

---

## Departamento de Provas e Competições

### I Liga de Karate (LK)

Época 2020/2021

Lisboa, 20 de novembro de 2020

Exmos. Associados,

A I Liga de Karate encontra-se estabelecida no calendário federativo e agendada para os dias **13 de dezembro de 2020**, no Pavilhão **Altice Arena**, situado no **Parque das Nações, Rossio dos Olivais, Lote 2.13.01A, 1990-231 Lisboa**.

#### Para estas provas informámos:

- Inscrição de atletas: **gratuito**;
- Inscrição de treinadores: **gratuito**;
- Apenas serão aceites inscrições através da plataforma da FNK-P dentro do prazo estabelecido;
- Em anexo a este ofício encontram o resumo dos prazos para a organização do evento quanto às inscrições, divulgação e retificação de dados, sorteio e programa, data do evento e divulgação dos resultados;
- Todos os regulamentos sobre o evento, encontram-se no Regulamento Geral de Provas.

As disciplinas e categorias de peso previstas para a I Liga de Karate (LK):

- Kata Cadete, Júnior e Sénior (masculino e feminino);
- Kumite Cadete masculino -57kg, -67kg e +67kg;
- Kumite Cadete feminino -47kg, -54kg e +54kg;
- Kumite Júnior masculino -61kg, -71kg e +71kg;
- Kumite Júnior feminino -53kg, -63kg e +63kg;
- Kumite Sénior masculino -67kg, -75kg e +75kg;
- Kumite Sénior feminino -55kg, -61kg e +61kg.

#### PROGRAMA PROVISÓRIO

Com o objetivo de todos se organizarem disponibilizamos para as Associações, Clubes, Treinadores e Atletas o seguinte programa provisório;

I Liga de Karate	
domingo, 13 de dezembro 2020	
09h00	Cerimónia protocolar de abertura
17h00	Cerimónia protocolar de encerramento

## NOTAS IMPORTANTES

- As disciplinas dos escalões de Cadetes e Juniores poderão sofrer alterações (cancelamento ou adiamento);
- A divulgação dos sorteios será acompanhada de um programa com horário definido;
- A confirmação da presença dos atletas será na área da acreditação;
- As pesagens serão efetuadas por técnicos da equipa de Arbitragem de acordo com o horário estabelecido no programa;
- Somente será aceite como documento identificativo um Cartão de Cidadão válido que terá de ser mostrado em dois momentos: na pesagem e na mesa do tatami escalonado para a competição;
- Os treinadores e atletas devem cumprir estritamente o horário estipulado;
- Qualquer assunto sobre o evento deve ser enviado para o email [provas@fnkp.pt](mailto:provas@fnkp.pt);
- Apenas é permitido o acesso à competição aos treinadores que preencherem os requisitos descritos no Regulamento Geral de Provas.

## NORMAS DE PROTEÇÃO, HIGIENE E SEGURANÇA ESPECÍFICO COVID-19

Face aos desenvolvimentos mais recentes e orientativos, salientamos para já, algumas das normas que iram ser implementadas com a finalidade de conhecimento prévio de alguns requisitos.

- 1) A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). Esta manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta), dores musculares generalizadas, cefaleias (dores de cabeça), fraqueza, e, com menor frequência, náuseas/vómitos e diarreia.
- 2) Nos termos da responsabilidade civil, social e desportiva da FNK-P, e conforme estabelecido no ponto 15) da Orientação da DGS nº036/2020 de 25 de agosto, para a prática desportiva federada, em contexto competitivo, nomeadamente na I Liga de Karate – escalão Sénior, em regime presencial, no próximo dia 13 de dezembro, a FNK-P irá emitir um protocolo específico com um conjunto de normas a cumprir dos quais destacamos desde já:
  - a) Todos os intervenientes envolvidos no evento estão obrigados a preencher, datar, assinar e entregar aquando da acreditação, o termo de responsabilidade, conforme se junta, e previsto na Orientação DGS nº036/2020 de 25 de agosto;
  - b) Será anotado o registo de todos os intervenientes na entrada, com o nome, contato, hora de entrada e saída;
  - c) Todos os intervenientes envolvidos no evento serão sujeitos à realização do Teste Rápido de Antígeno (TRAg) ao SARS-CoV-2, para a proteção dos participantes na respetiva prova, proteção da saúde pública e para mitigar o impacto da pandemia nos serviços de saúde, conforme programa a divulgar atempadamente;
  - d) A realização dos testes obedece a um programa para o efeito para todos os intervenientes e após os mesmos ninguém pode sair do espaço do evento. No caso dos atletas serão imediatamente encaminhados a zona destinada à competição;
  - e) Obrigatório o uso de máscara em todo o espaço do evento e para todos os AD;

- f) Estão dispensados da obrigatoriedade do uso de máscara os atletas durante a sua performance competitiva;
- g) Estarão disponíveis dispensadores de solução antisséptica de base alcoólica (gel desinfetante) em vários pontos estratégicos;
- h) Será efetuada, a todos os intervenientes, a medição de temperatura corporal e desinfeção de mãos e calçado à entrada;
- i) Todos os intervenientes deverão respeitar e fazer respeitar a distância social mínima de 2m, nomeadamente em contexto de não realização de exercício físico;
- j) Haverá limpeza e desinfeção do espaço, materiais e equipamentos a utilizar, nomeadamente da área de competição após um escalão por disciplina;
- k) É obrigatória a desinfeção pelo próprio atleta (com desinfetante seu) dos equipamentos e materiais pessoais antes e durante a sua performance.

A FNK-P aconselha o seguinte:

1. Efetuar teste PCR 48 horas antes do evento;
2. Se qualquer interveniente tiver algum sintoma, ou suspeita, não pode ter qualquer ação no evento;
3. Lavagem frequente das mãos com água e sabão, bem como a sua desinfeção;
4. Tossir ou espirrar para o braço com o cotovelo fletido e não para as mãos evitando tocar nos olhos, nariz e boca;
5. Proibida a presença de público no evento, conforme estabelecido no ponto 1) do artigo 22º da Resolução do Conselho de Ministros nº 92-A/2020, de 2 de novembro.

O “Protocolo Específico” servirá de ferramenta estratégica na preparação e resposta para a prevenção e contenção de uma forma transversal a todos os participantes no evento, tendo em conta a saúde pública e a responsabilidade cívica. Apelamos a todos o seu estrito cumprimento e salientamos que quem prevaricar será chamado à responsabilidade.

A FNK-P e o Diretor de Provas e Competições estão disponíveis para auxiliar e esclarecer qualquer dúvida sobre este assunto.

Os nossos cumprimentos,

O Presidente da FNK-P



(Carlos Alexandre Silva)

O Diretor de Provas da FNK-P



(Jorge Sousa)