



# REGULAMENTO DE PROVAS E COMPETIÇÕES

(Aprovado em Reunião de Direção de 7 de agosto de 2025)

**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.....	7
ARTIGO 9º COMPETIDORES .....	8
ARTIGO 10º CREDENCIAL DE COMPETIDORES .....	9
ARTIGO 11º TREINADORES.....	10
ARTIGO 12º CREDENCIAL DE TREINADORES .....	11
ARTIGO 13º PARTICIPAÇÃO NA FASE NACIONAL .....	11
ARTIGO 14º SORTEIOS .....	11
ARTIGO 15º SISTEMAS DE DISPUTA.....	12
ARTIGO 16º PATROCÍNIOS E EMBLEMAS.....	12
ARTIGO 17º PROVAS.....	13
ARTIGO 18º PESAGENS .....	13
ARTIGO 19º LOCAIS DE COMPETIÇÃO .....	13
ARTIGO 20º CLASSIFICAÇÕES E TÍTULOS.....	14
ARTIGO 21º ENTREGA DE TROFÉUS.....	14
ARTIGO 22º CONTROLO ANTI-DOPAGEM.....	15
ARTIGO 23º PROTESTOS .....	15
ARTIGO 24º HOMOLOGAÇÃO .....	15
ARTIGO 25º RECURSO HIERÁRQUICO .....	15
ARTIGO 26º COMPETÊNCIA ORGANIZATIVA.....	16
ARTIGO 27º ESPECIFICIDADE DA COMPETIÇÃO OFICIAL DA FNK-P.....	16
ARTIGO 28º PROVAS NÃO OFICIAIS.....	16
ARTIGO 29º DIVERSOS .....	16
ANEXO I – REGULAMENTO ESPECÍFICO DO CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL .....	18
ARTIGO 1º PROVAS.....	18
ARTIGO 2º NÚMERO DE COMPETIDORES E APURAMENTO .....	18
ARTIGO 3º NÚMERO MÍNIMO DE INSCRITOS E APURAMENTO .....	18
ARTIGO 4º APURAMENTOS AUTOMÁTICOS .....	19

ARTIGO 5º PARTICIPAÇÃO EM MAIS DO QUE UM ESCALÃO E DISCIPLINA .....	19
ARTIGO 6º DISTRIBUIÇÃO DOS CLUBES .....	19
ARTIGO 7º DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES.....	19
ANEXO II – REGULAMENTO ESPECÍFICO DAS PROVAS DE KUMITE NOS ESCALÕES DE FORMAÇÃO.....	20
ARTIGO 1º GENERALIDADES.....	20
ANEXO III – REGULAMENTO ESPECÍFICO DO CAMPEONATO NACIONAL DE CLUBES.....	21
ARTIGO 1º GENERALIDADES.....	21
ARTIGO 2º DISCIPLINAS E ESCALÕES .....	21
ARTIGO 3º INSCRIÇÕES .....	21
ARTIGO 4º COMPOSIÇÃO DAS EQUIPAS.....	21
ARTIGO 5º DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES.....	22
ANEXO IV – REGULAMENTO ESPECÍFICO DA TAÇA DE PORTUGAL .....	23
ARTIGO 1º GENERALIDADES.....	23
ARTIGO 2º NÚMERO DE INSCRITOS.....	23
ARTIGO 3º SISTEMA DE DISPUTA .....	23
ARTIGO 4º DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES.....	23
ANEXO V – REGULAMENTO ESPECÍFICO DO CAMPEONATO DAS SELECÇÕES .....	24
ARTIGO 1º GENERALIDADES.....	24
ANEXO VI – REGULAMENTO ESPECÍFICO DA LIGA DE KARATE (LK).....	25
ARTIGO 1º GENERALIDADES.....	25
ARTIGO 2º NÚMERO DE INSCRITOS.....	25
ARTIGO 3º SISTEMA DE DISPUTA .....	25
ARTIGO 4º DÚVIDAS E/OU INTERPRETAÇÕES.....	25
ANEXO VII – LISTA DE KATA PARA PROVAS DOS ESCALÕES DE FORMAÇÃO .....	26

## 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, entre 1 de setembro e 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 atletas com a quota, seguro e exame médico desportivo atualizado para a época em curso;
  - d. Aos Treinadores com a quota, seguro e exame médico desportivo atualizado para a época em curso, possuidores da qualificação mínima de Treinador Grau I e Título Profissional de Treinador de Desporto emitido pelo IPDJ e válido.
- 4) Todos os casos omissos, interpretações e esclarecimentos sobre o presente Regulamento, serão elaborados pelo Departamento de Provas e Competições. Para tal, deverão os responsáveis das Associações ou Clubes enviar um comunicado oficial, para o email do Departamento de Provas e Competições ([provas@fnkp.pt](mailto:provas@fnkp.pt)), com conhecimento do Presidente ([presidente@fnkp.pt](mailto:presidente@fnkp.pt)) e do 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 e respetiva designação, que não é considerada exaustiva nem exclusiva, é a seguinte:
  - a. Campeonato Nacional de Individuais;
  - b. Campeonato Nacional de Clubes;
  - c. Taça de Portugal;
  - d. Campeonato das Seleções Regionais;
  - e. Liga de Karate;
- 2) As provas calendarizadas no âmbito do presente regulamento poderão não se realizar por motivos de ordem financeira ou por razões de interesse desportivo nacional, devidamente fundamentadas e decididas pela Direção da FNK-P.

## 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-

P reconheça as competições referidas neste ponto, terão de cumprir os requisitos descritos no anexo I do presente regulamento e que dele é parte integrante.

- 3) 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 a FNK-P dar conhecimento atempado às Associações.
- 4) 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 tal 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 individuo;
  - 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:

Norte	Centro Norte	Centro Sul	Sul	Açores	Madeira
-------	--------------	------------	-----	--------	---------

- 2) Os distritos de cada região são distribuídos da seguinte forma:

<b>Norte</b>	<b>Centro Norte</b>	<b>Centro Sul</b>	<b>Sul</b>	<b>Açores</b>	<b>Madeira</b>
--------------	---------------------	-------------------	------------	---------------	----------------

Braga Bragança Porto Viana do Castelo Vila Real	Aveiro Castelo Branco Coimbra Guarda Leiria Portalegre Viseu	Lisboa Santarém Setúbal	Beja Évora Faro	Região única (Açores)	Região única (Madeira)
---	--	-------------------------------	-----------------------	--------------------------	---------------------------

- 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 terão de se inscrever diretamente na fase Nacional.

## ARTIGO 7º

### ESCALÕES

- 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.
- Os competidores são distribuídos pelos seguintes escalões etários:

Kata		Kumite	
Individual	Equipa	Individual	Equipa
Até 9 anos (Infantis)	_____	_____	_____
10/11 anos (Iniciados)	_____	10/11 anos (Iniciados)	_____
12/13 anos (Juvenis)			
14/15 anos (Cadetes)			
16/17 anos (Juniões)			
18/21 anos (Sub21)	_____	18/21 anos (Sub21)	_____
Mais de 16 anos (Seniores)		Mais de 18 anos (Seniores)	

- 3) A atribuição dos escalões será conforme o Mapa de Idades a divulgar no início de cada época desportiva.

## ARTIGO 8º

### CATEGORIAS DE PESOS

- 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.

Categorias de peso											
Escalões masculinos						Escalões femininos					
Iniciado	Juvenil	Cadete	Júnior	Sub21	Sénior	Iniciado	Juvenil	Cadete	Júnior	Sub21	Sénior
-30kg	-40kg	-52kg	-55kg	-60kg	-60kg	-30kg	-40kg	-47kg	-48kg	-50kg	-50kg
-37kg	-45kg	-57kg	-61kg	-67kg	-67kg	-37kg	-45kg	-54kg	-53kg	-55kg	-55kg
-44kg	-50kg	-63kg	-68kg	-75kg	-75kg	-44kg	-50kg	-61kg	-59kg	-61kg	-61kg
-54kg	-55kg	-70kg	-76kg	-84kg	-84kg	-54kg	-55kg	+61kg	-66kg	-68kg	-68kg
+54kg	-60kg	+70kg	+76kg	+84kg	+84kg	+54kg	+55kg		+66kg	+68kg	+68kg
	+60kg										

## ARTIGO 9º

### COMPETIDORES

- 1) As inscrições nas competições oficiais da FNK-P serão registadas na plataforma SGI da FNK-P, sendo este o único meio de comunicação válido para estes registos.
- 2) Os competidores terão de estar devidamente filiados na FNK-P para se poderem inscrever em competições oficiais. Caso haja necessidade de qualquer validação por parte dos serviços administrativos da FNK-P, a título de exemplo, validação de Associação ou Clube ou transferência de atletas, as Associações ou Clubes deverão solicitá-las atempadamente. Os pedidos com necessidade de validação não terão efeitos durante os prazos destinados às inscrições dos competidores nas competições oficiais da FNK-P.
- 3) Qualquer Campeonato e suas fases, cujas inscrições sejam abertas num ano civil diferente do ano civil do campeonato (ex.: inscrição em dezembro e campeonato em janeiro), e a inscrição e pagamento tenham sido efetuados no ano civil anterior, é obrigatório o pagamento das respetivas quotas federativas e seguro do ano civil do campeonato.
- 4) Qualquer competidor pode ser transferido de clube em qualquer altura da época desportiva ou ano civil. No entanto, só poderá representá-lo em competições oficiais da FNK-P após mudar a época desportiva ou o ano civil.
- 5) Qualquer competidor não poderá representar um novo clube caso tenha representado o antigo clube em qualquer competição oficial da FNK-P, com a exceção do cumprimento da alínea anterior.
- 6) A participação de um competidor ou equipa, em qualquer competição oficial da FNK-P, implica a respetiva inscrição e pagamento na mesma. Os procedimentos, prazos de inscrição e pagamentos serão divulgados em ofício do Departamento de Provas e Competições.
- 7) O registo dos dados dos competidores e quaisquer alterações são da inteira responsabilidade da Associação ou Clube que as registou.
- 8) Os dados necessários à inscrição de atletas nas competições oficiais da FNK-P podem ser editados durante o período estabelecido em comunicado, na plataforma SGI da FNK-P.

- 9) O prazo destinado às inscrições será dividido em duas fases e com duas taxas diferentes. As datas para estas fases são divulgadas com o ofício de abertura. Os valores encontram-se estabelecidos no Regulamento de Taxas.
- 10) Todas as inscrições e respetivos pagamentos terão de estar devidamente efetivados até à data estabelecida, caso contrário não transitarão para a fase dos sorteios. Findo este período não haverá possibilidade de qualquer inscrição, alteração ou pagamento.
- 11) 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, Taça de Portugal, Ligas de Karate (LK), Ligas Elite de Karate (LEK) e Campeonato ProRanking.
  - 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.
- 12) 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 com a 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.
- 13) O documento de identificação tem de ser apresentado nas pesagens e no tatami. A apresentação e devolução do Cartão de Cidadão nos dois momentos exigidos é da responsabilidade dos competidores.

## **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 durante o período destinado às credenciações.
- 2) Os competidores têm de colocar a credencial de forma a estar sempre bem visível para ter acesso a área de aquecimento e de competição.
- 3) O competidor terá de entregar a credencial na altura da chamada, a qual ser-lhe-á restituída após terminar a sua performance.
- 4) A credencial de competidor pode ser solicitada um número indeterminado de vezes.
- 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) As inscrições nas competições oficiais da FNK-P serão registadas na plataforma SGI da FNK-P, sendo este o único meio de comunicação válido para estes registos.
- 2) Os treinadores terão de estar devidamente filiados na FNK-P para se poderem inscrever em competições oficiais. Caso haja necessidade de qualquer validação por parte dos serviços administrativos da FNK-P, a título de exemplo, validação de Associação ou Clube ou transferência de atletas, as Associações ou Clubes deverão solicitá-las atempadamente. Os pedidos com necessidade de validação não terão efeitos durante os prazos destinados às inscrições dos competidores nas competições oficiais da FNK-P.
- 3) Qualquer Campeonato e suas fases com 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.
- 4) O registo dos dados dos treinadores e quaisquer alterações são da inteira responsabilidade da Associação ou Clube que as registou.
- 5) Os dados necessários à inscrição de treinadores nas competições oficiais da FNK-P podem ser editados durante o período estabelecido em comunicado, na plataforma SGI da FNK-P.
- 6) O prazo destinado às inscrições será dividido em duas fases e com duas taxas diferentes. As datas para estas fases são divulgadas com o ofício de abertura. Os valores encontram-se estabelecidos no Regulamento de Taxas.
- 7) Todas as inscrições e respetivos pagamentos terão de estar devidamente efetivados até à data estabelecida, caso contrário não transitarão para a fase da acreditação. Findo este período não haverá possibilidade de qualquer inscrição, alteração ou pagamento.
- 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 com qualquer outra função no decorrer desse campeonato.
- 11) Os treinadores para poderem exercer a sua 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) Os treinadores inscritos pelas entidades responsáveis, associações ou clubes, nas competições oficiais organizadas pela Federação, que se encontrem comprovadamente ao serviço da FNK-P, podem inscrever um treinador substituto, dentro dos prazos estabelecidos para o efeito. Este treinador deverá possuir 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. O cumprimento do estabelecido na alínea 1) e 2) do presente artigo;
  - b. Inscrever-se na competição oficial da FNK-P através do seu clube, dentro do prazo estabelecido para as inscrições;
- 15) Solicitar por e-mail à FNK-P o pedido da credencial exclusiva para aquela competição oficial da FNK-P tendo para isso de informar o seu número federativo e primeiro e último nome.

## **ARTIGO 12º**

### **CREDENCIAL DE TREINADORES**

- 1) Os treinadores que frequentem a Acreditação de Treinadores ficam aptos a exercer as suas funções e com acesso à área de competição. A credencia 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 suas funções. A credencial de treinador é propriedade efetiva da FNK-P.
- 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 treinador 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 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.

## **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;

- c. Os Treinadores;
  - d. Os representantes da Comunicação Social.
- 2) 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.
  - 3) A FNK-P estabelecerá cabeças de série para a fase final do Campeonato Nacional de Infantis, Iniciados e Juvenis. Estes serão os dois finalistas da edição anterior e os Campeões Regionais da presente época, num total máximo de 8 cabeças de série da respetiva disciplina, escalão e categoria de peso.
  - 4) A FNK-P estabelecerá cabeças de série para o Campeonato Nacional de Clubes. Estes serão as equipas medalhadas na edição anterior, num total máximo de 4 cabeças de série da respetiva disciplina, escalão e categoria de peso.
  - 5) A FNK-P estabelecerá cabeças de série para as fases finais do Campeonato Nacional de Cadetes, Juniores e Sub21, Campeonato Nacional de Seniores, Taça de Portugal e Liga de Karate. Estes serão os dois finalistas da edição anterior e os dois primeiros atletas do Ranking Nacional da FNK-P, num total máximo de 4 cabeças de série da respetiva disciplina, escalão e categoria de peso.
  - 6) Caso seja realizada a primeira edição de uma competição oficial da FNK-P, os cabeças de série serão os atletas até à quarta classificação do Ranking Nacional da FNK-P num total máximo de 4 cabeças de série da respetiva disciplina, escalão e categoria de peso.
  - 7) Os critérios para a realização dos sorteios são a separação dos atletas cabeça de série e de atletas do mesmo Clube. Caso não seja possível o alcance dos dois critérios, a separação dos atletas cabeças de série prevalece.

## **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 Acreditação devem ser comunicadas as situações de faltas de comparência, cuja justificação se encontre após a data estabelecida para o sorteio.
- 3) Os competidores ou equipas terão de estar no local da prova com a antecedência prevista no ofício divulgado com o programa e escalonamento.
- 4) A chamada dos competidores será na área destinada ao aquecimento, nesta altura serão comunicados a prova e o tatami onde irá decorrer a competição. Estes serão chamados pelo primeiro e último nome e se necessário pelo Clube ou Associação.
- 5) Deverá o treinador indicar, aquando da chamada, a eventual ausência do(s) competidor(es), por forma a evitar 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 do peso implica a eliminação de todas as provas de Kumite e conseqüente 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 e que dele é parte integrante.
- 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) Em todas as competições oficiais da FNK-P, com nomenclatura “Nacional” atribuir-se-á as seguintes classificações e títulos:
  - a. Campeã/o Nacional de Kata do respetivo escalão;
  - b. Vice-Campeã/o Nacional de Kata do respetivo escalão;
  - c. Dois 3º Classificados de Kata do respetivo escalão;
  - d. Campeã/o Nacional de Kumite do respetivo escalão e categoria de peso;
  - e. Vice-Campeã/o Nacional de Kumite do respetivo escalão e categoria de peso;
  - f. Dois 3º Classificados de Kumite do respetivo escalão e categoria de peso;
- 3) Em todas as competições oficiais da FNK-P, sem nomenclatura “Nacional” atribuir-se-á as seguintes classificações e títulos:
  - a. 1º Classificado da respetiva competição oficial da FNK-P de Kata no respetivo escalão;
  - b. 2º Classificado da respetiva competição oficial da FNK-P de Kata no respetivo escalão;
  - c. Dois 3º Classificados da respetiva competição oficial da FNK-P de Kata no respetivo escalão;
  - d. 1º Classificado da respetiva competição oficial da FNK-P de Kumite no respetivo escalão e categoria de peso;
  - e. 2º Classificado da respetiva competição oficial da FNK-P de Kumite no respetivo escalão e categoria de peso;
  - f. Dois 3º Classificados da respetiva competição oficial da FNK-P de Kumite no respetivo escalão e categoria de peso;
- 4) Nas competições coletivas existirá um troféu para o clube e medalhas para os competidores.
- 5) Nas competições do escalão infantil, iniciado e juvenil poderão ser fornecidos diplomas de participação a todos os competidores.

## **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 calçado desportivo.
- 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 estar 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 poderão ser apresentados pelos treinadores inscritos naquela competição oficial da FNK-P ou por representante oficial do clube.
- 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 publicação dos resultados desportivos duma prova de determinada competição oficial da FNK-P, e que obrigue a alteração de algum resultado, serão publicados os novos resultados e a prova será considerada homologada, caso não haja protesto à alteração, três dias após a colocação pública dos novos resultados retificados.

## **ARTIGO 25º**

### **RECURSO HIERÁRQUICO**

- 1) As associações ou 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.

## **ARTIGO 27º**

### **ESPECIFICIDADE DA 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 aos competidores e treinadores inscritos em determinada prova tendo de usar a respetiva credencial, técnicos de arbitragem convocados, equipa médica, membros da organização, Direção da FNK-P e convidados.

# **ANEXOS**

## ANEXO I – REGULAMENTO ESPECÍFICO DO CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL

### ARTIGO 1º

#### PROVAS

- 1) O Campeonato Nacional de Individuais compreende as seguintes disciplinas e provas:

Disciplina	Infantis	Iniciados	Juvenis	Cadetes	Juniores	Sub21	Seniores
KATA	Masculino						
	Feminino						
KUMITE	_____	Masculino	Masculino	Masculino	Masculino	Masculino	Masculino
	_____	Feminino	Feminino	Feminino	Feminino	Feminino	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) competidores por cada categoria de peso em Kumite, na ausência de Fases Regionais podem se inscrever quatro (4) competidores por Clube em Kata e quatro (4) competidores por cada categoria de peso em Kumite, na Fase Nacional.
- 2) Passam à Fase Nacional o primeiro (1º) classificado, o segundo (2º) classificado e os dois terceiros (3º) classificados nas respetivas Fases Regionais.
- 3) Nas duas (2) regiões onde houver maior número de inscritos participantes, para além dos competidores referidos no ponto anterior deste artigo, passam à Fase Nacional mais quatro (4) atletas das respetivas Fases Regionais, estes serão os dois (2) quintos (5º) classificados e os dois (2) 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 dois (2) atletas.
- 2) Nas provas de Kata, caso as inscrições não atinjam o número previsto no ponto anterior 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 com direito a lugar de pódio.
- 3) Nas provas de Kumite, caso as inscrições não atinjam o número previsto no primeiro ponto deste artigo 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 com 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 Nacional 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 o primeiro ponto do ARTIGO 3º 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 de Seniores.
- 2) Qualquer competidor poderá competir em mais do que um escalão e no mesmo dia, desde que se enquadre corretamente nesses escalões de acordo com o Mapa de Idades.

## **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 II – 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 ou o pé;
  - d. Será aplicado o regulamento com o maior rigor nos contactos excessivos no abdómen, peito, costas e a todos os pontos referenciados no Artigo 8º (comportamentos proibidos) das Regras de Arbitragem;
  - e. Será penalizado o competidor que se baixar deliberadamente;
  - f. Existe regra dos 10 segundos;
  - g. O equipamento obrigatório são a boquilha, as luvas, as peseiras o capacete e o protetor do tronco.
- 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) das Regras de Arbitragem;
  - d. Nas técnicas Jodan serão aplicadas as regras do escalão cadete;
  - e. Existe regra dos 10 segundos;
  - f. O equipamento obrigatório é o igual ao escalão cadete.
- 3) Nestes escalões é permitido o uso de óculos desportivos, tendo de ser aprovados antes do início da prova pelo Conselho de Arbitragem ou o seu representante.
- 4) As provas oficiais de Kata são feitas de acordo com as Regras de Arbitragem e Regras de Kata da FNK-P com a exceção de não existem desclassificações nos escalões de Infantis. A nota mais baixa dada pelos técnicos de arbitragem será de 5.0..

## ANEXO III – 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 poderão inscrever-se 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.

### ARTIGO 2º

#### DISCIPLINAS E ESCALÕES

- 1) Os competidores são distribuídos pelas seguintes disciplinas e escalões para esta competição oficial da FNK-P:

Kata Equipa masculino e feminino		
Juvenis	Cadetes / Juniores	Seniores

Kumite Equipa masculino e feminino			
Juvenis	Cadetes	Juniores	Seniores

- 2) Cada competidor de Kata e Kumite só poderá participar numa equipa e num escalão representando um Clube.

### ARTIGO 3º

#### 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 4º

#### COMPOSIÇÃO DAS EQUIPAS

- 1) As equipas terão a seguinte composição:

Escalões	Kata Masculino e Feminino
Juvenis	3+1 competidores (as)
Cadetes / Juniores	3+1 competidores (as)
Seniores	3+1 competidores (as)

<b>Escalões</b>	<b>Kumite Masculino</b>	<b>Kumite Feminino</b>
Juvenis	3+1 competidores	3+1 competidoras
Cadetes	3+1 competidores	3+1 competidoras
Juniores	3+2 competidores	3+2 competidoras
Seniores	5+2 competidores	3+2 competidoras

- 2) Na primeira ronda da disciplina de Kumite, a presença de todos os elementos que constituem as equipas é obrigatória de acordo com o número de elementos do quadro acima.
- 3) Na disciplina de Kata é necessário Bunkai na disputa de medalhas, exceto para os juvenis.
- 4) Nas equipas de juvenis poderá participar um(a) (1) atleta iniciado(a).

## **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 IV – 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 Juvenis, Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores, masculino e feminino e de participação por equipas, nos escalões de Juniores e Seniores, masculino e feminino.
- 2) A realização dos escalões acima dependerá da realização do Campeonato do Mundo da WKF. No início de cada época desportiva estabelecer-se-á os escalões que participarão na Taça de Portugal.

### ARTIGO 2º

#### NÚMERO DE INSCRITOS

- 1) Podem-se inscrever quatro (4) competidores por Clube em Kata e quatro (4) competidores por Clube em Kumite por cada categoria de peso, duas (2) equipas de Kata por cada Clube e duas (2) equipas de Kumite por cada Clube, em cada escalão etário.
- 2) Nas provas de Kata e Kumite o número mínimo de inscritos por prova é de 2 atletas ou clubes.
- 3) Nas provas de Kata individual, Kata equipa e Kumite equipa, caso as inscrições não atinjam o número previsto no ponto anterior ou haver alguma desistência de última hora, os atletas têm, obrigatoriamente, que apresentar-se na chamada para serem validados e passarem a ser automaticamente vencedores da Taça de Portugal e com direito a lugar de pódio.
- 4) Nas provas de Kumite individual, caso as inscrições não atinjam o número previsto no segundo ponto deste artigo ou haver alguma desistência de última hora, os atletas têm, obrigatoriamente, que se pesar para serem validados e passarem a ser automaticamente vencedores da Taça de Portugal e com direito a lugar de pódio.

### ARTIGO 3º

#### SISTEMA DE DISPUTA

- 1) A Taça de Portugal é realizada em sistema de eliminação simples e direta, com repescagens para os terceiros classificados.

### ARTIGO 4º

#### 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 V – REGULAMENTO ESPECÍFICO DO CAMPEONATO DAS SELECÇÕES

### ARTIGO 1º

#### GENERALIDADES

- 1) O Campeonato 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	
Iniciados (10-11 anos)	Feminino
	Masculino
Juvenis (12-13 anos)	Feminino
	Masculino
KATA	
Iniciados (10-11 anos)	Feminino
	Masculino
Juvenis (12-13 anos)	Feminino
	Masculino

Tabela 1

ESCALÕES DE ESPECIALIZAÇÃO	
KUMITE	
Cadetes (14-15 anos)	Feminino
	Masculino
Juniores (16-17 anos)	Feminino
	Masculino
Seniores (+18 anos)	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 Campeonato das seleções no respetivo escalão;
  - 2º Classificado do Campeonato das seleções no respetivo escalão;
  - Dois 3º Classificados do Campeonato das seleções no respetivo escalão.

## ANEXO VI – REGULAMENTO ESPECÍFICO DA LIGA DE KARATE (LK)

### ARTIGO 1º

#### GENERALIDADES

- 1) A Liga de Karate (LK) é uma competição oficial da FNK-P de participação individual para os escalões de Juvenis, Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores, masculino e feminino.
- 2) A Liga de Karate (LK) é uma competição oficial da FNK-P de participação individual para os escalões de Juvenis, Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores, masculino e feminino.
- 3) A realização dos escalões acima dependerá da realização do Campeonato do Mundo da WKF. No início de cada época desportiva estabelecer-se-á os escalões que participarão na Liga de Karate (LK).

### ARTIGO 2º

#### NÚMERO DE INSCRITOS

- 1) Podem-se inscrever quatro (4) competidores por Clube em Kata e quatro (4) competidores por Clube em Kumite por cada categoria de peso.
- 2) Nas provas de Kata e Kumite o número mínimo de inscritos por prova é de 2 atletas.
- 3) Nas provas de Kata, caso as inscrições não atinjam o número previsto no ponto anterior ou haver alguma desistência de última hora, os atletas têm, obrigatoriamente, que apresentar-se na chamada para serem validados e passarem a ser automaticamente vencedores da Liga de Karate (LK) e com direito a lugar de pódio.
- 4) Nas provas de Kumite, caso as inscrições não atinjam o número previsto no segundo ponto deste artigo ou haver alguma desistência de última hora, os atletas têm, obrigatoriamente, que se pesar para serem validados e passarem a ser automaticamente vencedores da Liga de Karate (LK) e com direito a lugar de pódio.

### ARTIGO 3º

#### SISTEMA DE DISPUTA

- 1) A Liga de Karate (LK) é realizada em sistema de eliminação simples e direta, com repescagens para os terceiros classificados.

### ARTIGO 4º

#### 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 VII – LISTA DE KATA PARA PROVAS DOS ESCALÕES DE FORMAÇÃO

INFANTIS	INICIADOS	JUVENIS
(Até aos 9 ANOS)	(10-11 ANOS)	(12-13 ANOS)
<p>Katas Básicos:</p> <p>- Da Lista Oficial WKF</p>	<p>Katas Básicos da Lista Oficial WKF:</p> <p>Lista de Katas Iniciados;</p> <p>Goju Ryu</p> <p>Shisochin,</p> <p>Seiyunchin/Seienchin, Sanseru</p> <p>Shito Ryu</p> <p>Seienchin/Seiyunchin, Bassai-Dai, Jion</p> <p>Wado Ryu</p> <p>Kushanku, Chinto, Wanshu</p> <p>Shotokan</p> <p>Bassai-Dai, Jion, Enpi</p>	<p>Katas:</p> <p>- Da Lista Oficial da WKF</p>
<p>Os competidores terão de apresentar, no mínimo, duas (2) Katas básicas diferentes, constantes da Lista Oficial da WKF, alternadamente em cada volta (eliminatória).</p>	<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>

É importante que a Kata apresentada se identifique com a escola do competidor;

Nas equipas será utilizado o mesmo sistema;

Nestes escalões é permitido o uso de óculos na execução da Kata.