



I OPEN KARATE DE TORRES VEDRAS

Programa

Dia 07 de dezembro de 2025

Pavilhão da Escola Básica 2.3 S. Gonçalo – Torres Vedras

08H40 – Reunião de técnicos de Arbitragem

09H00 – Kata iniciado feminino e masculino, juvenis femininos e masculino

10H10 – Kata cadetes feminino e masculinos

10H30 – Kata infantil feminino e masculino

11H30 – Kata júnior e seniores feminino e masculino

12H20 – Kumite iniciado feminino -37kg e +37kg.

➤ **Entrega de prémios.**

14H30 – Kumite iniciado masc -37 e +37. Juvenis masc -45 e +50kg.

15H00 – Kumite juvenis feminino -45kg.

15H30 – Kumite juvenis fem +45kg, juvenis masc -50kg e cadete masc -57kg.

16H00 – Kumite cadete feminino -54 e +54 kg, cadete masculino -63 e + 63kg.

16H50 – Kumite júnior masculino -61 e -68kg, júnior feminino -59 e +59kg.

17H00 – Kumite júnior masculino +68kg.

17H50 – Kumite sénior masculino e feminino todos pesos.

➤ **Horário das Pesagens: 10h – 11:30h / 13:30h – 15h**

➤ **A chamada será efetuada na sala de aquecimento, nesse momento será indicado o tatami para cada prova.**

➤ **Entrega dos prémios das provas da tarde será efetuada no fim de cada categoria.**

Nota: todos atletas tem que estar devidamente equipados 15 minutos antes da hora do início da sua prova. Só podem subir ao pódio de karate gi ou fato de treino.