de Prova ou pelo Conselho de Arbitragem.

## **ARTIGO 13º**

### **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) Todos os atletas apurados nas fases regionais têm de ser inscritos obrigatoriamente na respetiva fase nacional e efetuar o pagamento da taxa correspondente para poderem participar.
- 3) Todos os atletas efetivamente inscritos e pagos em competições oficiais da FNK-P (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.

## **ARTIGO 14º**

### **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 o Departamento de Provas e Competições, 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 15º**

### **SISTEMAS DE DISPUTA**

- 1) As provas oficiais de Kata e de Kumite são feitas de acordo com o Regulamento de Arbitragem e Regras de Kata e de Kumite da FNK-P ou conforme as especificidades de cada competição oficial da FNK-P descritas nos anexos do presente Regulamento.

## ARTIGO 16º

### PATROCÍNIOS E EMBLEMAS

- 1) A FNK-P pode ter patrocínios nos seus campeonatos. Esses patrocínios são estabelecidos com as entidades que, por acordo celebrado com a FNK-P, contribuam financeiramente ou em espécie, para a realização de um campeonato específico ou global, publicitando os seus serviços, produtos ou marcas em local a acordar.
- 2) Os patrocínios, por acordo celebrado, podem estar no dorsal do competidor conforme as regras de arbitragem.
- 3) Os competidores não poderão utilizar as insígnias nacionais durante as competições em que não estejam em representação da Seleção Nacional.
- 4) Os competidores poderão utilizar os emblemas correspondentes à sua Associação ou ao seu Clube, publicidade do Clube ou Associação, seus patrocínios e publicidade da FNK-P e marcas originais do fabricante do Gi, tudo de acordo com as Regras de Arbitragem.

## ARTIGO 17º

### PROVAS

- 1) Numa competição oficial da FNK-P poderá 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) Caso falte algum competidor será efetuada uma, e só uma última chamada, no tatami onde se desenrolará a prova.

## ARTIGO 18º

### PESAGENS

- 1) O controlo de peso dos competidores é feito de acordo com os procedimentos das Regras 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 consequente penalização.
- 3) 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 19º

### LOCAIS DE COMPETIÇÃO

- 1) Todas as competições oficiais da FNK-P deverão ser disputadas em locais que cumpram os requisitos descritos no anexo I deste Regulamento.
- 2) Os locais de competições oficiais da FNK-P serão áreas cobertas, salvo casos particulares, devidamente autorizados pela FNK-P.
- 3) Os locais de competições oficiais da FNK-P podem ser cancelados ou alterados desde que o interesse nacional federativo assim o justifique.

## ARTIGO 20º

### 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 e categoria de peso;
  - 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 categoria de peso;
  - e. 2º Classificado na Taça de Portugal em Kumite no respetivo escalão e categoria de peso;
  - f. Dois 3º Classificados na Taça de Portugal em Kumite no respetivo escalão e categoria de peso;
- 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 da Liga de Karate em Kata Individual Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino;
  - d. Campeão da Liga de Karate em Kumite Individual Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no respetivo escalão e categoria de peso;
  - e. Vice-campeão da Liga de Karate em Kumite Individual Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no respetivo escalão e categoria de peso;
  - f. 3º Classificado da Liga de Karate em Kumite Individual Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no respetivo escalão e categoria de peso.
- 7) Liga Elite de Karate:
  - a. Campeão da Liga Elite de Karate em Kata Individual Juvenil, Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no respetivo escalão;
  - b. Vice-campeão da Liga Elite de Karate em Kata Individual Juvenil, Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no respetivo escalão;
  - c. 3º Classificado da Liga Elite de Karate em Kata Individual Juvenil, Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no respetivo escalão;
  - d. Campeão da Liga Elite de Karate em Kumite Individual Juvenil, Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no respetivo escalão e categoria de peso;
  - e. Vice-campeão da Liga Elite de Karate em Kumite Individual Juvenil, Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no respetivo escalão e categoria de peso;
  - f. 3º Classificado da Liga Elite de Karate em Kumite Individual Juvenil, Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no respetivo escalão e categoria de peso.
- 8) Liga de Associações de Karate:
  - a. Campeão da Liga de Associações de Karate em Kata Juvenil, Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no respetivo escalão;
  - b. Vice-campeão da Liga de Associações de Karate em Kata Juvenil, Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no respetivo escalão;
  - c. 3º Classificado da Liga de Associações de Karate em Kata Juvenil, Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no respetivo escalão;
  - d. Campeão da Liga de Associações de Karate em Kumite Juvenil, Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no respetivo escalão;
  - e. Vice-campeão da Liga de Associações de Karate em Kumite Juvenil, Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no respetivo escalão;
  - f. 3º Classificado da Liga de Associações de Karate em Kumite Juvenil, Cadete, Júnior e Sénior Masculino e Feminino no 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.



# FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

## ARTIGO 21º

### ENTREGA DE TROFÉUS

- 1) As medalhas, troféus ou certificados serão entregues no horário definido no programa oficial de cada competição oficial da FNK-P, 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 22º

### CONTROLO ANTI-DOPAGEM

- 1) Qualquer competição oficial da FNK-P poderá ser sujeita a 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 23º

### PROTESTOS

- 1) Os protestos só poderão ser apresentados pelos treinadores ou representante oficial dos clubes inscritos naquela competição oficial da FNK-P.
- 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.
- 4) O valor do protesto está estipulado no Regulamento de Taxas.

## ARTIGO 24º

### HOMOLOGAÇÃO

- 1) Todas as provas duma determinada competição oficial da FNK-P 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 duma prova de determinada competição oficial da FNK-P, 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.

# FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

## **ARTIGO 25º**

### **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 26º**

### **COMPETÊNCIA ORGANIZATIVA**

- 1) A competência de organização das competições oficiais da FNK-P cabe à mesma;
- 2) As competições oficiais da FNK-P descritas no Artigo 2º alínea 1) 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 27º**

### **ESPECIFICIDADE DE COMPETIÇÃO OFICIAL DA FNK-P**

- 1) Cada competição oficial da FNK-P possui um Regulamento próprio que não dispensa consulta.

## **ARTIGO 28º**

### **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 29º**

### **DIVERSOS**

- 1) Todos os prazos serão contados sem interrupção aos sábados, domingos e feriados.
- 2) A área de competição é restrita a:
  - a. Competidores e treinadores inscritos em determinada prova tendo de usar a respetiva credencial;
  - b. Técnicos de arbitragem convocados;
  - c. Equipa médica, membros da organização, Direção da FNK-P e convidados.

# **ANEXOS**

## ANEXO I – REQUISITOS DAS COMPETIÇÕES OFICIAIS DA FNK-P E DOS SEUS LOCAIS

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

### 1) Competições 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 prova 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 sinistrado.

#### 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 Prova: Deverá existir zona devidamente identificada para o diretor de prova;

#### 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 competição oficial da FNK-P;
  - iv. É aconselhável existir no local da competição oficial da FNK-P uma sala para cuidados de emergência médica ambulatória.
- m. Área de Antidopagem: Terá de existir no local da competição oficial da FNK-P 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 competição oficial da FNK-P, 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) Competições de organização externa à FNK-P:
- a. As competições de organização externa à FNK-P para serem reconhecidas pela mesma e fazerem parte do Calendário Desportivo, são objeto de pedido enviado à FNK-P para aprovação. As mesmas não são da responsabilidade de organização nem gestão da Federação;
  - 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

## FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

Solicitar ao Presidente da FNK-P através de ofício próprio a integração da competição no Calendário Federativo identificando:

1. Nome e data da competição;
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 competição dos seguintes requisitos:

1. A competição deve estar sujeita ao Regulamento de Provas e Competições da FNK-P e regras de arbitragem da WKF (World Karate Federation);
  2. No Kumite as provas individuais terão as categorias de peso das competições oficiais da FNK-P;
  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 competição aberta a todos os estilos de prática de Karate;
  8. Ser uma competição aberta a todas as Associações inscritas na FNK-P;
  9. É obrigatória a presença permanente da equipa médica conforme estipulado nos requisitos para assistência médica na alínea j) do presente anexo;
  10. O organizador terá de 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 competição 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 competição do calendário desportivo.

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

### **ARTIGO 1º**

#### **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 2º**

#### **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.
- 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 3º**

#### **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, não sendo considerados Campeões Regionais nem 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

# FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

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.

- 4) Todos os atletas apurados nas fases regionais têm de ser inscritos obrigatoriamente na respetiva fase nacional e efetuar o pagamento da taxa correspondente para poderem participar.

## ARTIGO 4º

### 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 5º

### 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:
  - 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 nas provas de seniores.

## ARTIGO 6º

### DISTRIBUIÇÃO DOS CLUBES

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



## 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 em conjunto com o representante do Conselho de Arbitragem na competição oficial da FNK-P.

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

### **ARTIGO 1º**

#### **GENERALIDADES**

- 1) A Taça de Portugal é uma competição oficial da FNK-P de participação individual para os escalões de Cadetes, Juniores e Seniores, masculino e feminino.

### **ARTIGO 2º**

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

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

### **ARTIGO 3º**

#### **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 4º**

#### **SISTEMA DE DISPUTA**

- 1) A Taça de Portugal em Kumite é feita em sistema de eliminação simples e direta, com repescagens para os terceiros classificados, 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) mais bem 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 5º

### DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES

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

## **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 com a exceção de não existirem desclassificações, a nota mais baixa dada pelos técnicos de arbitragem será de 5.0..

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

### **ARTIGO 1º GENERALIDADES**

- 1) O Campeonato Nacional de Clubes é uma competição oficial da FNK-P em que só se poderão inscrever os clubes certificados das associações filiadas na FNK-P.
- 2) O Campeonato Nacional de Clubes é uma competição oficial da FNK-P de participação por equipas masculina e feminina.
- 3) 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 competição oficial da FNK-P.
- 4) 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 competição oficial da FNK-P.

### **ARTIGO 2º ESCALÕES**

- 1) Os competidores são distribuídos pelos seguintes escalões etários para esta competição oficial da FNK-P:
  - a. Juvenis;
  - b. Cadetes;
  - c. Juniores;
  - d. Seniores.
- 2) Cada competidor de Kata e Kumite só poderá participar numa equipa e num escalão representando apenas um Clube.

### **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+1 competidores(as)
<b>Cadetes</b>	3+1 competidores	3+1 competidoras	3+1 competidores(as)
<b>Juniores</b>	3+2 competidores	3+2 competidoras	3+1 competidores(as)
<b>Seniores</b>	5+2 competidores	3+1 competidoras	3+1 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 feminino competem: 3 competidoras em juvenis, 3 competidoras em cadetes, 3 competidoras em juniores e 3 competidoras em seniores.
- c. Na primeira ronda, a presença de todos os elementos que constituem as equipas é obrigatória de acordo com o número de elementos dos dois pontos anteriores.

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)**

### **ARTIGO 1º**

#### **GENERALIDADES**

- 1) A Liga de Karate (LK) é uma competição oficial da FNK-P de participação individual realizada em provas singulares e independentes.
- 2) Na segunda etapa e restantes da LK existirão cabeças de série. Consideram-se os que na competição da LK anterior obtiveram o primeiro e segundo lugar, desde que se inscrevam.
- 3) A Liga Elite de Karate (LEK) é uma competição oficial da FNK-P com a participação exclusiva dos competidores de pódio das Ligas de Karate, Campeonato Nacional, Taça de Portugal e similares da FNK-P.
- 4) Na Liga Elite de Karate não existirão cabeças de serie.
- 5) Não existirão repescagens na LK e LEK.

### **ARTIGO 2º**

#### **ESCALÃO**

- 1) A Liga de Karate (LK) compreende os escalões cadete, júnior e sénior, masculino e feminino.
- 2) Na LK a 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) A Liga Elite de Karate (LEK) compreende os escalões, juvenil, cadete, júnior e sénior, masculino e feminino.
- 4) Na LEK os competidores apurados competirão no escalão que efetivamente foram apurados.

### **ARTIGO 3º**

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

- 1) As categorias de peso em Kumite são as mesmas que os individuais.
- 2) Na LEK não existirá controlo de peso.

### **ARTIGO 4º**

#### **INSCRIÇÕES**

- 1) A inscrição dos atletas é feita livremente em cada LK não existindo número limite de inscrições;
- 2) Na LEK existe a obrigatoriedade de inscrição para a participação desde que apurados que são:
  - a. os três (3) primeiros classificados de cada Liga de Karate;

- b. os quatro primeiros do Campeonato Nacional Individual e da Taça de Portugal nas respetivas disciplinas, género, escalão e peso.
- 3) A participação é taxada por competidor individual a ser divulgada;
- 4) A desistência ou a não participação do competidor depois de inscrito e pago, não contemplará o retorno do pagamento efetuado.

## ARTIGO 5º

### SISTEMA DE DISPUTA

- 1) LK no Kumite :
- a. A prova 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 a “Fase 1” onde os atletas disputam todos contra todos
- c. Será achado a classificação pelos que tiverem maior número de vitórias;
- d. Quadro de apuramento dos grupos na LK:

N.º de Inscrições	Grupo								Apuram-se para a fase seguinte							
	A	B	C	D	E	F	G	H	A	B	C	D	E	F	G	H
1	1								classificação final direta							
2	2								classificação final direta							
3	3								classificação final direta							
4	4								classificação final direta							
5	5								classificação final direta							
6	3	3							2	2						
7	4	3							2	2						
8	4	4							2	2						
9	5	4							2	2						
10	5	5							2	2						
11	6	5							2	2						
12	3	3	3	3					2	2	2	2				
13	4	3	3	3					2	2	2	2				
14	4	3	4	3					2	2	2	2				
15	4	4	4	3					2	2	2	2				
16	4	4	4	4					2	2	2	2				
17	5	4	4	4					2	2	2	2				
18	5	4	5	4					2	2	2	2				
19	5	5	5	4					2	2	2	2				
20	5	5	5	5					2	2	2	2				
21	6	5	5	5					2	2	2	2				
22	6	5	6	5					2	2	2	2				



23	6	6	6	5					2	2	2	2				
24	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1
25	4	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1
26	4	3	3	3	4	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1
27	4	3	4	3	4	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1
28	4	3	4	3	4	3	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1
29	4	4	4	3	4	3	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1
30	4	4	4	3	4	4	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1
31	4	4	4	4	4	4	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1
32	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1

- e. No caso de empate, este será decidido de acordo com o mencionado nas regras de arbitragem;
- f. Os vencedores da “Fase 1” efetuarão a “Fase 2” em sistema de poule achando-se assim a classificação final de acordo com os quadros 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

## 2) LEK no Kumite :

- a. A prova 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);
- b. Quadro de apuramento dos grupos na LEK:

N.º de Inscrições	Grupo								Apurados							
	A	B	C	D	E	F	G	H	A	B	C	D	E	F	G	H
1	1								classificação final direta							
2	2								classificação final direta							
3	3								Final 1º e 2º							
4	4								Final 1º e 2º							
5	5								Final 1º e 2º							
6	3	3							2	2	Final 1º e 2º - dois 1ºs de cada grupo					
7	4	3							2	2	Final 1º e 2º - dois 1ºs de cada grupo					
8	4	4							2	2	Final 1º e 2º - dois 1ºs de cada grupo					
9	5	4							2	2	Final 1º e 2º - dois 1ºs de cada grupo					
10	5	5							2	2	Final 1º e 2º - dois 1ºs de cada grupo					
11	6	5							2	2	Final 1º e 2º - dois 1ºs de cada grupo					
12	6	6							2	2	Final 1º e 2º - dois 1ºs de cada grupo					

- a. No caso de empate, este será decidido de acordo com o mencionado nas regras de arbitragem;

### 3) LK – no Kata

- a. A prova será dividida por escalão, género, 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 realizam duas (2) Katas, apurando-se para a fase seguinte através do somatório das pontuações obtidas nas duas (2) rondas;
- c. 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						
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

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						
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

## FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

- d. No caso de empate, este será decidido de acordo com o mencionado nas regras de arbitragem;
- e. 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			4 grupos			8 grupos		
1A	vs	2B	1A	vs	2C	1A	vs	1B
2A	vs	1B	2A	vs	1C	1C	vs	1D
			1B	vs	2D	1E	vs	1F
			2B	vs	1D	1G	vs	1H

#### 4) LEK no Kata

- a. Quadro de apuramento de grupos da LEK:

N.º de Inscrições	Grupo								Apurados							
	A	B	C	D	E	F	G	H	A	B	C	D	E	F	G	H
1	1								classificação final direta							
2	2								classificação final direta							
3	3								Finalíssima 1º e 2º							
4	4								Finalíssima 1º e 2º							
5	5								Finalíssima 1º e 2º							
6	3	3							2	2	Final 1º e 2º - dois 1ºs de cada grupo					
7	4	3							2	2	Final 1º e 2º - dois 1ºs de cada grupo					
8	4	4							2	2	Final 1º e 2º - dois 1ºs de cada grupo					
9	5	4							2	2	Final 1º e 2º - dois 1ºs de cada grupo					
10	5	5							2	2	Final 1º e 2º - dois 1ºs de cada grupo					
11	6	5							2	2	Final 1º e 2º - dois 1ºs de cada grupo					
12	6	6							2	2	Final 1º e 2º - dois 1ºs de cada grupo					

- b. No caso de empate, este será decidido de acordo com o mencionado nas regras de arbitragem.

### ARTIGO 6º SORTEIO

- 1) No sorteio na LK nas segunda e restantes etapas intervêm dois tipos de nomenclatura de atletas:
- CS** – Atletas cabeças de série;
  - A** – Atletas de inscrição normal.

## **FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL**

### **ARTIGO 7º**

#### **PRÉMIOS**

- 1) Os 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 na Liga Elite de Karate que será divulgado.

### **ARTIGO 8º**

#### **EXCEÇÕES**

- 1) Ausências à competição oficial da FNK-P:
  - a. Todas as ausências devem ser comunicadas antes do sorteio dos grupos em documento oficial do clube ou associação dirigida à Direção da FNK-P.
  - b. As ausências não comunicadas antes do sorteio dos grupos implica a não devolução dos valores pagos pela inscrição

### **ARTIGO 9º**

#### **CASOS OMISSOS**

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

## ANEXO VII - REGULAMENTO ESPECÍFICO DO TORNEIO DAS SELECÇÕES

### ARTIGO 1º

#### GENERALIDADES

- 1) O torneio das seleções é uma competição oficial da FNK-P por equipas, 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

### 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 competição oficial da FNK-P de participação por representação exclusiva das Associações usando o nome das mesmas.
- 3) É uma competição oficial da FNK-P por equipas dos dois géneros masculina e feminina nas disciplinas de Kata e Kumite.
- 4) Em qualquer das etapas, a participação é livre a qualquer equipa Associativa.
- 5) 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 realiza-se 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.

### 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.

# FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

## ARTIGO 4º

### COMPOSIÇÃO DAS EQUIPAS

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

<b>ESCALÃO</b>	<b>KUMITE MASCULINO</b>	<b>KUMITE FEMININO</b>	<b>KATA</b>
<b>Seniores</b>	5+2 competidores	3+1 competidoras	3+1 competidores(as)
<b>Juvenis</b>	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 na competição oficial da FNK-P.

### 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.





# FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

## ANEXO X – REGRAS DE COMPETIÇÃO WKF

## ANEXO XI – ADAPTAÇÕES ÀS REGRAS DE COMPETIÇÃO WKF

- 1) Regras de Competição de Kata
  - a. Se o número de atletas for 11-24 são formados dois grupos. Depois do primeiro Kata, os 4 melhores atletas formam dois grupos de quatro e o segundo Kata determina a classificação para os 6 atletas (3 de cada grupo) que prosseguem na competição para a terceira volta pelas medalhas da forma habitual;
  - b. Existirá exceção quando no dia da competição faltarem vários competidores inscritos e já sorteados e num grupo só estejam cinco ou menos competidores. Nessa situação, os competidores serão apurados para disputa de medalha, final ou bronze, só necessitando executar duas Katas.
- 2) Resolução de Empates
  - a. Sistema de Eliminatória por grupos de 8 atletas – os competidores terão de executar novo Kata (de acordo com as regras do respetivo Escalão)
  - b. Sistema de Eliminatória Round-Robin por grupos de 4 atletas – os competidores terão de executar novo Kata (de acordo com as regras do respetivo Escalão).
- 3) Proteções
  - a. O atual regime de utilização de proteções para a competição de Kumite será mantido;
  - b. É obrigatório o uso de coquilha nos escalões Cadete, Júnior, Sub21 e Sénior.