

The top banner features a solid orange background. On the left and right sides, there are black silhouettes of two female karate athletes in dynamic poses, wearing white gi with black belts. In the center, the text is arranged vertically. The date '1 MARÇO' is in white on a black arrow-shaped background. Below it, the venue 'Pavilhão Polidesportivo Municipal da Lourinhã' is in white. The event name 'VI OPEN KARATE' and 'LOURINHÃ' are in large white letters.

1 MARÇO

Pavilhão Polidesportivo Municipal da Lourinhã

VI OPEN KARATE

LOURINHÃ

Boletim Informativo

Open Karate Lourinhã

1 MARÇO

Pavilhão Polidesportivo Municipal da Lourinhã

VI OPEN KARATE LOURINHÃ

1. Informações

Data

1 de Março de 2026

Local

Pavilhão Polidesportivo Municipal da Lourinhã – Rua Dr. Luis Reis Silva





1 MARÇO

Pavilhão Polidesportivo Municipal da Lourinhã

VI OPEN KARATE LOURINHÃ

2. Inscrições

1. As inscrições são feitas através da plataforma Kimura;
2. A taxa de inscrição para os atletas é de 15 euros por prova e os Treinadores é de 5 euros;
3. Só Treinadores com credencial podem estar na zona de competição;
4. Fotógrafos e imprensa - Necessitam de se registar através do email provas.aks@gmail.com;
5. As inscrições só serão validadas quando for enviado por email o comprovativo de pagamento referente à transferência bancária, devidamente identificado;
6. Após o sorteio não há direito ao reembolso das inscrições.

The poster features a vibrant orange background. On the left and right sides, there are stylized black silhouettes of a female karate practitioner in a dynamic pose, wearing a gi with a black belt. In the center, a black arrow-shaped banner points to the right, containing the date '1 MARÇO' in white. Below this, the text 'Pavilhão Polidesportivo Municipal da Lourinhã' is written in white. The main title 'VI OPEN KARATE' is prominently displayed in large, bold, white capital letters, followed by 'LOURINHÃ' in a slightly smaller, bold, white capital font.

1 MARÇO

Pavilhão Polidesportivo Municipal da Lourinhã

VI OPEN KARATE

LOURINHÃ

3. Pagamento

Data limite para inscrições

14 de fevereiro de 2026

Só serão válidas as inscrições realizadas na plataforma Kimura, com o devido pagamento.

Dados para pagamento

Enviar comprovativo de pagamento para o e-mail provas.aks@gmail.com, no descritivo da transferência indicar o nome do clube IBAN PT50004551914025232369206 CCA



1 MARÇO

Pavilhão Polidesportivo Municipal da Lourinhã

VI OPEN KARATE LOURINHÃ



4. Regras do Torneio

- 1.0 “Open Karate Lourinhã” é uma prova aberta a todos os atletas de Karate;
2. As regras de arbitragem serão as vigentes na FNK-P/WKF, no entanto a organização salvaguarda a possibilidade de efetuar alterações que considere necessárias, se existirem serão mencionadas na reunião de Árbitros e Treinadores;
3. Todos os treinadores deverão levantar as credenciais entre as 08:00h e as 12:00h no dia 1 de março 2026;
4. As provas dão início pelas 9:00h;
5. Na prova de Kumite, as categorias devem ter um mínimo de 4 atletas, caso contrário, ficará junto com a categoria seguinte ou anterior. A prova de Kata não se realiza com menos de 4 inscritos por escalão;
6. Não serão aceites reclamações por presumíveis erros de valorização técnica;
7. A organização não se responsabiliza por eventuais acidentes e suas consequências que venham a ter lugar nesta competição. Assim os atletas deverão estar cobertos pelo seguro desportivo;
8. A organização proporcionará apoio médico compatível com as provas;
9. Só os treinadores e fotógrafos credenciados terão acesso aos espaços reservados à competição.



1 MARÇO

Pavilhão Polidesportivo Municipal da Lourinhã

VI OPEN KARATE

LOURINHÃ

5. Escalões em Prova

Os competidores serão distribuídos pelos seguintes escalões etários e categorias de peso:

| | Kata | Kumite | |
|------------------------|-------------|---------------------|---------------------|
| | | Masculino | Feminino |
| Infantil (até 9 anos) | ✓ | - | - |
| Iniciados (10/11 anos) | ✓ | -37Kg -44Kg +44Kg | -37Kg -44Kg +44Kg |
| Juvenis (12/13 anos) | ✓ | -45kg, -50Kg, +50Kg | -45kg, -50Kg, +50Kg |
| Cadetes (14/15 anos) | ✓ | -57kg, -63Kg, +63Kg | -54Kg, -61kg, +61Kg |
| Júniiores (16/17 anos) | ✓ | -61kg, -68Kg, +68Kg | -53Kg, -59kg, +59Kg |
| Sénior (+18 anos) | ✓ | -67kg, -75Kg, +75Kg | -55kg, -61Kg, +61Kg |



1 MARÇO

Pavilhão Polidesportivo Municipal da Lourinhã

VI OPEN KARATE LOURINHÃ

6. Kumite

- 1.No escalão de Iniciado (10/11 anos) o tempo é de 1 minuto. É permitido ataques Jodan mas não podem tocar, nem com os pés.
- 2.No escalão de Juvenil o tempo é de 1.30 minuto, Sénior 2 minutos.
- 3.Os outros escalões são as regras oficiais da W.K.F. (F.N.K.P.)
- 4.Nos escalões de Iniciados e Juvenis é obrigatório o uso de colete exterior e capacete.

7. Prémios

- 1.Serão distribuídas medalhas pelos lugares de pódio de cada escalão.
- 2.No escalão de Sénior será atribuído um voucher no valor de 50 euros para o primeiro classificado.

The background of the top section features two stylized black silhouettes of a person in a karate gi, one on the left and one on the right, both in dynamic poses. The background is a solid orange color.

1 MARÇO

Pavilhão Polidesportivo Municipal da Lourinhã

VI OPEN KARATE LOURINHÃ

8. Organização

Contactos:

Academia de Karate-Do Shotokan

E-mail do evento: provas.aks@gmail.com

Hélder Mendes - 969070448

Sérgio Gonçalves - 917569766

Alojamento e Alimentação:

1. Alojamento, alimentação e transporte serão da responsabilidade de cada Associação e/ou Clubes;
2. A Organização proporcionará a todos os técnicos de arbitragem o almoço, café e bolos/sandes a meio da manhã e da tarde.

A DIREÇÃO

Ulisses Pinheiro Duarte