



VIII KARATE OPEN DA MEALHADA

Pavilhão Municipal da Mealhada

Programa

SEXTA, 25/04/2025

- 08H30 - Reunião de Árbitros
- 09H00 - kata, Masters, Juvenil masculino, Juvenil feminino, Iniciados masculino,
- 09H30 - kata, Cadetes masculinos,
- 10H10 - kata, iniciado e cadete femininos e juniores masculino,
- 10H30 - Kata juniores femininos
- 11H00 - kata, Infantil masculino
- 11H30 - Kata, Infantis feminio, Seniores feminino e masculino,
- 11H40 - Kumite Iniciado masculino -37kg e Iniciado feminino todos pesos,
- 12H00 - Kumite Iniciado masculino -44kg e +44kg, e iniciado feminino todos pesos
- 12H30 - Kata Síndrome Dawn.
- 13H20 - Entrega dos prémios dos katas e kumite iniciados.

- 15H00 - kumite Juvenis masculino e feminino, todos pesos,
- 16H00 - kumite Cadete masculino, todos pesos,
- 16H40 - kumite Cadete feminino e juniores feminino todos os pesos,
- 17H10 - kumite Júnior masculino -68kg e Sénior masculino -67kg,
- 17H50 - Kumite Juniores masculino -61kg, -76kg e +76kg,
- 18H00 - Kumite Seniores masculino -75kg e +75kg,
- 18H30 - kumite restantes categorias,
- 19H30 - Entrega de prémios e encerramento do Open.

PESAGENS: Pesagens livres. Na oficial só se pesam uma vez, se o peso estiver errado são eliminados. Horários 10.30-11.30H, 14.30-14.50H e 15.30-16.30H.

Nota: Todos competidores têm que estar devidamente equipados, 30 minutos antes de iniciar a sua prova na sala de aquecimento, local das chamadas, neste momento será indicado o Tatami da respetiva prova.

Os competidores medalhados, só podem subir ao pódio em fato de treino ou karate gi.