

LIGA PORTUGUESA DE KARATE-DO SHOTOKAN

REGRAS DE COMPETIÇÃO¹

Baseadas na versão 3.1 (Nov. 2017)

das *Competition Rules* da

EUROPEAN SHOTOKAN KARATE-DO ASSOCIATION – ESKA

Traduzidas e adaptadas por

Beatriz Craveiro Mendes Calado

Aveiro, 15 de Janeiro de 2019

¹ Nota: os termos usados no masculino representam igualmente o seu equivalente no feminino.

ÍNDICE

Capítulo 1: GLOSSÁRIO	3
Capítulo 2: INTRODUÇÃO	4
§ 1: QUESTÕES GERAIS SOBRE AS REGRAS DE COMPETIÇÃO	4
§ 2: COMPORTAMENTOS	5
Capítulo 3: REGRAS GERAIS PARA A AVALIAÇÃO	7
Capítulo 4: REGRAS DAS PROVAS DE KUMITE	11
§ 1: GENERALIDADES	11
§ 2: PROVAS DE KUMITE INDIVIDUAL	11
§ 3: PROVAS DE KUMITE POR EQUIPAS	13
Capítulo 5: REGRAS PARA AVALIAÇÃO DA COMPETIÇÃO DE KUMITE	15
§ 1: CRITÉRIOS PARA DECISÃO NAS PROVAS DE KUMITE INDIVIDUAL	15
§ 2: CRITÉRIOS PARA DECISÃO EM PROVAS DE KUMITE POR EQUIPAS	20
§ 3: MÉTODOS DE AVALIAÇÃO DE UMA PROVA DE KUMITE	20
Capítulo 6: REGRAS PARA AS PROVAS DE KATA	24
§ 1: GENERALIDADES	24
§ 2: PROVAS DE KATA INDIVIDUAL	24
§ 3: PROVAS DE KATA POR EQUIPA	27
Capítulo 7: REGRAS PARA AVALIAÇÃO DE PROVAS DE KATA	30
§ 1: CRITÉRIOS PARA DECISÃO EM PROVAS DE KATA	30
§ 2: METODOLOGIA PARA AVALIAÇÃO DE PROVAS DE KATA	32
Capítulo 8: ASPECTOS GERAIS	34
§ 1: PROTESTOS CONTRA DECISÕES	34
§ 2: LESÕES OU ACIDENTES DURANTE A PROVA	34
§ 3: ASSUNTOS RELACIONADOS COM SEGURANÇA	35
§ 4: ABANDONO	36
§ 5: ORIENTAÇÃO PELO TREINADOR	36
§ 6: INDUMENTÁRIA E APRESENTAÇÃO	36
§ 7: ÁREA DE COMPETIÇÃO E EQUIPAMENTOS	37
§ 8: PESSOAL (STAFF)	38
ANEXOS	39
ANEXO 1: TERMOS E OS SEUS SIGNIFICADOS	41
ANEXO 2: MÉTODOS USADOS PELO ÁRBITRO	43
ANEXO 3: MÉTODOS USADOS PELOS JUÍZES DE CANTO	44
ANEXO 4: TABELA DE DECISÕES	45
ANEXO 5: PESSOAL (STAFF) DO TORNEIO	46
ANEXO 6: EQUIPAMENTO PARA AS PROVAS	48
ANEXO 7: DIAGRAMAS DA ÁREA DE COMPETIÇÃO	49
ANEXO 8: LISTA DAS KATA DE COMPETIÇÃO DA LPKS/ESKA	52
ANEXO 9: TRAJE OFICIAL	53
ANEXO 10: PARTICIPAÇÃO NUMA PROVA	55
ANEXO 11: REGULAMENTO MÉDICO GERAL	56

Capítulo 1: GLOSSÁRIO

Competição: total de provas² para se obter um título; p.e. competição “Kumite individual sénior feminino do campeonato ESKA 1994”.

Torneio: conjunto de todas as competições num tempo e lugar definidos, p.e. “Campeonato ESKA 2000”.

Anfitrião do Torneio: o seu organizador, normalmente a organização nacional de karate.

Comissão de Arbitragem: comissão para gerir e controlar a aplicação das regras de competição da ESKA.

Gestores de Área de Competição: Árbitros seniores mandatados para gerir a arbitragem numa determinada área de competição.

Juízes: Árbitro-Chefe, Arbitradores, Árbitros³ e Juízes de Canto.

Juízes da Área de Competição: o Arbitrador, o Árbitro e os Juízes de Canto designados para uma determinada área de competição.

Painel de Juízes: Árbitro e Juízes de Canto designados para julgar uma prova (“match”).

Zanshin: estado mental, simultaneamente relaxado e alerta.

Shitei Kata: Kata obrigatória (escolha feita pelo árbitro) de uma lista determinada.

Sentei Kata: Kata ‘livre’ (escolha feita pelo competidor) de uma lista determinada.

Sai Shiai: combate extra (novo), para o qual não transitam advertências ou pontos de combates anteriores.

Comissão de Competição: comissão composta pelo Presidente da ESKA, pelo Director de Competição da ESKA e pelo Árbitro-Chefe do Torneio. É competência desta comissão, tomar, em caso de necessidade, as decisões necessárias relativamente a questões não abrangidas por este Regulamento de Competição.

Dojo-kun:

- Carácter
- Sinceridade
- Esforço
- Etiqueta
- Controlo

² N.T. ‘matches’, na versão inglesa.

³ A designação ‘Árbitro’ é aplicada ao ‘Árbitro Central’ de uma Área de Competição.

Capítulo 2: INTRODUÇÃO

§ 1: QUESTÕES GERAIS SOBRE AS REGRAS DE COMPETIÇÃO

Art. 2.14: **OBJECTIVO DA ESKA**

O objectivo da ESKA é:

- desenvolver o Karate-Do Shotokan Tradicional na Europa através da promoção e fortalecimento de relações amigáveis e de colaboração entre os seus membros
- afirmar-se como um ponto de referência do Karate Shotokan tradicional na Europa
- preservar e desenvolver padrões de referência para o Karate Shotokan tradicional na Europa

(neste contexto, ‘Karate-Do Shotokan Tradicional’ designa a descrição de Karate feita por Nakayama Masatoshi nos seus livros da série ‘Best Karate’)

Art. 2.2: **OBJECTIVOS DAS REGRAS DE COMPETIÇÃO**

Estas regras são estabelecidas com a finalidade de:

- respeitar e cumprir o objectivo da European Shotokan Karate-Do Association (ESKA)
- garantir rigorosa imparcialidade e uniformidade dos métodos de avaliação das competições de Karate
- definir e apoiar a autoridade dos Juízes
- proteger o bem-estar físico e mental dos competidores

Estas regras devem ser aplicadas em todos os encontros competitivos realizados sob a organização e suporte da ESKA.

Art. 2.3: **PADRÕES DE QUALIDADE DAS COMPETIÇÕES DA ESKA**

1. Normas Gerais

Uma vez que a ESKA promove o Karate Shotokan Tradicional, é essencial observar as seguintes normas em competições da ESKA:

- **Atitude Marcial**, através da aplicação do princípio do combate por *Ippon* e respeitando os valores marciais (*dojo-kun*)

⁴ Os artigos referidos fazem parte da Constituição da ESKA.

- A aplicação de ***Kime***, através da capacidade de transmitir o máximo de energia (total de peso corporal, potência, aceleração) para um alvo, num momento de total contracção e controle corporal
- A aplicação de ***Zanshin***, mantendo total consciência antes, durante e após a execução das técnicas, resultando na completa conservação de energia após a execução

2. Normas para Kumite

- Apenas são aceites as técnicas definidas nos livros da série 'Best Karate', de Nakayama Masatoshi
- Os concorrentes deverão respeitar a integridade física e mental do seus adversários
- As acções e as técnicas deverão ser totalmente controladas pelo executante

3. Normas para Kata

- O desempenho de uma Kata deve demonstrar claramente a sua natureza, isto é, a execução de sequências de combate
- As Kata deverão ser executadas segundo os padrões definidos nos livros da série 'Best Karate', de Nakayama Masatoshi

Art. 2.4: **ALTERAÇÃO OU SUPRESSÃO DAS REGRAS DE COMPETIÇÃO**

Todas as alterações ou abolições das presentes regras, no todo ou em parte, estão sujeitas à concordância de mais de dois terços dos membros da Assembleia Geral da ESKA.

Art. 2.5: **OUTROS ASSUNTOS**

No caso de uma situação não prevista no presente regulamento, ou no caso de existirem dúvidas quanto à aplicabilidade do regulamento em dada situação, os membros da Comissão de Arbitragem deverão conferenciar para encontrar uma solução.

Todos os representantes oficiais serão informados dessas decisões e delas será feito um anúncio público.

§ 2: **COMPORTAMENTOS**

Art. 2.6: **COMPORTAMENTO DE TODOS OS ENVOLVIDOS NA COMPETIÇÃO DA ESKA**

O comportamento de todos os envolvidos em competições da ESKA, sejam competidores, treinadores, dirigentes, ou juizes e outros representantes oficiais, deve estar

em conformidade com os valores do Karate-Do expressos no *Dojo-kun*, sendo eles, Carácter, Sinceridade, Esforço, Etiqueta e Controlo.

Qualquer comportamento irregular ou susceptível de colocar em descrédito o Karate, vindo de pessoas ligadas aos competidores, ou seja, treinadores, dirigentes, membros da delegação, adeptos, entre outros, pode resultar na desqualificação do competidor e/ou da equipa.

Capítulo 3: REGRAS GERAIS PARA A AVALIAÇÃO

Art. 3.1: AVALIAÇÃO E DECISÕES SOBRE UMA PROVA ('MATCH')

1. A decisão do resultado de uma prova é feita pelo painel de arbitragem
2. Os Árbitros e Juízes deverão ajuizar a competição de acordo com as Regras de Competição da ESKA
3. A sua autoridade não existe para além destas Regras
4. As decisões dos Juízes são absolutas

Art. 3.2: OS JUÍZES

1. Para ajuizar sobre as provas e as Competições da ESKA serão seleccionados os seguintes representantes oficiais:
 - O Árbitro-Chefe
 - Árbitros
 - Arbitradores
 - Juízes de Canto
 - Gestores de Área de Competição (optativo)
2. O Árbitro-Chefe (e opcionalmente os Gestores de Área de Competição) é designado pela Comissão de Arbitragem
3. O Árbitro, o Arbitrador e os Juízes de Canto para cada Área de Competição são designados pelo Árbitro-Chefe com antecedência ou no início da prova ('match')

A composição de um Painel de Juízes não poderá ser alterada por iniciativa exclusiva dos Juízes que o compõem.

Art. 3.3: OS DEVERES DOS JUÍZES

1. Os Juízes devem ser objectivos e sinceros
2. Os Juízes devem ser imparciais e justos
3. Os Juízes devem ter uma conduta digna e contida
4. Todos os Juízes deverão ter presente que as suas atitudes e comportamentos, correctos ou incorrectos, em especial no que respeita à gestão das provas e respectivas decisões, influenciam decisivamente o interesse e o sucesso de uma competição, e são de fundamental importância para a reputação e estima do público pelo Karate-Do. As atitudes e acções dos Juízes durante as provas devem, por isso, ser vigorosas, ágeis, precisas e com finura.

5. O Árbitro (Árbitro Central de uma Área de Competição) e os Juízes de Canto devem estar inteiramente concentrados na prova, observar cada competidor com rigor e julgar correctamente todas as acções dos competidores
6. Durante a prova, o Árbitro Central e os Juízes de Canto não devem dialogar com ninguém a não ser o Arbitrador, os Juízes e os competidores

Art. 3.4: PODERES E DEVERES DO ÁRBITRO-CHEFE

O Árbitro-Chefe:

- tem a responsabilidade máxima sobre todos os assuntos relacionados com a arbitragem de um Torneio
- tem a responsabilidade de supervisionar e garantir a aplicação das Regras de Competição da ESKA em todas as provas

Art. 3.5: PODERES E DEVERES DO ÁRBITRO CENTRAL

1. O Árbitro Central tem os poderes de:

- conduzir os combates, incluindo o começo e o final
- anunciar a decisão do painel de juízes
- explicar, quando necessário, os fundamentos das decisões tomadas
- anunciar as infracções
- fazer advertências (antes ou durante provas)
- tomar outras acções disciplinares (tais como expulsar ou suspender de uma prova um competidor)
- receber indicações dos Juízes
- anunciar vitórias por maioria com base na tabela de decisões (ver Anexos)
- prolongar a duração de uma prova ('match')

2. Sendo necessário substituir durante uma prova um Arbitrador ou um Juiz de Canto, devido a qualquer acidente ou imprevisto, o Árbitro Central deverá interromper logo a prova e solicitar ao Árbitro-Chefe a sua imediata substituição

3. Em caso de dificuldades de decisão, ele deverá consultar o Árbitro-Chefe

Art. 3.6: PODERES E DEVERES DOS JUÍZES DE CANTO

1. Os Juízes de Canto têm o poder de:

- dar apoio ao Árbitro Central
- dar opinião sobre as diferentes situações que ocorram nas provas ('matches')
- assinalar as suas decisões relativas à condução e desenvolvimento das provas, através das bandeiras e/ou do apito

- exercer o seu direito de voto em todas as decisões relativas a provas
2. Os Juízes de Canto devem observar cuidadosamente as acções dos competidores dentro do seu campo de visão
 3. Cada Juiz de Canto deve avaliar continuamente o mérito relativo dos competidores e formar uma opinião com independência
 4. Nos seguintes casos, devem assinalar imediatamente para o Árbitro Central através de apito ou bandeiras, manifestando claramente a sua opinião:
 - em circunstâncias mencionadas no Art. 5.19 “Poderes e Deveres dos Juízes de Canto em provas de Kumite” e no Art. 7.11 “Poderes e Deveres dos Juízes de Canto em provas de Kata”
 - quando observarem alguma lesão ou doença de um competidor antes do Árbitro Central
 - em outras situações que julguem necessário trazer à atenção do Árbitro Central
 5. Em caso de divergência de opinião, sobre dada situação, entre o Árbitro Central e os Juízes de Canto, o Juiz de Canto pode, em conjunto com os outros Juízes de Canto, opor-se à opinião do Árbitro Central
 6. Quando o Árbitro Central solicitar *Hantei*, cada um dos Juízes de Canto deverá dar a sua opinião da maneira prescrita

Art. 3.7: PODERES E DEVERES DO ARBITRADOR (*KANSA*)

1. Um Arbitrador é designado para cada prova (“match”) para assegurar a correcta aplicação das presentes Regras de Competição
2. Ele deverá supervisionar o decorrer da prova e as decisões do Árbitro Central, e pode dar a sua opinião quando solicitada pelo Árbitro Central
3. Quando, na sua opinião, qualquer decisão do Árbitro Central e/ou dos Juízes de Canto tenha violado as Regras de Competição, o Arbitrador pode pedir explicações ao Árbitro Central e/ou aos Juízes de Canto e, caso ele ache a decisão claramente oposta às Regras de Competição, pode exigir que o Painel de Juízes modifique a decisão tomada
4. Os poderes do Arbitrador para supervisão de prova incluem os da supervisão e inspecção, e orientação dos controladores de tempo e do registador
5. Os registos da prova tornam-se oficiais com o parecer favorável do Arbitrador

Art. 3.8: PODERES E DEVERES DO GESTOR DE ÁREA DE COMPETIÇÃO

O Gestor de Área de Competição fará a gestão dos Juízes de prova numa área de prova específica.

Art. 3.9: **TERMINOLOGIA E SINALIZAÇÃO**

A terminologia e sinalização usadas pelo Árbitro Central na condução de uma prova ('match') estão especificadas nos Anexos.

A terminologia e sinalização usadas pelos Árbitros de Canto na condução de uma prova ('match') estão especificadas nos Anexos.

Art. 3.10: **SINALIZAÇÃO**

Os sinais feitos com bandeiras e/ou com apito pelos Juízes de Canto durante uma prova serão, em princípio, os especificados nos Anexos.

Os sinais com apito dados pelo Árbitro Central têm os significados seguintes:

- (longo e normal)+(curto e forte): *Hantei* (decisão)
- (curto e forte): *Yame* (stop) ou comando para baixar as bandeiras ou as placas de pontuação

Art. 3.11: **DECISÃO**

Quando um Árbitro Central atribui uma decisão com base nos sinais transmitidos pelos Juízes de Canto, ela tem de estar de acordo com a Tabela de Decisões (Anexo 4).

Art. 3.12: **OUTROS ASSUNTOS RELATIVOS À TOMADA DE DECISÕES**

Todos os assuntos relativos a decisões que não se encontrem abrangidos por este Regulamento, serão discutidos pelo Painel de Juízes e as suas conclusões comunicadas ao Arbitrador e ao Árbitro-Chefe para aprovação.

Estas decisões serão comunicadas aos representantes oficiais do torneio e publicamente anunciadas.

Capítulo 4: REGRAS DAS PROVAS DE KUMITE

§ 1: GENERALIDADES

Art. 4.1: **COMPETIÇÃO DE KUMITE**

1. Uma competição de Kumite entre competidores individuais, ou entre equipas de competidores, para obter um título, é realizada através de provas de Kumite
2. Os competidores, individuais ou equipas, competem um contra um de acordo com uma ordem definida por sorteio. O sistema de sorteio é definido pela Comissão Técnica da ESKA
3. O método de competição em Kumite baseia-se no princípio do ‘Knock Out’: só o vencedor de cada combate pode continuar na competição

Art. 4.2: **TIPOS DE PROVA (‘MATCH’) DE KUMITE**

As modalidades de combate são as seguintes:

- combate individual
- combate por equipas

Art. 4.3: **DIRECÇÃO DE UMA PROVA DE KUMITE**

Os combates são dirigidos exclusivamente pelo Árbitro Central.

Art. 4.4: **PARTICIPAÇÃO NUMA PROVA DE KUMITE**

A participação numa prova de Kumite está sujeita às regras definidas no Anexo 10: “Participação em Provas”.

§ 2: PROVAS DE KUMITE INDIVIDUAL

Art. 4.5: **MÉTODOS DE AVALIAÇÃO NAS PROVAS DE KUMITE INDIVIDUAL**

1. Uma prova de Kumite individual é realizada entre dois competidores
2. Há três tipos de provas individuais de Kumite:

2.1 *Ippon Shobu* (combate de ‘um ponto’)

- a duração desta prova deverá ser de dois minutos (tempo efectivo)
- o competidor que marcar um ponto dentro do tempo prescrito é o vencedor

2.2 *Sanbon Shobu* (combate de ‘três pontos’)

- a duração desta prova deverá ser de três minutos (tempo efectivo)

- o competidor que marcar dois pontos dentro do tempo prescrito é o vencedor ('dois pontos de três')

2.3 *Sakidori Shobu*

- o competidor que pontuar primeiro é o vencedor
- este método só é aplicável em combates suplementares

3. Todas as provas individuais de Kumite são *Ippon Shobu*, excepto as provas finais das competições de Kumite individual Sénior, que serão *Sanbon Shobu*

Art. 4.6: **INÍCIO, INTERRUPÇÃO E FINALIZAÇÃO DE UMA PROVA DE KUMITE**

1. Início

- ao serem chamados, os competidores dirigem-se imediatamente para a sua posição, fora da Área de Competição (ver Anexos)
- o Árbitro Central toma a sua posição
- ao sinal do Árbitro Central, os competidores saúdam a Área de Competição, entram na Área e dirigem-se à sua posição inicial (ver Anexos). Os competidores saúdam-se entre si e esperam em posição de *Yoi* pelo início da prova
- o combate inicia-se com o anúncio pelo Árbitro Central de '*Shobu Ippon/Sanbon hajime*'

2. Interrupção e reinício

- anunciando '*Yame*', o Árbitro Central interrompe o combate temporariamente e envia os competidores para as posições iniciais
- os competidores devem regressar às suas posições e esperar por uma atribuição de pontuação ou uma instrução do Árbitro Central
- para o recomeço da prova, o Árbitro Central anuncia '*Tsuzukete hajime*'

3. Final do combate

- depois de interromper o combate anunciando '*Yame*', o Árbitro Central dá por finalizado o combate, anunciando '*Soremade*'
- uma vez a pontuação atribuída pelo Árbitro Central, os competidores saúdam-se mutuamente e retiram-se da Área de Competição. Uma vez fora da Área de Competição saúdam a Área e a prova termina

Art. 4.7: **DURAÇÃO DE UMA PROVA DE KUMITE INDIVIDUAL**

1. O tempo efectivo começa com o anúncio feito pelo Árbitro Central; '*Shobu Ippon/Sanbon hajime*'

2. A oportunidade de pontuar acaba ao sinal da campainha, no entanto, o combate só termina quando o Árbitro Central der a voz de ‘*Yame*’
3. Quando uma prova é interrompida pela voz de ‘*Yame*’ do Árbitro Central, a contagem do tempo é interrompida até ao momento em que o Árbitro Central recomeça a prova anunciando ‘*Tsuzukete hajime*’
4. Quando os competidores saem da área de competição, o tempo continua a ser contado como efectivo até o Árbitro Central proferir ‘*Yame*’
5. O tempo gasto em tudo o que se relacione com um ferimento de um competidor ou uma discussão entre os Juizes não é incluído no tempo efectivo

Art. 4.8: PROVAS SUPLEMENTARES DE KUMITE

1. Em caso de empate em Kumite individual haverá um prolongamento do combate (*Encho Sen*)
 - este prolongamento terá um minuto de duração (tempo efectivo)
 - este prolongamento é decidido pela primeira técnica pontuada (*Sakidori shobu*)
 - os avisos e penalizações são transportados para este prolongamento
2. No final do prolongamento do combate, cada Juiz deve indicar um vencedor. Esta decisão é tomada com base apenas no prolongamento

§ 3: PROVAS DE KUMITE POR EQUIPAS

Art. 4.9: MÉTODOS DE AVALIAÇÃO NAS PROVAS DE KUMITE POR EQUIPAS

1. Uma prova de Kumite por equipas é realizado entre duas equipas de competidores
2. Cada equipa deverá registar os seus competidores numa ordem pre-estabelecida
3. Cada combate envolverá um membro de cada equipa, sucedendo-se os competidores na ordem pre-estabelecida
4. Os combates entre os membros das duas equipas fazem-se pelo método de *Ippon shobu*

Art. 4.10: NÚMERO DE COMPETIDORES NAS PROVAS DE KUMITE POR EQUIPA

1. O número de competidores de uma equipa deve ser ímpar (este número estará indicado no Regulamento do Torneio e na respectiva folha de inscrição)
2. No primeiro confronto numa prova de Kumite por equipas, o número total de elementos de cada equipa (3 elementos de uma equipa de 3, ou 5 de uma equipa de 5) deve estar presente. Todos eles devem competir no primeiro confronto. Se uma equipa completa tiver sido inscrita no campeonato e os competidores ficarem lesionados nas

provas de Kumite individual, então na categoria Sênior masculinos a equipa poderá ter o mínimo de 3 competidores. Em todas as outras provas de Kumite por equipas será aceitável começar com um mínimo de 2 competidores por equipa. O Director de Competição deve ser informado antes da categoria ser anunciada.

3. Se uma equipa não estiver completa a posição em falta considera-se livre, mas será claramente marcado o seu lugar na lista ordenada apresentada à mesa.
4. Uma equipa que alinhe e compita numa ordem diferente da apresentada por escrito antes da prova, será desclassificada.

Capítulo 5: REGRAS PARA AVALIAÇÃO DA COMPETIÇÃO DE KUMITE

§ 1: CRITÉRIOS PARA DECISÃO NAS PROVAS DE KUMITE INDIVIDUAL

Art. 5.1: CRITÉRIOS PARA DECISÃO DA VITÓRIA

Em provas de Kumite individual, a vitória é atribuída a um competidor:

1. no caso de *Ippon Shobu*, baseado na aquisição de um *Ippon*
2. no caso de *Sanbon Shobu*, baseado na aquisição de dois *Ippon*
3. no caso de *Sakidori Shobu*, baseado na aquisição da primeira técnica pontuada
4. em todos os outros casos, a decisão é do Painel de Juízes

Art. 5.2: CRITÉRIOS PARA ATRIBUIÇÃO DE IPPON

Um *Ippon* será atribuído ao competidor que tenha marcado um *Ippon* imediato ou completo ('Full *Ippon*') ou um *Awasete Ippon* obtido por acumulação de dois *Waza-ari*.

1. *Ippon* completo ('Full *Ippon*')

- 1.1 *Ippon* completo é atribuído a um competidor quando uma técnica executada é considerada *Ippon* pelo Painel de Juízes
- 1.2 *Ippon* completo é dado a um competidor quando o seu adversário perde o combate devido a uma penalização, desclassificação ou desistência

2. *Awasete Ippon*

Quando o competidor marca dois *Waza-ari* durante uma prova, estes dois *Waza-ari* combinados são considerados como *Awasete Ippon*

3. No caso de um competidor marcar um *Waza-ari* e um *Ippon*, obtém um *Ippon* completo

Art. 5.3: CRITÉRIOS PARA VITÓRIA POR DECISÃO

Na falta de uma vitória por *Ippon*, a vitória por decisão pode ser atribuída com base nos critérios seguintes, relativamente a cada competidor:

- a existência ou não de *Waza-ari*
- a existência ou não de uma advertência ou falta
- o número de saídas da Área de Competição
- a atitude 'combativa' demonstrada
- a capacidade e a destreza
- o grau de vigor e de espírito combativo

- o número de ataques
- a qualidade das estratégias utilizadas

Art. 5.4: ÁREAS PONTUÁVEIS

1. As áreas pontuáveis estão limitadas às seguintes:

- a cabeça
- o pescoço
- o peito
- o abdómen
- as costas

Art. 5.5: CRITÉRIOS PARA UMA TÉCNICA PONTUÁVEL

1. Uma técnica pontuável é aquela que é potente e executada com controlo nas áreas pontuáveis, nas seguintes condições:

- boa forma
- boa atitude
- vigor
- *Zanshin*
- execução da técnica no momento adequado
- distância correcta

2. As técnicas só podem ser pontuadas se:

- forem executadas com envolvimento total do corpo (*Kime*)
- forem executadas perpendicularmente ao alvo
- forem dirigidas ao eixo do corpo do oponente

Art. 5.6: AVALIAÇÃO DE UMA TÉCNICA PONTUÁVEL

1. Para avaliar uma técnica, os Juízes devem considerar o potencial da técnica, ou seja, o efeito que a técnica teria se não fosse controlada de maneira apropriada. Não é necessário haver contacto para uma técnica ser pontuável

2. Para avaliar uma técnica, os Juízes não devem ter em conta apenas a eficácia e potência da técnica, mas também a atitude do competidor

3. Uma técnica pontuável feita em simultâneo com a voz de *Yame* do Árbitro é pontuada

Art. 5.7: CRITÉRIOS PARA ATRIBUIÇÃO DE *WAZA-ARI*

Quando uma técnica pontuável é reconhecida como eficaz, é classificada como *Waza-ari*. Uma técnica é considerada eficaz quando tem potência para reduzir significativamente, mesmo que por um curto período, a capacidade de competir do oponente.

Art. 5.8: CRITÉRIOS PARA ATRIBUIÇÃO DE UM *IPPON*

Quando uma técnica pontuável é reconhecida como decisiva, é classificada como um *Ippon*. Uma técnica é considerada decisiva se tem potência para reduzir a zero, mesmo que por um curto período, a capacidade de competir do oponente.

Art. 5.9: CRITÉRIOS ADICIONAIS PARA ATRIBUIÇÃO DE UM *IPPON*

Técnicas efectivas aplicadas nas seguintes condições são consideradas *Ippon*:

- um ataque feito no exacto momento em que o oponente se começou a mover em direção ao atacante
- um ataque feito imediatamente após o atacante causar a perda de equilíbrio do oponente
- uma combinação de ataques efectivos
- uma combinação de uma técnica de projeção e um ataque efectivo
- quando o oponente perdeu o espírito de combate
- quando não há qualquer esboço de defesa contra um ataque
- quando não há possibilidade de defesa contra um ataque

Art. 5.10: TÉCNICAS NÃO ACEITÁVEIS PARA PONTUAÇÃO

1. As técnicas aplicadas nas seguintes condições não serão consideradas válidas, mesmo que executadas com vigor:
 - quando um competidor não consegue completar uma técnica no momento em que segurou (“seized”) o seu oponente
 - quando um competidor não consegue completar uma técnica no momento em que desequilibrou o oponente
2. Uma técnica aplicada após a voz de *Yame* do Árbitro Central não é pontuável nem deve ser tomada em conta na decisão
3. Técnicas dadas a partir do exterior da Área de Competição não são válidas. Contudo, se durante a execução da técnica o competidor estiver ainda dentro dos limites da Área de Competição a técnica será considerada válida

4. Quando uma técnica for executada em combinação com um acto ou técnica proibida, a técnica não será considerada e o Painel de Juízes tomará uma decisão relativamente ao acto proibido
5. As técnicas executadas em simultâneo por ambos os competidores anulam-se e não pontuam (*Aiuchi*)

Art. 5.11: **ACTOS E TÉCNICAS PROIBIDAS**

Os seguintes actos e técnicas são proibidos:

1. Acções perigosas: são actos ou técnicas que representem risco de lesão ou de redução da capacidade de competir do oponente, nomeadamente:
 - 1.1. ataques ou técnicas sem controlo
 - 1.2. técnicas com contacto excessivo
 - 1.3. ataques aos membros superiores ou inferiores
 - 1.4. técnicas de mão aberta à cara
 - 1.5. ataques às partes-baixas
 - 1.6. ataques às articulações da anca e do joelho, ao peito do pé (em especial o arco interno do pé) e às canelas
 - 1.7. agarrar o oponente, sem executar uma técnica logo de seguida
 - 1.8. agarrar ou colidir com o oponente desnecessariamente
 - 1.9. projecções perigosas
 - 1.10. não ter cuidado com a sua própria segurança (*Mubobi*)
2. Comportamento impróprio (*Taido*): actos que demonstram um comportamento impróprio, nomeadamente:
 - 2.1. não obedecer às ordens do Árbitro Central
 - 2.2. comportamento demasiado excitado, a um ponto que pode ser considerado pela arbitragem como perigoso para o oponente
 - 2.3. qualquer acto ou actos que sejam considerados como maldosos ou intencionalmente violadores das regras que os proíbem
 - 2.4. comportamentos anti-desportivos, tais como expressões insultuosas, provocações ou proferir sons despropositados
 - 2.5. qualquer comportamento que possa prejudicar a reputação do Karate (incluindo comportamentos de treinadores, gestores, ou quaisquer outros relacionados com o competidor)
 - 2.6. uso de um Karate-gi que não esteja conforme as especificações (ver Anexos)
 - 2.7. todos os actos que se considere que violam as regras de competição

3. Evitar o combate (*Jogai*): actos ou técnicas que demonstrem que o competidor evita, intencionalmente ou não, o combate, nomeadamente:
 - 3.1. movimentação para fazer ‘perder tempo’
 - 3.2. movimentação a evitar o oponente
 - 3.3. fugir da Área de Competição

Art. 5.12: AVISOS, FALTAS E DESQUALIFICAÇÃO

1. Quando um competidor cometeu um acto ou técnica proibidos (Art. 5.11) o Árbitro Central, com o acordo do painel de Juízes de Canto, deverá anunciar uma falta (*Hansoku*). O anúncio de uma falta acarreta a imediata desqualificação (*Hansoku Make*) do competidor.
2. Quando um competidor está prestes a cometer um acto ou técnica proibidos (Art.5.11) o Árbitro Central, com o acordo do painel de Juízes de Canto, deverá fazer uma advertência. Dependendo do grau de gravidade da infracção, pode ser dada uma reprimenda oficial (*Keikoku*) ou um aviso de desqualificação (*Chui*).
3. Caso o competidor, após ter recebido uma advertência, repita o acto ou actos que violam as regras, o Árbitro Central poderá anunciar a sua derrota devido a uma falta.
4. Se um competidor sair continuamente da Área de Competição:
 - à primeira saída receberá uma reprimenda oficial (*Jogai Keikoku*)
 - à segunda saída receberá um aviso de desqualificação (*Jogai Chui*)
 - à terceira saída será desqualificado (*Jogai Hansoku*)
5. Todos os avisos se integram em uma de duas categorias. A primeira categoria relaciona-se com ‘Evitar o oponente (*Jogai*)’, a segunda categoria abrange todos os outros casos.
6. O grau de severidade da penalização é decidido pelo Painel de Juízes; porém, a repetição das infracções acarreta o aumento da severidade da advertência ou penalização ao longo da escala de *Keikoku – Hansoku Chui – Hansoku*.

Art. 5.13: QUESTÕES DE SEGURANÇA

1. Se um competidor perder dois combates através de *Hansoku* devido a ‘Acções perigosas’ (Art. 5.11.1) não poderá continuar na prova de Kumite
2. Se um competidor vence dois combates por desqualificação dos oponentes devido a estes terem causado ferimento ou demonstrado falta de controlo (excesso de contacto), não poderá continuar na prova de Kumite

3. O competidor ter direito a pedir um minuto de descanso entre dois combates seguidos ou entre um prolongamento (*Encho Sen*) e um combate que se suceda de imediato

§ 2: CRITÉRIOS PARA DECISÃO EM PROVAS DE KUMITE POR EQUIPAS

Art. 5.14: CRITÉRIOS PARA DECISÃO EM PROVAS DE KUMITE POR EQUIPAS

1. A equipa vencedora numa prova de Kumite por equipas é decidida com base nos combates individuais
2. Os critérios para decidir a equipa vencedora numa prova de Kumite por equipas baseiam-se nas vitórias dos combates individuais e são os seguintes (por ordem decrescente de importância):
 - número de vitórias
 - número de vitórias por *Ippon*, incluindo vitórias por *Awasewaza* (*Awasete Ippon*)
 - número de vitórias por *Ippon* directos
3. Quando as duas equipas empatam de acordo com os métodos de decisão mencionados acima, a decisão deve ser tomada com base no resultado de um combate suplementar, com os dois oponentes representando cada uma uma equipa
4. Caso este combate suplementar termine em empate, far-se-á um prolongamento deste combate suplementar (*Encho Sen*)
 - este prolongamento terá um minuto de duração (tempo efectivo)
 - este prolongamento será decidido à primeira técnica pontuada (*Sakidori shobu*)
 - as advertências e as penalizações transitam para este prolongamento
5. No final do prolongamento, cada Juíz deve indicar um vencedor. A decisão é baseada apenas na extensão da prova.

§ 3: MÉTODOS DE AVALIAÇÃO DE UMA PROVA DE KUMITE

Art. 5.15: AVALIAÇÃO DE UMA PROVA DE KUMITE

A avaliação é feita por um Painel de Juízes.

Art. 5.16: PAINEL DE JUÍZES DE UMA PROVA DE KUMITE

O Painel de Juízes de uma prova deve ser composto por um Árbitro Central e quatro Juízes de Canto. As suas posições estão definidas no Anexo 7 ‘Diagramas da Área de Competição’.

Art. 5.17: PODERES E DEVERES DO ÁRBITRO CENTRAL NUMA PROVA DE KUMITE

1. Somente o Árbitro Central tem a autoridade para dirigir, interromper e terminar um combate. Ninguém além do Árbitro Central pode interromper a prova arbitrariamente.
2. O Árbitro Central tem os poderes e deveres que estão definidos no Art. 3.5: ‘Poderes e deveres do Árbitro Central’
3. Nas seguintes circunstâncias, o Árbitro Central interromperá o combate anunciando “*Yame*”, e ordenará aos competidores que regressem às suas posições iniciais:
 - 3.1 quando a campainha assinala o fim da oportunidade de pontuar
 - 3.2 quando dois ou mais Juízes de Canto assinalam com as bandeiras e apitam, dando seu parecer sobre algum aspecto do combate (Nota: quando um Juiz de Canto assinala com as bandeiras e apitando, dando o seu parecer, o Árbitro Central pode ignorar o sinal e continuar com o combate)
 - 3.3 quando observa uma técnica pontuável
 - 3.4 caso se verifique algum ferimento em algum ou em ambos os competidores
 - 3.5 quando observa um competidor a cometer um acto proibido
 - 3.6 quando se apercebe que um competidor está prestes a cometer um acto proibido
 - 3.7 quando observa um competidor a evitar o combate
 - 3.8 quando considera que um ou ambos os competidores não podem continuar a prova devido a ferimentos, doença ou outra causa
 - 3.9 quando a prova se torna numa luta corpo-a-corpo, sem que qualquer dos competidores execute uma técnica pontuável. Neste caso ele deve tomar as precauções necessárias para impedir que haja confusão ou a ocorrência de ferimentos
 - 3.10 Sempre que considere necessário para o normal decorrer da prova, p.e.:
 - para ordenar um competidor a ajustar o seu Karate-gi
 - quando a prova se desenvolve sem qualquer troca de técnicas pontuáveis entre os competidores
 - quando um dos competidores agarra o adversário sem realizar nenhuma técnica na sequência
4. Ao parar o combate, o Árbitro Central tomará as acções seguintes:
 - 4.1 quando a campainha assinala o final do combate,
 - ele retira-se para o seu lugar e anuncia “*Soremade*”
 - de seguida, sai da Área de Competição e, após confirmar com o Arbitrador (*Kansa*), anuncia as pontuações e penalizações

- aguarda um pouco para que os Juízes de Canto se preparem para dar a sua opinião
- anuncia “*Hantei*” e sinaliza com o apito, solicitando aos Juízes de Canto que dêem a sua opinião
- toma, então, a decisão por maioria, com base na Tabela de Decisões (ver Anexo 4)
- volta em seguida ao seu lugar e declara o vencedor levantando a mão para o lado do competidor que venceu (*Kachi*), ou declara um empate (*Hikiwake*)

4.2 quando dois ou mais Juízes de Canto assinalam com as bandeiras e com o apito qualquer julgamento sobre o combate, ele deverá ouvi-los e anunciar a decisão tomada

4.3 quando observa uma técnica pontuável ele deverá, com o consenso dos Juízes de Canto, anunciar a decisão

- se não houver atribuição de técnica pontuável, ordenará o retomar do combate
- se a atribuição é um *Waza-ari*, ordenará o retomar do combate ou, se for o segundo *Waza-ari* para um competidor, anunciará o vencedor por *Awasete Ippon* e terminará o combate
- se a atribuição for de *Ippon*, anunciará o vencedor e terminará o combate

(Nota: no caso de *Sanbon Shobu* a prova só termina se o competidor marcar dois *Ippon*. No caso de *Sakidori Shobu* a prova termina à primeira técnica pontuável)

4.4 em caso de lesão ou ferimento, o Árbitro Central deve de imediato interromper o combate e ordenar a pronta e apropriada assistência ao competidor lesionado

4.5 caso observe que um dos competidores comete ou está para cometer um acto proibido, deverá chamar os Juízes de Canto para determinar se houve ou não quebra das regras de competição e anunciar uma decisão

4.6 quando considera que um ou ambos os competidores não podem continuar o combate devido a lesões ou ferimentos, doença ou outra causa, após consultar o Médico do Torneio, chamará os Juízes de Canto e, em conjunto, decidirão se o combate deve ou não prosseguir

5. Para se retomar o combate o Árbitro Central anunciará “*Tsuzukete hajime*”

Art. 5.18: **TERMINOLOGIA E SINAIS USADOS PELO ÁRBITRO CENTRAL EM PROVAS DE KUMITE**

1. Para dirigir, interromper e terminar um combate, o Árbitro Central deverá usar a terminologia e os sinais apropriados

2. Ao anunciar uma decisão, o Árbitro Central deverá identificar claramente o competidor visado, referir a técnica ou acto e anunciar a decisão

Art. 5.19: PODERES E DEVERES DOS JUÍZES DE CANTO EM PROVAS DE KUMITE

1. O Juíz de Canto tem os poderes e deveres que estão definidos no Art. 3.6: ‘Poderes e deveres dos Juízes de Canto’
2. Para observar o combate, o Juíz de Canto toma a sua posição (ver Anexo 7 ‘Diagramas da Área de Competição’), provido de um apito e duas bandeiras, uma vermelha e uma branca
3. O Juíz de Canto deve observar cuidadosamente as acções dos competidores que estão no seu campo de visão, e nos seguintes casos deverá de imediato dar sinal ao Árbitro Central através do apito e/or das bandeiras, dando assim a sua opinião:
 - quando observa um *Ippon* ou um *Waza-ari*
 - quando se apercebe que um competidor cometeu ou está prestes a cometer um acto proibido
 - quando verifica que um competidor evita o combate
 - quando considera que um ou ambos os competidores não podem continuar o combate devido a lesões ou ferimentos, doença ou outras causas
 - em qualquer situação que ache necessário assinalar perante o Árbitro Central

Art. 5.20: TERMINOLOGIA E SINAIS USADOS PELOS JUÍZES DE CANTO EM PROVAS DE KUMITE

Para assinalar o seu julgamento sobre a prova, os Juízes de Canto devem usar os sinais apropriados através das bandeiras e/ou o apito (ver Anexo 3).

Capítulo 6: REGRAS PARA AS PROVAS DE KATA

§ 1: GENERALIDADES

Art. 6.1: **COMPETIÇÃO DE KATA**

1. Uma competição de Kata, entre competidores individuais ou entre equipas, para obtenção de um título, é feita através de provas de Kata (“Kata matches”)
2. Os competidores ou equipas competem uns contra os outros segundo uma ordem definida por sorteio. O sistema usado para este sorteio é especificado Comissão Técnica da ESKA
 - quando é usado o sistema de bandeiras, dois atletas competem entre si
 - quando é usado o sistema de pontuação, os atletas competem individualmente
3. O método de competição em Kata baseia-se no princípio do ‘Knock Out’:
 - no sistema de bandeiras, só o vencedor de uma prova de Kata pode continuar na competição
 - no sistema de pontuação, só os competidores ou equipas com as pontuações mais elevadas podem continuar na competição

Art. 6.2: **TIPOS DE PROVAS DE KATA**

Os tipos de provas de Kata são os seguintes:

- prova de Kata individual
- prova de Kata por equipa

Art. 6.3: **CONDUÇÃO DE UMA PROVA DE KATA**

As provas de Kata devem ser dirigidas exclusivamente pelas instruções do Árbitro Central.

Art. 6.4: **PARTICIPAÇÃO NUMA PROVA DE KATA**

A participação numa prova de Kata obedece às regras indicadas no Anexo 10: ‘Participação em provas’.

§ 2: PROVAS DE KATA INDIVIDUAL

Art. 6.5: **METODOLOGIA PARA AS PROVAS DE KATA INDIVIDUAL**

1. Uma prova de Kata individual decorre entre dois competidores individuais

2. Há dois tipos de provas de Kata individuais:

- pelo sistema de bandeiras: dois competidores executam simultaneamente uma mesma Kata designada. O Painel de Juízes decide o vencedor, comunicando a sua decisão através das bandeiras
- pelo sistema de pontuação: cada competidor ou equipa executa uma Kata separadamente. Será dada uma pontuação pelo Painel de Juízes e o vencedor será o competidor ou equipa que obtiver maior pontuação total

Art. 6.6: TIPOS DE KATA EM PROVAS DE KATA INDIVIDUAIS

1. Eliminatórias: até restarem 4 competidores

1.1 Primeira volta: até 16 competidores

- *Shitei Kata*: a Kata é seleccionada pelo Árbitro Central de entre um conjunto pre-determinado que constitui o Grupo 1 do Anexo 8
- o julgamento é feito pelo sistema de bandeiras

1.2 Segunda volta: de 16 a 8 competidores

- *Shitei Kata*: a Kata é seleccionada pelo Árbitro Central de entre um conjunto pre-determinado que constitui o Grupo 2 do Anexo 8
- o julgamento é feito pelo sistema de bandeiras

1.3 Terceira volta: de 8 a 4 competidores

- *Sentei Kata*: a Kata é seleccionada pelo competidor de entre um conjunto pre-determinado que constitui o Grupo 3 do Anexo 8
- o julgamento é feito pelo sistema de pontuação

2. Finais: os 4 últimos competidores

- *Sentei Kata*: a Kata é seleccionada pelo competidor de entre os conjuntos pre-determinados que constituem os Grupos 3 e 4 do Anexo 8. A Kata executada na final tem de ser diferente da Kata executada na terceira volta
- o julgamento é feito pelo sistema de pontuação

Art. 6.7: INÍCIO E FINALIZAÇÃO DE UMA PROVA DE KATA INDIVIDUAL – SISTEMA DE BANDEIRAS

1. Início e execução

- quando chamados pelo Anunciador, os competidores colocam-se imediatamente nas suas posições fora da Área de Competição
- ao sinal do Árbitro Central, os competidores saúdam a Área de Competição, entram e colocam-se nas suas posições iniciais. Os competidores saúdam-se, então, mutuamente e aguardam em posição de *Yoi* pelo anúncio do Árbitro Central

- o Árbitro Central anuncia de maneira clara aos competidores e aos Juízes de Canto o nome da Kata a executar
- os competidores repetem para o Árbitro Central o nome da Kata escolhida
- os competidores começam a execução da Kata à voz de “*Hajime*” dada pelo Árbitro Central

2. Finalização

- após a execução da Kata, os competidores voltam à sua posição inicial à voz de “*Yame*” dada pelo Árbitro Central, e aguardam a decisão dos Juízes
- executada a Kata, o Árbitro Central solicita a decisão dos Juízes de Canto através da voz de “*Hantei*” e dando sinal com o apito
- quando os Juízes de Canto tiverem expressado a sua decisão, o Árbitro Central indica-lhes, através de um sinal de apito, que baixem as suas bandeiras
- o Árbitro Central anuncia o resultado da prova através de bandeiras
- após o anúncio do vencedor, os competidores saúdam-se mutuamente e saem da Área de Competição. Uma vez fora da Área de Competição, saúdam a Área e a prova termina

Art. 6.8: INÍCIO E FINALIZAÇÃO DE UMA PROVA DE KATA INDIVIDUAL – SISTEMA DE PONTUAÇÃO

1. Início e execução

- quando chamado pelo Anunciador, o competidor coloca-se imediatamente na sua posição fora da Área de Competição
- ao sinal do Árbitro Central, o competidor saúda a Área de Competição, entra, coloca-se na sua posição inicial e anuncia claramente para os Juízes o nome da Kata que escolheu
- o Árbitro Central repete claramente o nome da Kata
- o competidor começa então a execução da Kata
- após execução da Kata, o competidor regressa à sua posição inicial e aguarda a decisão dos Juízes

2. Finalização

- após finalização a Kata, o Árbitro Central solicita a pontuação ao Painel de Juízes através voz de “*Hantei*” e dando um sinal com o apito
- o Árbitro Central e os Juízes de Canto levantam imediatamente as placas de pontuação com a sua escolha de pontos
- o Anunciador anuncia claramente ao Registador as pontuações do Árbitro Central e dos Juízes de Canto

- o Registador regista as pontuações em impresso próprio e calcula o valor total das pontuações excluindo a (ou uma das) máxima pontuação e a (ou uma das) mínima
- o Anunciador anuncia claramente a pontuação total
- após o anúncio da pontuação, o Árbitro Central indica ao Painel de Juízes para baixar as placas de pontuação através de um sinal de apito
- o competidor sai então da Área de Competição. Depois de sair, o competidor saúda a Área e a prova termina

Art. 6.9: PROVAS SUPLEMENTARES DE KATA EM KATA INDIVIDUAL

1. No caso de empate através do sistema de bandeiras haverá uma prova suplementar
 - a Kata a designar será do mesmo Grupo, mas diferente da executada na prova anterior
 - o Painel de Juízes tomará, então, uma decisão com base na prova final
 2. No caso de empate através do sistema de pontuação:
 - 2.1 TODAS as pontuações serão tidas em conta (incluindo a pontuação mais alta e a mais baixa, que tinha sido inicialmente excluídas)
 - 2.2 Caso o empate se mantenha:
 - no caso de empate entre dois competidores, haverá uma prova suplementar entre os dois. Nesta prova suplementar, o primeiro competidor deverá receber a mesma pontuação de todos os Juízes (p.e. 7.0) e o segundo competidor deverá receber um valor 0,1 pontos acima ou abaixo
 - no caso de empate entre mais de dois competidores, haverá uma prova suplementar entre todos eles
 - 2.3 A Kata a executar na provas suplementares (em eliminatórias ou na final) pode ser a mesma, mas é sempre da lista pre-determinada
 - 2.4 No final desta Kata suplementar, cada Juiz terá de indicar um vencedor. A decisão será baseada apenas no desempenho na prova suplementar
- (Nota: em caso de empate nas eliminatórias, a prova suplementar só se realizará se o seu resultado tiver influência no restante decorrer da competição.)

§ 3: PROVAS DE KATA POR EQUIPA

Art. 6.10: METODOLOGIA PARA AS PROVAS DE KATA POR EQUIPA

O sistema utilizado na competição de Kata por equipas é o de pontuação.

Art. 6.11: NÚMERO DE ELEMENTOS POR EQUIPA

Cada equipa é composta por três pessoas.

Art. 6.12: TIPOS DE KATA EM PROVAS DE KATA POR EQUIPA

1. Eliminatórias: até restarem 4 equipas

- *Sentei Kata*: a equipa pode escolher a Kata a executar de entre os conjuntos pre-determinados que constituem os Grupos 3 e 4 do Anexo 8
- o julgamento é feito pelo sistema de pontuação

2. Finais: As últimas 4 equipas

- *Sentei Kata*: A equipa pode escolher a Kata a executar de entre os conjuntos pre-determinados que constituem os Grupos 3 e 4 do Anexo 8
- a Kata executada na final tem de ser diferente da executada nas eliminatórias
- o julgamento é feito pelo sistema de pontuação

Art. 6.13: INÍCIO E FINALIZAÇÃO DE UMA PROVA DE KATA POR EQUIPA

1. Início e execução

- após o chamamento feito pelo Anunciador, os membros da equipa colocam-se de imediato nas suas posições fora da Área de Competição
- ao sinal do Árbitro Central, a equipa saúda a Área de Competição, entra na Área e dirige-se para a posição inicial. Os três competidores devem ficar virados para o Árbitro Central, dispostos num triângulo com o vértice próximo do Árbitro Central
- a equipa anuncia claramente o nome da Kata que vai executar
- o Árbitro Central repete claramente o nome da Kata
- a equipa começa então a execução da Kata. Todos os competidores devem executar a Kata na mesma direcção, de modo a começar e acabar virados para o Árbitro Central
- após a execução, a equipa volta à sua posição inicial e aguarda pela decisão dos Juizes

2. Finalização

- após finalização a Kata, o Árbitro Central solicita a pontuação ao Painel de Juizes através voz de “*Hantei*” e dando um sinal com o apito
- o Árbitro Central e os Juizes de Canto levantam imediatamente as placas de pontuação com a sua escolha de pontos
- o Anunciador anuncia claramente ao Registador as pontuações do Árbitro Central e dos Juizes de Canto

- o Registador regista as pontuações em impresso próprio e calcula o valor total das pontuações excluindo a (ou uma das) máxima pontuação e a (ou uma das) mínima
- o Anunciador anuncia claramente a pontuação total
- após o anúncio da pontuação, o Árbitro Central indica ao Painel de Juízes para baixar as placas de pontuação através de um sinal de apito
- a equipa sai então da Área de Competição. Depois de sair, a equipa saúda a Área e a prova termina

Art. 6.14: PROVAS SUPLEMENTARES EM COMPETIÇÃO DE KATA POR EQUIPA

Em caso de empate numa prova de Kata por equipa, o procedimento será o mesmo que para as provas de Kata individual pelo sistema de pontuação (Art. 6.9, ponto 2).

Capítulo 7: REGRAS PARA AVALIAÇÃO DE PROVAS DE KATA

§ 1: CRITÉRIOS PARA DECISÃO EM PROVAS DE KATA

Art. 7.1: CRITÉRIOS PARA DECISÃO EM PROVAS DE KATA

A avaliação de provas de Kata deve ser baseada em três critérios diferentes:

1. O desempenho básico.

O cumprimento dos critérios básicos do desempenho é essencial para que uma execução de Kata seja aceitável. Irá permitir uma avaliação do desempenho através de uma primeira apreciação global.

2. O desempenho avançado.

O cumprimento dos critérios de desempenho avançado eleva o desempenho da Kata. Isso permitirá que os Juizes afinem sua primeira avaliação.

3. A ocorrência de erros ou técnicas executadas com nível baixo.

A ocorrência de erros ou técnicas mal executadas reduzirá a avaliação do desempenho da Kata. A redução será proporcional à gravidade e à quantidade de erros e técnicas executadas com nível baixo.

Art. 7.2: CRITÉRIOS PARA O DESEMPENHO BÁSICO DE UMA KATA

Os seguintes pontos básicos devem estar presentes em qualquer execução de uma Kata:

1. A sequência dos movimentos e as técnicas da Kata.

Uma Kata é a execução de uma sequência coerente de técnicas de Karate. Para cada Kata, as técnicas e a sua sequência estão bem definidas. A execução da Kata deve demonstrar claramente a sequência, bem como todas as técnicas pre-definidas.

2. A demonstração do correcto entendimento da sequência e das técnicas de cada Kata

3. Os 3 critérios fundamentais para a correcta execução das técnicas de Karate, nomeadamente:

- o controlo do *Kime*
- o controlo da extensão e contracção do corpo
- o controlo da velocidade

Art. 7.3: CRITÉRIOS PARA UM NÍVEL SUPERIOR DE EXECUÇÃO

Os Juizes vão prestar atenção aos pontos característicos e ao grau de dificuldade da Kata executada. O seu julgamento será baseado na observação dos seguintes pontos:

1. O domínio das técnicas demonstrado pelo competidor

- direcção dos movimentos

- posturas (trem inferior)
 - coordenação
 - estabilidade
2. O grau de dificuldade e risco colocado na execução
- viragens da cabeça
 - perfeição
 - harmonia
 - respiração
 - *Embusen*
3. A atitude marcial do competidor
- paragens (pausas)
 - *Kiai*
 - espírito
 - foco do olhar (*Chakugan*)
4. A qualidade artística e a elegância do desempenho
- ritmo
 - etiqueta

Art. 7.4: OCORRÊNCIA DE ERROS OU TÉCNICAS DE BAIXO NÍVEL

Como terceiro critério de decisão os Juízes devem ter em conta a ocorrência de erros ou técnicas com baixo nível de execução.

1. Um erro é:
- sequência incorrecta das técnicas
 - não execução de uma técnica que faz parte da Kata
 - execução de uma técnica que não faz parte da Kata
- A ocorrência de um erro tem de ser confirmada pelo Painel de Juízes.
2. Execução de baixo nível: técnicas executadas com nível baixo não contam como erros, mas serão avaliadas pela sua qualidade
3. Os competidores que executem uma Kata diferente da anunciada pelo Árbitro Central serão desclassificados

Art. 7.5: DECISÃO POR NÃO FINALIZAÇÃO DE KATA NO SISTEMA DE BANDEIRAS

1. Quando um competidor interrompe a execução da Kata e não a termina, e o seu oponente completa a sua execução sem erros ou incorrecções de maior grau, este último é declarado vencedor

- 2.No caso de os dois competidores interromperem a execução e não terminarem as suas Kata, serão ambos desqualificados

§ 2: METODOLOGIA PARA AVALIAÇÃO DE PROVAS DE KATA

Art. 7.6: AVALIAÇÃO DE UMA PROVA DE KATA

A avaliação de uma prova de Kata será feita por um Painel de Juízes.

Art. 7.7: PAINEL DE JUÍZES PARA UMA PROVA DE KATA

- 1.No sistema de bandeiras, o Painel de Juízes é composto por um Árbitro Central e quatro Juízes de Canto
- 2.No o sistema de pontuação, o Painel de Juízes é composto por um Árbitro Central e seis Juízes de Canto
- 3.As suas posições serão as definidas no diagrama do Anexo 7

Art. 7.8: MÉTODOS DE DECISÃO – SISTEMA DE BANDEIRAS

- após a execução da Kata, o Árbitro Central solicita aos Juízes de Canto a sua decisão. Em resposta, os Juízes de Canto transmitirão de imediato a sua decisão levantando de imediato as bandeiras de forma apropriada (ver Anexo 3)
- o Árbitro Central decidirá, então, por maioria, de acordo com a Tabela de Decisões (ver Anexo 4)
- o Árbitro Central indica o vencedor levantando a bandeira com a cor do cinto do vencedor. Quando a decisão é empate o Árbitro Central sinaliza-o com as bandeiras

Art. 7.9: MÉTODOS DE DECISÃO – SISTEMA DE PONTUAÇÃO

- após a execução da Kata, o Árbitro Central solicita aos Juízes de Canto a sua decisão. O Árbitro Central e os Juízes de Canto levantam, então, de imediato, as placas de pontuação com a classificação
- o Registador calcula o valor final da pontuação do modo seguinte: das sete classificações atribuídas, retira a mais alta e a mais baixa e adiciona as restantes cinco para obter a pontuação total

Art. 7.10: PODERES E DEVERES DO ÁRBITRO CENTRAL NAS PROVAS DE KATA

- 1.Somente o Árbitro Central tem autoridade para dirigir uma prova de Kata

2. O Árbitro Central tem os poderes e deveres definidos no Art. 3.5: ‘Poderes e deveres do Árbitro Central’
3. No início da prova, o Árbitro Central toma a sua posição no lugar determinado na frente da Área de Competição
4. Durante a prova, o Árbitro Central deve avaliar o desempenho de acordo com os Critérios para Decisão em Provas de Kata (Cap. 7, § 1)
5. Após a execução da Kata, o Árbitro Central dará tempo suficiente aos Juízes de Canto para formarem a sua opinião
6. O Árbitro Central declarará a decisão como explicitado no Art. 6.7: ‘Início e Finalização de uma Prova de Kata Individual – Sistema de Bandeiras’ ou no Art. 6.8: ‘Início e Finalização de uma Prova de Kata Individual – Sistema de Pontuação’

Art. 7.11: PODERES E DEVERES DOS JUÍZES DE CANTO EM PROVAS DE KATA

1. Os Juízes de Canto têm os poderes e deveres referidos no Art. 3.6: ‘Poderes e Deveres dos Juízes de Canto’
2. Os Juízes de Canto devem, no início da prova, tomar as suas posições nos lugares determinados fora da Área de Competição
3. Durante a prova, os Juízes de Canto devem avaliar a Kata de acordo com os Critérios para Decisão em Provas de Kata (Cap. 7, § 1)
4. Quando solicitados pelo Árbitro para transmitir a sua decisão deverão levantar de imediato e em simultâneo as bandeiras ou as placas de pontuação

Capítulo 8: ASPECTOS GERAIS

§ 1: PROTESTOS CONTRA DECISÕES

Art. 8.1: MÉTODOS PARA PROTESTAR CONTRA DECISÕES

1. Os competidores não podem protestar pessoalmente contra a decisão dos Juízes.
2. Apenas quando uma decisão dada pelo Árbitro Central e Juízes de Canto suscita sérias dúvidas quanto a ter violado as Regras da Prova ou as Regras Gerais para a Avaliação, pode o responsável pelo competidor ou equipa afectada (geralmente o responsável, ou Manager) protestar junto do Arbitrador imediatamente após a percepção da decisão em causa.

Art. 8.2: PROCEDIMENTO EM CASO DE PROTESTO CONTRA UMA DECISÃO

1. Quando recebe, de um Manager de um competidor ou equipa afectada por uma decisão, um protesto contra essa decisão o Arbitrador analisa o protesto e pode pedir explicações ao Árbitro Central e/ou aos Juízes de Canto; e, se considerar a decisão claramente inaceitável, pode solicitar ao Painel de Juízes que revejam a decisão
2. Quando recebe um protesto através do Arbitrador, o Árbitro Central deverá, em representação dos Juízes de Canto, explicar ao Arbitrador as circunstâncias e o fundamento da decisão tomada. Se o Arbitrador pedir a revisão da decisão, a alteração ou confirmação da decisão terá de ter o completo acordo do Árbitro Central e dos Juízes de Canto

§ 2: LESÕES OU ACIDENTES DURANTE A PROVA

Art. 8.3: OCORRÊNCIA DE LESÃO OU ACIDENTE

Em caso de lesão ou ferimento de um dos competidores, o Árbitro Central deverá interromper prontamente a prova, ajudar o competidor magoado e chamar de imediato o Médico do Torneio. O tratamento deverá ser feito sem atrasar significativamente a prova ('match').

Art. 8.4: AUTORIDADE EM SITUAÇÕES DE FERIMENTOS E ACIDENTES

Apenas o Médico do Torneio pode tomar decisões relacionadas com lesões ou ferimentos, acidentes ou a condição física dos competidores.

Art. 8.5: DECISÃO EM CASO DE LESÃO OU ACIDENTE

1. Quando o competidor seja considerado incapaz de continuar a prova devido a lesão ou qualquer outra razão de ordem física, com base em indicação do Médico do Torneio, o Árbitro Central deverá dar a prova por terminada e suspender o competidor em causa
 - 1.1 Se a lesão ou ferimento for imputável ao seu oponente, ele será declarado vencedor
 - 1.2 Se a lesão ou ferimento não for imputável ao seu oponente, ele perderá o combate
2. Um competidor que vença uma prova através da desqualificação do oponente devido a lesão ou ferimento (situação 1.1 acima) não pode participar de novo em provas de combate durante a competição sem a autorização do Médico do Torneio
3. Para segurança do competidor, se um competidor vencer dois combates por atribuição de *Hansoku* ao seu oponente devido a danos causados por técnicas não controladas, esse competidor não poderá prosseguir no Torneio

Art. 8.6: DECISÃO SOBRE ABANDONO DE PROVA DE KUMITE

1. Um competidor que tenha sofrido uma lesão ou ferimento menor, não suficiente para o incapacitar, e se recuse a continuar o combate ou solicitar permissão para abandonar a prova, perderá o combate
2. Se um competidor ficar incapacitado por lesão ou ferimento que tenha ocorrido durante o combate e cuja responsabilidade não seja imputável a nenhum dos competidores, ou na situação de ambos os competidores se lesionarem ao mesmo tempo por responsabilidade de ambos,
 - 2.1 será declarada a derrota do competidor que abandone o combate
 - 2.2 quando ambos os competidores abandonem o combate por lesões que não sejam imputáveis a nenhum deles, será declarado um empate.

§ 3: ASSUNTOS RELACIONADOS COM SEGURANÇA

Art. 8.7: ASPECTOS GERAIS SOBRE SEGURANÇA

1. O competidor não pode usar equipamento de protecção. Contudo, pode ser permitido o uso de equipamento de segurança para prevenção de acidentes, desde que sejam aprovados pela Comissão Técnica
2. Não é permitido ao competidor o uso de ligaduras e outros suportes, excepto se autorizado pelo Médico do Torneio
3. O competidor deverá ter as unhas aparadas e curtas, e não pode usar no corpo objectos, metálicos ou outros, que possam causar lesão ou ferimento

Art. 8.8: ASPECTOS PARTICULARES SOBRE SEGURANÇA

1. Em provas de Kumite, os competidores usarão as protecções de punho aprovadas pela ESKA
2. As protecções de dentes são obrigatórias em Kumite
3. As coquilhas são permitidas em Kumite
4. As protecções de peito são permitidas no Kumite feminino
5. Não é permitido o uso de óculos em Kumite

§ 4: ABANDONO

Art. 8.9: ABANDONO

Ao competidor que não possa continuar a competir ou participar numa prova por razões não relacionadas com lesões, ou que peça para abandonar a prova por essas razões, será atribuída a derrota.

§ 5: ORIENTAÇÃO PELO TREINADOR

Art. 8.10: ORIENTAÇÃO PELO TREINADOR

Durante uma prova de Kumite, o Treinador só pode dar indicações ao seu atleta durante o período em que o combate estiver interrompido, desde a voz de *Yame* do Árbitro Central até à sua voz de *Tsuzukete hajime*.

§ 6: INDUMENTÁRIA E APRESENTAÇÃO

Art. 8.11: TRAJE OFICIAL

Os trajes oficiais dos competidores, Juízes e treinadores seguem as especificações reunidas no Anexo 9 ('Traje Oficial').

Art. 8.12: COMPETIDORES

1. Os competidores deverão usar um Karate-gi branco, limpo e sem quaisquer marcações ou figuras
2. Em provas de Kumite, e de Kata pelo sistema de bandeiras, um dos competidores usará um cinto vermelho e o outro um cinto branco, para efeitos de identificação. Os competidores não são obrigados a retirar o seu próprio cinto

Art. 8.13: INCONFORMIDADES COM AS NORMAS DE INDUMENTÁRIA

Os membros oficiais da ESKA, o Director do Torneio e os Painéis de Arbitragem podem impedir a participação de qualquer agente oficial ou competidor que não se apresente de acordo com este Regulamento.

§ 7: ÁREA DE COMPETIÇÃO E EQUIPAMENTOS

Art. 8.14: ÁREA DE COMPETIÇÃO

1. A Área de Competição deverá ter uma superfície plana, e devem ser tomadas as medidas necessárias para prevenir acidentes
2. O pavimento de madeira é o preferido. Contudo, podem também ser usada tela ou tatami (tapetes de competição)
3. Dimensões da Área de Competição:
 - 3.1 a Área de Competição para Kumite será, em princípio, um quadrado de 8 metros de lado (64 m²)
 - 3.2 o tamanho da Área de Competição para Kata deverá ser suficiente para que os competidores possam executar as Kata sem quaisquer obstáculos
4. A Área de Competição deverá estar delimitada de forma visível
5. Os pormenores sobre a Área de Competição estão explicitados no Anexo 7 (Diagramas da Área de Competição)
6. Linhas adicionais:
 - 6.1. Para a Área de Competição de Kumite: devem ser marcadas duas linhas paralelas, de 1 metro de comprimento cada, com o seu ponto médio à distancia de 1,5 m do centro e perpendiculares à linha de colocação inicial do Árbitro Central (isto é, uma à direita, outra à esquerda da posição inicial do Árbitro Central). Essas são as linhas de colocação dos competidores para o início, reinício e fim dos combates
 - 6.2. Para a Área de Competição de Kata – sistema de bandeiras: deverão ser marcadas duas linhas, cada uma de meio metro de comprimento, paralelas e a 2 metros da linha de limite da área oposta ao lugar ocupado pelo Árbitro Central, com um intervalo entre elas de 3 metros. Estas são as linhas de posicionamento inicial e final dos competidores

Art. 8.15: EQUIPAMENTO PARA A COMPETIÇÃO

Os tipos, quantidade e usos do equipamento preparado pelo Anfitrião do Torneio são especificados no Anexo 6.

§ 8: PESSOAL (STAFF)

Art. 8.16: **DIRECTOR DO TORNEIO**

1. É designado pelo Corpo Executivo da ESKA
2. Tem a autoridade sobre a condução e o decorrer das provas em tudo o que não envolva, ou interfira, com as regras de arbitragem
3. Será assistido pelo pessoal (staff) do Torneio

Art. 8.17: **MÉDICO DO TORNEIO**

1. É designado pelo Corpo Executivo da ESKA
2. Tem a autoridade sobre todos os assuntos de carácter médico durante o Torneio
3. Será assistido pela equipa de primeiros socorros

Art. 8.18: **PESSOAL (STAFF) DO TORNEIO**

1. O Anfitrião do Torneio designará um conjunto de pessoas com a função de executar tarefas determinadas e de facilitar os aspectos operacionais relacionados com a realização das provas

O modo de actuação do staff do Torneio está especificado no Anexo 5 ('Pessoal (staff) do Torneio').

LIGA PORTUGUESA DE KARATE-DO SHOTOKAN

REGRAS DE COMPETIÇÃO

ANEXOS

ANEXO 1: TERMOS E OS SEUS SIGNIFICADOS

<i>Shobu ippon hajime</i>	Início do combate
<i>Yame</i>	Parar
<i>Tsuzukete hajime</i>	Reiniciar combate (depois de <i>Yame</i>)
<i>Tsuzukete</i>	Continuação
<i>Atoshibaraku</i>	30 segundos até ao final do combate
<i>Soremade</i>	Fim do combate
<i>Motonoichi</i>	Aos vossos lugares (comando para os competidores assumirem as posições iniciais)
<i>Jogai, nakae</i>	Fora da área, regresse(m) à Área de Competição (comando para os competidores re-entrarem na Área de Competição)
<i>Ippon</i>	Técnica decisiva
<i>Waza-ari</i>	Técnica eficaz (mas não decisiva)
<i>Awasete Ippon</i>	<i>Ippon</i> por acumulação (dois <i>Waza-ari</i> reconhecidos como um <i>Ippon</i>)
<i>Aiuchi</i>	Simultaneidade de técnicas pontuáveis
<i>Fukushin shugo</i>	Comando para reunião dos Juízes
<i>Hantei</i>	Decisão
<i>Aka (Shiro) no kachi</i>	Vitória do competidor vermelho (branco)
<i>Hikiwake</i>	Empate
<i>Hansoku chui</i>	Aviso de desqualificação
<i>Hansoku</i>	Falta (infracção)
<i>Hansoku make</i>	Desqualificação devido a uma falta (infracção)
<i>Shiro (Aka) hansoku, aka (shiro) no kachi</i>	Falta cometida pelo competidor vermelho (branco), vitória do competidor branco (vermelho)
<i>Shiro (Aka) no kiken niyori, aka (shiro) no kachi</i>	Vitória do competidor vermelho (branco) por renúncia do competidor branco (vermelho)
<i>Encho sen</i>	Prolongamento do tempo de combate
<i>Uke te imasu</i>	Técnica defendida, bloqueada
<i>Nukele imasu</i>	Técnica fora do alvo
<i>Hayai</i>	Designa uma técnica completada antes da técnica do oponente
<i>Yowai</i>	Técnica fraca (pouca intensidade)
<i>Ma-ai</i>	Distância
<i>Fujubun</i>	Técnica insuficiente

<i>Torimasen</i>	Não aceitável
<i>Atenai</i>	Cuidado, não tocar
<i>Mubobi</i>	Falta de cuidado com a segurança do próprio
<i>Shikaku</i>	Desqualificação do Torneio
<i>Mienai</i>	Não vi (fora do campo de visão)
<i>Keikoku</i>	Advertência oficial

ANEXO 2: MÉTODOS USADOS PELO ÁRBITRO



HAJIME COMECEM
(KUMITE)



HAJIME COMECEM
(KATA)



YAME STOP



YAME SOREMADE
FIM DE COMBATE



MOTONOICHI
AOS VOSSOS LUGARES



TSUZUKETE HAJIME
REINICIAR COMBATE



WAZA-ARI
TÉCNICA VÁLIDA



IPPON
TÉCNICA DECISIVA



TORIMASEN
SEM PONTUAÇÃO



HAYAI
VERMELHO (BRANCO) PRIMEIRO



AIUCHI
TÉCNICAS SIMULTÂNEAS



MAAI
DISTÂNCIA



UKETE MASU
DEFENDIDO (BLOQUEADO)



NUKETE MASU
FORA DO ALVO



FUKUSHIN SHUGO
CHAMANDO UM DOS JUÍZES



FUKUSHIN SHUGO
CHAMANDO TODOS OS JUÍZES



YOWAI
TÉCNICA FRACA (POUCA INTENSIDADE)



KEIKOKU
ADVERTÊNCIA



HANSOKU CHUI
AVISO DE DESQUALIFICAÇÃO



HANSOKU
FALTA (INFRACÇÃO)



JOGAI
FORA DA ÁREA

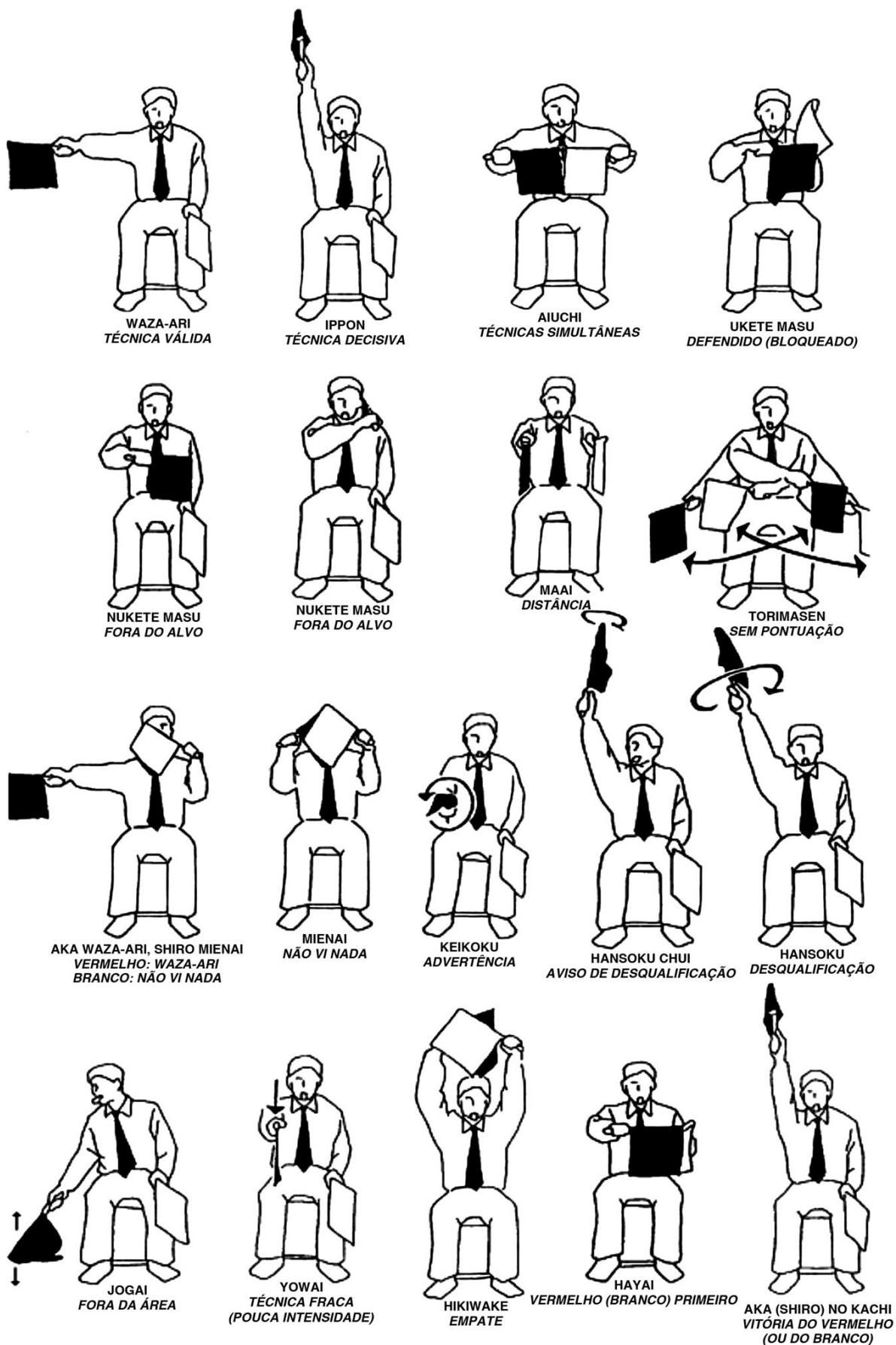


HIKIWAKE
EMPATE



AKA (SHIRO) NO KACHI
VITÓRIA DO VERMELHO (OU BRANCO)

ANEXO 3: MÉTODOS USADOS PELOS JUÍZES DE CANTO



ANEXO 4: TABELA DE DECISÕES

Julgamento pelos 4 Juízes de Canto e Decisão final

(As letras S, A e E representam, respectivamente *Shiro*, *Aka* e Empate.)

	Opinião dos Juízes de Canto				Decisão
1	S	S	S	S	Vitória de <i>Shiro</i>
2	S	S	S	A	Vitória de <i>Shiro</i>
3	S	S	S	E	Vitória de <i>Shiro</i>
4	S	S	E	E	Vitória de <i>Shiro</i> ou empate; avaliado e decidido pelo Árbitro Central
5	S	S	A	E	Vitória de <i>Shiro</i> ou empate; avaliado e decidido pelo Árbitro Central
6	A	A	A	A	Vitória de <i>Aka</i>
7	A	A	A	S	Vitória de <i>Aka</i>
8	A	A	A	E	Vitória de <i>Aka</i>
9	A	A	E	E	Vitória de <i>Aka</i> ou empate; avaliado e decidido pelo Árbitro Central
10	A	A	S	E	Vitória de <i>Aka</i> ou empate; avaliado e decidido pelo Árbitro Central
11	E	E	E	E	Empate
12	E	E	E	A	Empate
13	E	E	E	S	Empate
14	E	E	A	S	Empate
15	A	A	S	S	Empate, vitória de <i>Shiro</i> ou vitória de <i>Aka</i> ; avaliado e decidido pelo Árbitro Central

Quando os Juízes de Canto são convocados para uma decisão final, cada voto de um Juiz de Canto tem o mesmo valor de um voto do Árbitro Central.

ANEXO 5: PESSOAL (STAFF) DO TORNEIO

O Anfitrião do Torneio designará um conjunto de pessoas com a função de executar tarefas determinadas e de facilitar os aspectos operacionais relacionados com a realização das provas. Estes membros do staff ocuparão posições adequadas à realização das suas funções.

As suas funções estão especificadas nas ESKA Tournament Organizing Rules.

1. O Registador

- o Registador é responsável por assegurar que os factos essenciais das provas são rigorosamente registados
- estes factos são:
 - o nome dos participantes
 - o nome das Kata executadas
 - o nome do vencedor de cada prova
 - as pontuações, penalizações e decisões do Árbitro Central
 - as pontuações atribuídas pelos Juízes em provas de Kata pelo Sistema de Pontuação
 - todas as anotações essenciais relativas às provas

2. O Controlador de Tempo

- o Controlador de Tempo é responsável por assegurar que o combate decorre no tempo estabelecido (normalmente 2 minutos)
- o Controlador de Tempo deve parar o relógio quando o combate é interrompido e deve reiniciá-lo quando ele recomeça
- o Controlador de Tempo deve dar sinais através de um gongo, campainha ou ‘buzzer’ indicando que “faltam 30 segundos” ou que o tempo acabou

3. O Anunciador

- o Anunciador é responsável pela chamada dos competidores à Área de Competição no devido tempo e por assegurar que os resultados e decisões do Painel de Arbitragem são claramente anunciados a todos os envolvidos
- a pontuação total deverá ser anunciada imediatamente a seguir à execução da Kata

4. Oficiais de mesa

Com o objetivo de que o torneio se realize sem problemas, os oficiais de mesa estão encarregados das seguintes tarefas:

- estar atentos ao decorrer das provas
- comunicar com os participantes
- comunicar com os Juízes

- preparar a Área de Competição, em particular o pavimento (tapetes ou tatami, se for o caso)
- outras funções determinadas pelo Anfitrião do Torneio

5. Equipa de primeiros socorros

A equipa deve estar preparada para agir, juntamente com um médico, em caso de acidente ou doença. Devem:

- prestar assistência ao Médico do Torneio
- dispor de equipamento de primeiros socorros
- preparar um local para cuidar dos atletas lesionados ou feridos
- outras funções serão determinadas pelo Anfitrião do Torneio ou pelo Médico do Torneio

ANEXO 6: EQUIPAMENTO PARA AS PROVAS

Os tipos, quantidade e usos do equipamento preparado pelo Anfitrião do Torneio são:

1. Bandeiras para a arbitragem (vermelhas e brancas, 5 de cada para cada área).
O Árbitro Central e os Juízes de Canto recebem um par de bandeiras cada um, que usarão para assinalar o vencedor e sinalizar ocorrências e decisões.
2. Tábuas de pontuação (7 conjuntos para cada Área de Competição)
Cada conjunto terá nas tábuas os dígitos inteiros de 5 a 9 e decimais de 0 a 9, perfazendo 14 tábuas por conjunto.
Deverá haver diferença significativa entre a cor dos dígitos inteiros e a dos decimais
O Árbitro Central e os Juízes de Canto receberão um conjunto cada, que utilizarão para comunicar as pontuações que atribuíam.
3. Equipamento para registo
O equipamento de registo consistirá em formulários de registo, folhas de cálculo, caneta, etc., que serão usados pelo Registador.
4. Placas com os nomes das Kata
Os nomes das Kata estarão escritos em placas (tamanho A6 e letras grandes).
O Árbitro Central usará essas placas na determinação da Kata solicitada ao(s) competidor(es), no sistema de ‘atribuição de Kata’.
5. Faixas vermelhas
Estas faixas vão ser usadas pelos participantes para que os Juízes possam distingui-los facilmente. Estas faixas não deverão incomodar os participantes na sua execução por serem demasiado compridas, mas terão de ser grandes o suficiente para que os Juízes as vejam claramente.
6. Cronómetros e sinalização dos tempos de prova
O Controlador de Tempo receberá um relógio com capacidade para cronometrar o tempo decorrido em provas de Kumite, e dotado de sinalização sonora.
7. Caderno de notas para as provas de Kumite
Organizado pelo Director da Competição.
8. Outras questões
O material necessário para manter a superfície da Área de Competição limpa e desinfetada.

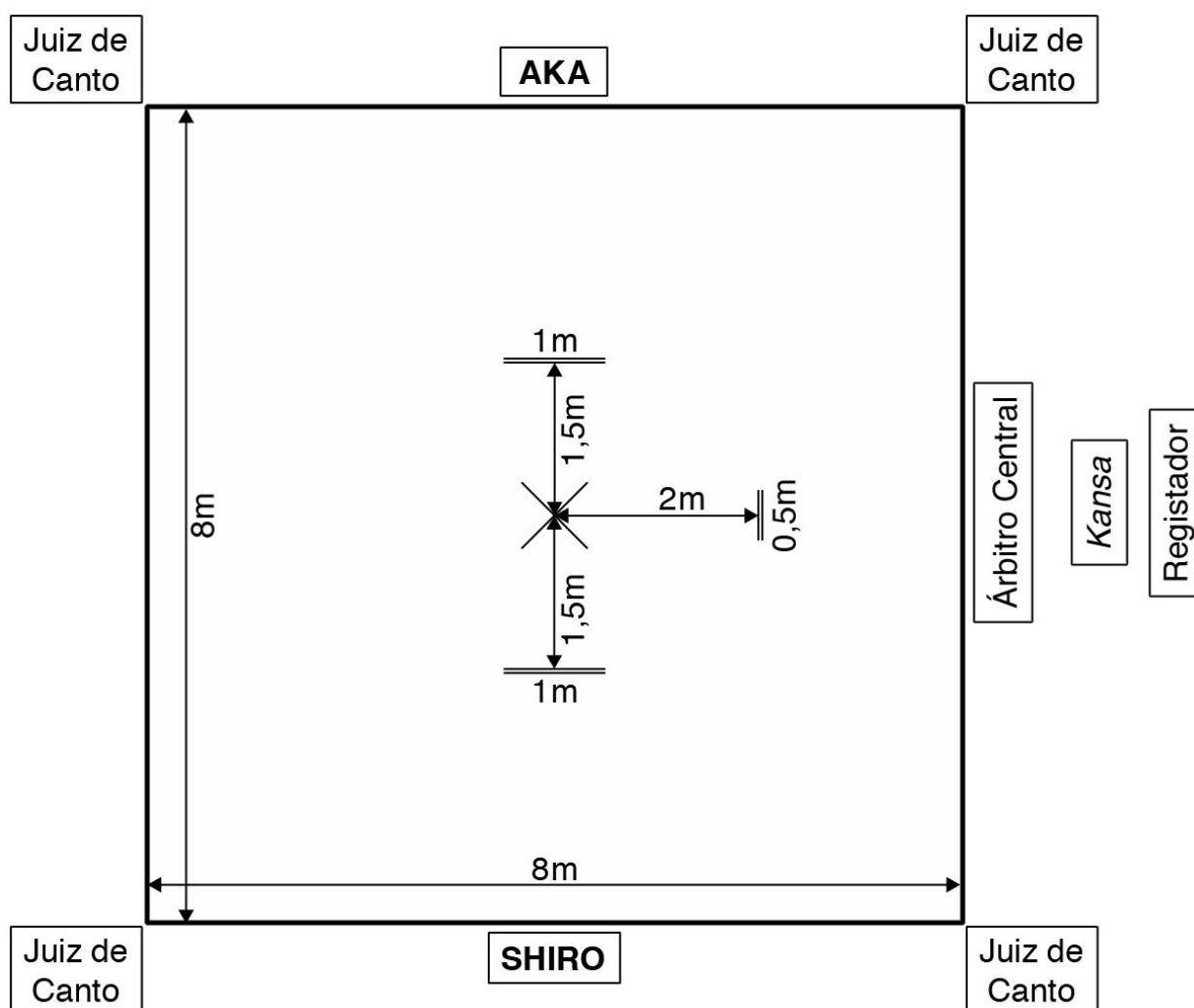
ANEXO 7: DIAGRAMAS DA ÁREA DE COMPETIÇÃO

A largura de todas as linhas é de 5 cm.

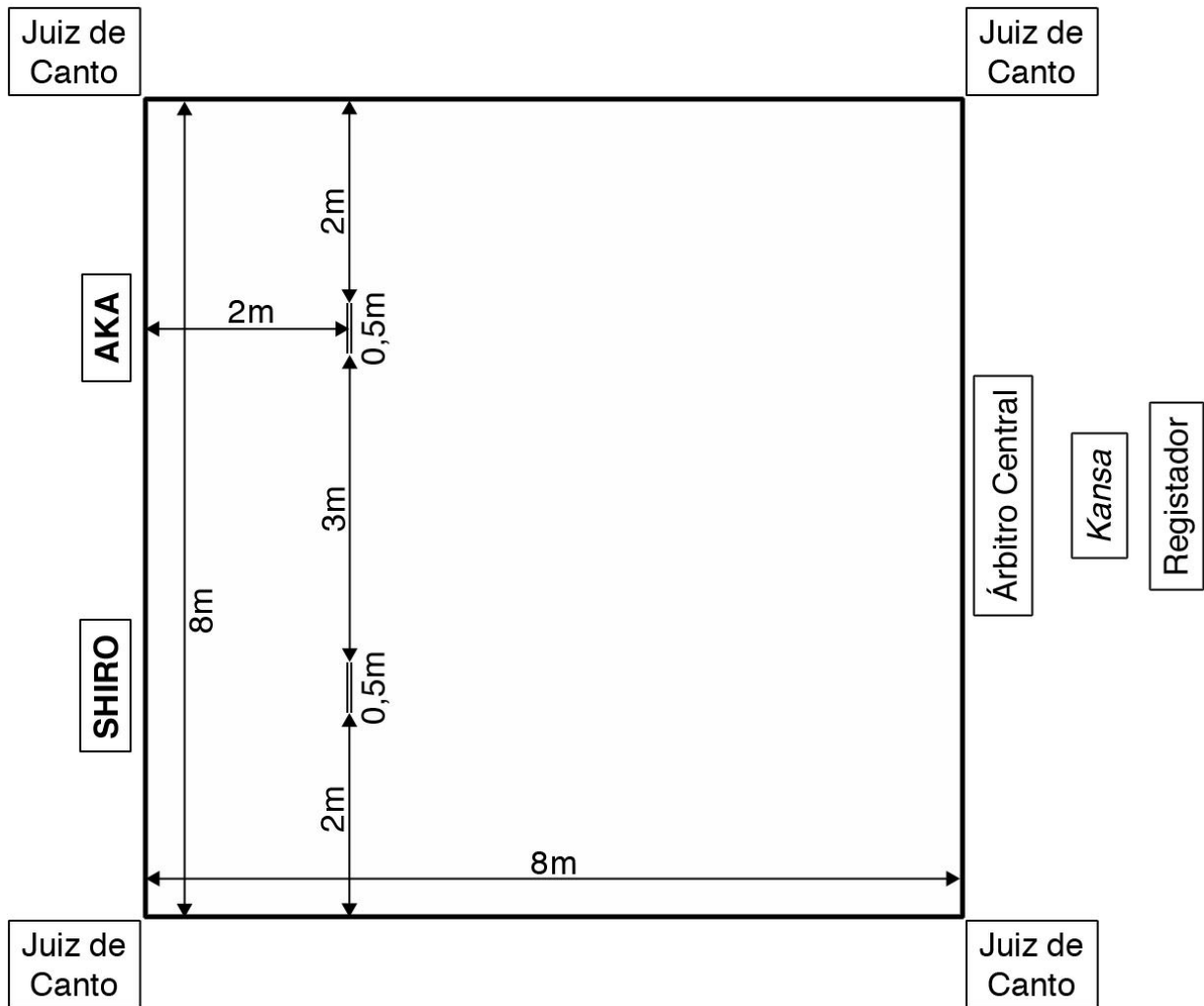
As linhas-limite fazem parte da área.

A área de prova tem de ser rodeada por uma área de segurança com um mínimo de 1 metro de largura.

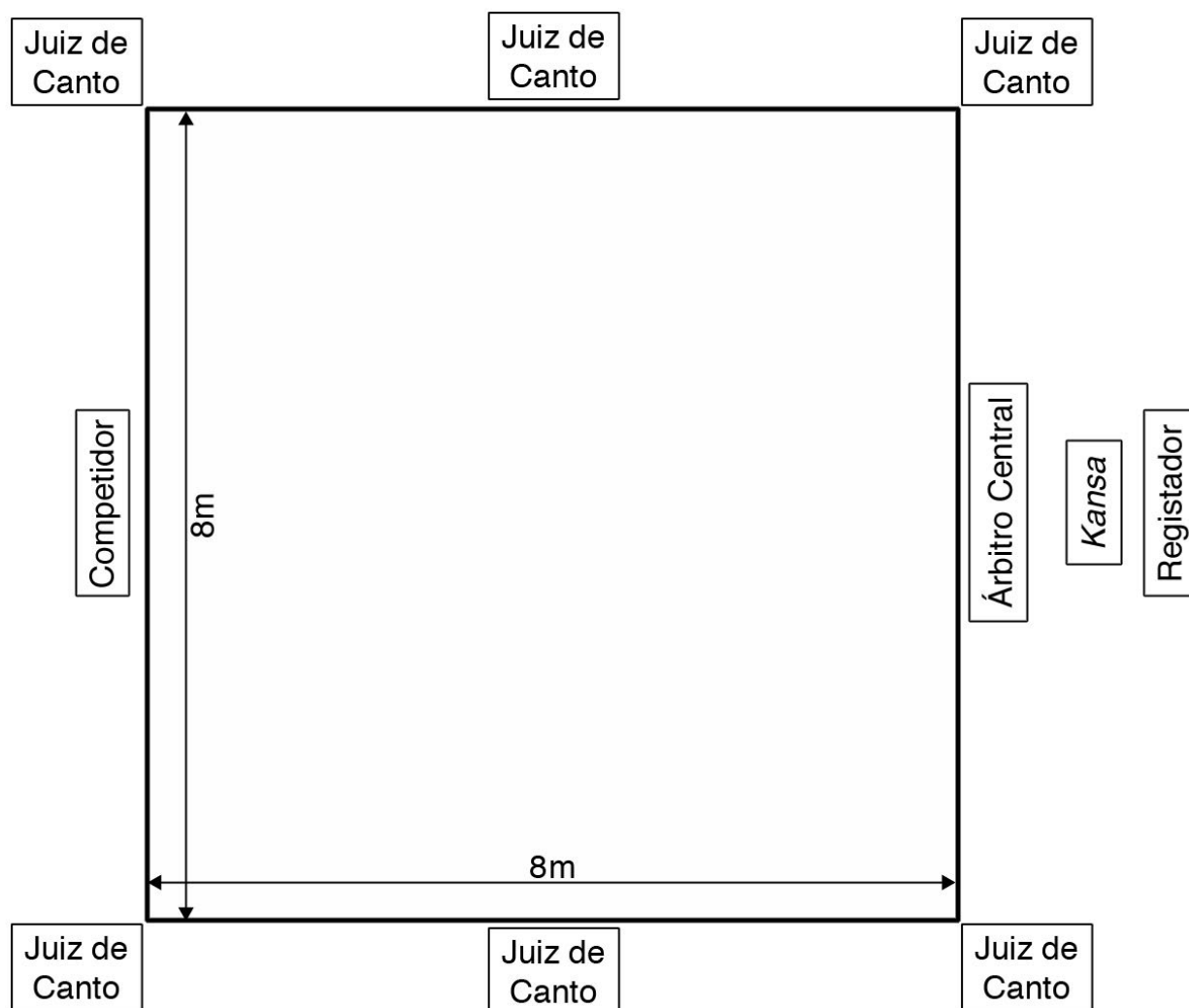
Kumite



KATA - SISTEMA DE BANDEIRAS



KATA - SISTEMA DE PONTUAÇÃO



ANEXO 8: LISTA DAS KATA DE COMPETIÇÃO DA LPKS/ESKA

Grupo 1:	Heian Shodan – Heian Nidan – Heian Sandan – Heian Yondan – Heian Godan – Tekki Shodan
Grupo 2:	Bassai Dai – Kanku Dai – Jion – Empi
Grupo 3:	Bassai Dai – Kanku Dai – Jion – Empi – Hangetsu
Grupo 4:	Bassai Shō – Kanku Shō – Tekki Nidan – Tekki Sandan – Jitte – Jiin – Gankaku – Chinte – Unsu – Sōchin – Nijūshiho – Meikyō – Gojūshiho Dai – Gojūshiho Sho – Wankan

ANEXO 9: **TRAJE OFICIAL**

1. Juízes

- os Juízes devem usar o uniforme oficial designado pelo Congresso da ESKA. Este uniforme deve ser usado em todos os torneios, cursos e exames.
- o uniforme oficial é constituído por:
 - um blazer azul marinho único (uma só coluna de botões) com dois botões prateados
 - camisa branca de mangas compridas
 - gravata cor-de-vinho ou grená
 - calças lisas, cinzento-claras
 - peúgas azuis escuras ou pretas, lisas, e sapatos pretos para usar fora da Área de Competição
- não é permitido o uso, nem de sapatos nem de meias, ao Árbitro Central e Juízes de Canto quando estão a arbitrar ou julgar uma prova

2. Competidores

- Karate-gi
 - os competidores devem usar um Karate-gi branco, limpo e sem quaisquer marcações ou figuras. Não é permitido usar fita adesiva para cobrir ou tapar anúncios ou publicidade
 - o casaco, quando apertado e com o cinto atado à cintura, deve ser suficientemente comprido para cobrir as ancas
 - as mangas do casaco devem chegar pelo menos até metade do antebraço e não podem estar dobradas ou enroladas para fora. As mangas não podem cobrir os pulsos
 - as calças devem ser suficientemente longas para cobrir pelo menos dois terços da perna abaixo do joelho. As calças não podem cobrir os tornozelos
 - o comprimento total do cinto deverá ser tal que, quando adequadamente atado à cintura, deixe duas pontas livres de 15 cm. O cinto deve ter perto de 5 cm de largura
 - é permitido o uso de um emblema de nacionalidade. O tamanho máximo do emblema é de 10 cm por 10 cm. O emblema deverá ser colocado no Karate-gi em posição correspondente ao lado esquerdo do peito
- Outros assuntos
 - cada competidor deve manter o cabelo limpo e com um tamanho que não perturbe o decorrer da prova

- não é permitido o uso de *Hachimaki* (banda de cabeça)
- caso considere que o cabelo de um competidor está demasiado longo e/ou que não está devidamente limpo o Árbitro Central pode, com a aprovação do Árbitro-Chefe, excluí-lo de prova
- não é permitido o uso de travessões ou ganchos de cabelo
- os competidores devem ter as unhas cortadas e não podem usar adereços, metálicos ou não
- o uso de lentes de contacto hidrofílicas ('soft') é permitido, mas os riscos incorridos são da responsabilidade dos competidores
- não é permitido o uso de roupa ou equipamento para lá do autorizado
- atletas do sexo feminino estão autorizadas a usar uma camisola ou T-shirt branca, lisa, por baixo do casaco
- atletas do sexo feminino estão autorizadas a usar o equipamento de segurança aprovado pela Comissão Técnica
- cada competidor deve usar um número de identificação no peito ou nas costas
- em provas de Kumite, e de Kata pelo Sistema de Bandeiras, um dos competidores atará à cintura um cinto vermelho para efeitos de identificação. Os competidores não precisam de tirar os seus próprios cintos.

3. Treinadores ('coaches')

O treinador deverá usar, durante a totalidade do Torneio, um fato de treino ou 'sobre-gi' com um emblema identificativo.

4. Publicidade

- não é permitida publicidade no Karate-gi
- é permitida a presença de publicidade nos fatos de treino nacionais, os quais podem ser usados na cerimónia de abertura e na cerimónia protocolar (entrega de troféus)

ANEXO 10: PARTICIPAÇÃO NUMA PROVA

1. Generalidades

- após o início do sorteio oficial, não pode haver substituições em competição individual (excepto com a autorização da Comissão de Competição)
- os competidores, individuais ou equipas, que não compareçam no local onde se realiza a competição antes do início do Torneio podem ser desqualificados desse Torneio
- na eventualidade de um competidor ou equipa, inscritos para participar, não comparecerem sem uma adequada justificação, ou abandonarem as provas e o local sem avisarem previamente as autoridades que dirigem as provas, estarão sujeitos à aplicação de medidas disciplinares que serão decididas pela Comissão Técnica
- na eventualidade de, por erro dos oficiais que administram o Torneio, entrarem em prova, em dado momento, os competidores errados, então, qualquer que tenha sido o resultado, essa prova (‘match’) será considerada nula e improcedente

2. Prova de Kumite por equipas

- numa competição de Kumite por equipas cada equipa só pode participar se se apresentar com, pelo menos, mais de metade dos seus elementos, excepto na primeira prova, em que se aplica o disposto no ponto 2 do Art. 4.10 do presente Regulamento
- antes do início da prova de Kumite por equipa, um representante da equipa deverá entregar na mesa de controlo, em impresso oficial, a lista com os nomes dos competidores, especificando a ordem pela qual combaterão
- a ordem de participação dos competidores de cada equipa pode ser modificada em cada volta, mas uma vez notificada já não pode ser alterada

3. Abandono da prova

- Ao competidor que não possa continuar a competir ou participar numa prova por razões não relacionadas com lesões, ou que peça para abandonar a prova por essas razões, será atribuída a derrota

ANEXO 11: REGULAMENTO MÉDICO GERAL

1. Generalidades

- a protecção da saúde dos competidores e a redução do risco de acidentes formam uma parte fundamental do Regulamento de Competição da ESKA. Os cuidados médicos são exclusivamente para tratamento de lesões que venham a ocorrer
- o Médico do Torneio pode, se necessário, ajuizar quanto à capacidade de um competidor continuar em prova
- é recomendado que todos os competidores se submetam uma vez por ano a um exame médico exaustivo por um médico com experiência em Medicina Desportiva. A verificação deste procedimento é da responsabilidade das organizações nacionais
- por solicitação do Médico do Torneio, e havendo lugar a dúvida justificada, qualquer competidor deverá submeter-se a um exame médico
- as lesões, ferimentos ou doenças que afectem os atletas que vão competir serão obrigatoriamente comunicadas ao Médico do Torneio antes do início da competição
- é proibido o uso de quaisquer substâncias dopantes

2. Regulamento médico para provas de Kumite

- se um competidor ficar inconsciente durante uma prova, mesmo que por um momento, terá de ser examinado pelo Médico do Torneio
- se um competidor ficar inconsciente durante uma prova por 10 segundos ou mais será excluído das provas subsequentes até ao final do Torneio