



KARATE  
**OPEN JUVENIL DE  
ALCABIDECHE**  
22/02/2026 | COMPLEXO DESPORTIVO DE ALCABIDECHE

APOIOS:



CASCAIS



# Benvindo

É com prazer que vos convidamos para o Karate Open de Alcabideche/Cascais Juvenil, que se irá realizar no dia 22 de Fevereiro de 2026.

Será a 3º edição do Open Alcabideche Juvenil , onde esperamos receber alguns dos atletas de elite da modalidade dos escalões de formação .

A Liga Portuguesa de Karate Do (LPK) com o apoio da Federação Nacional de Karate Portugal (FNK-P), organiza esta competição de nível nacional, oferecendo as melhores condições para que o sucesso da prova seja apreciado além fronteiras.

Aguardamos a vossa presença e desejamos que possam disfrutar da nossa Vila de Cascais.

# Cascais

Cascais, localidade por passaram desde romanos a muçulmanos.

Na segunda metade do século XII, Cascais era uma pequena aldeia de pescadores e lavradores, tornando-se, devido à situação geográfica privilegiada da sua baía, num porto de pesca concorrido.

Em 1364, D. Pedro I passa Cascais de aldeia a vila.

A vila de Cascais é um dos destinos turísticos portugueses mais apreciados por nacionais e estrangeiros, podendo desfrutar de um clima ameno, das praias, das paisagens, da oferta hoteleira e gastronómica variada.



# Alojamento

- Aconselhamos a todos os atletas e treinadores a Colonia o Seculo onde pode usufruir de um desconto durante a estadia;
- Este alojamento fica perto da praia. Situado no Estoril, dispõe de Camaratas para todas as Equipas e Quartos Individuais e Duplos .
- Os quartos têm varandas privadas com vista para o Oceano.



## Contactos:

**Turismo do Século "- Preços preferenciais para todas as Comitivas.**

Web: [www.oseculo.pt](http://www.oseculo.pt)

**Código de reserva: Liga Portuguesa de Karate Do**

**Localização:**

**Av<sup>a</sup> Marginal, nº 4350 S. Pedro do Estoril 2765-582 ESTORIL**

**Telf:Tel.:+351 21 464 98 88**

**Email: turismo@oseculo.pt**

# Local e data

Data

**22-02-2026**

Horário

**08:30 - Reunião de Árbitros**

**09:00 – Início da prova**

Almoço

**18:00 – Cerimónia de encerramento**

Local:

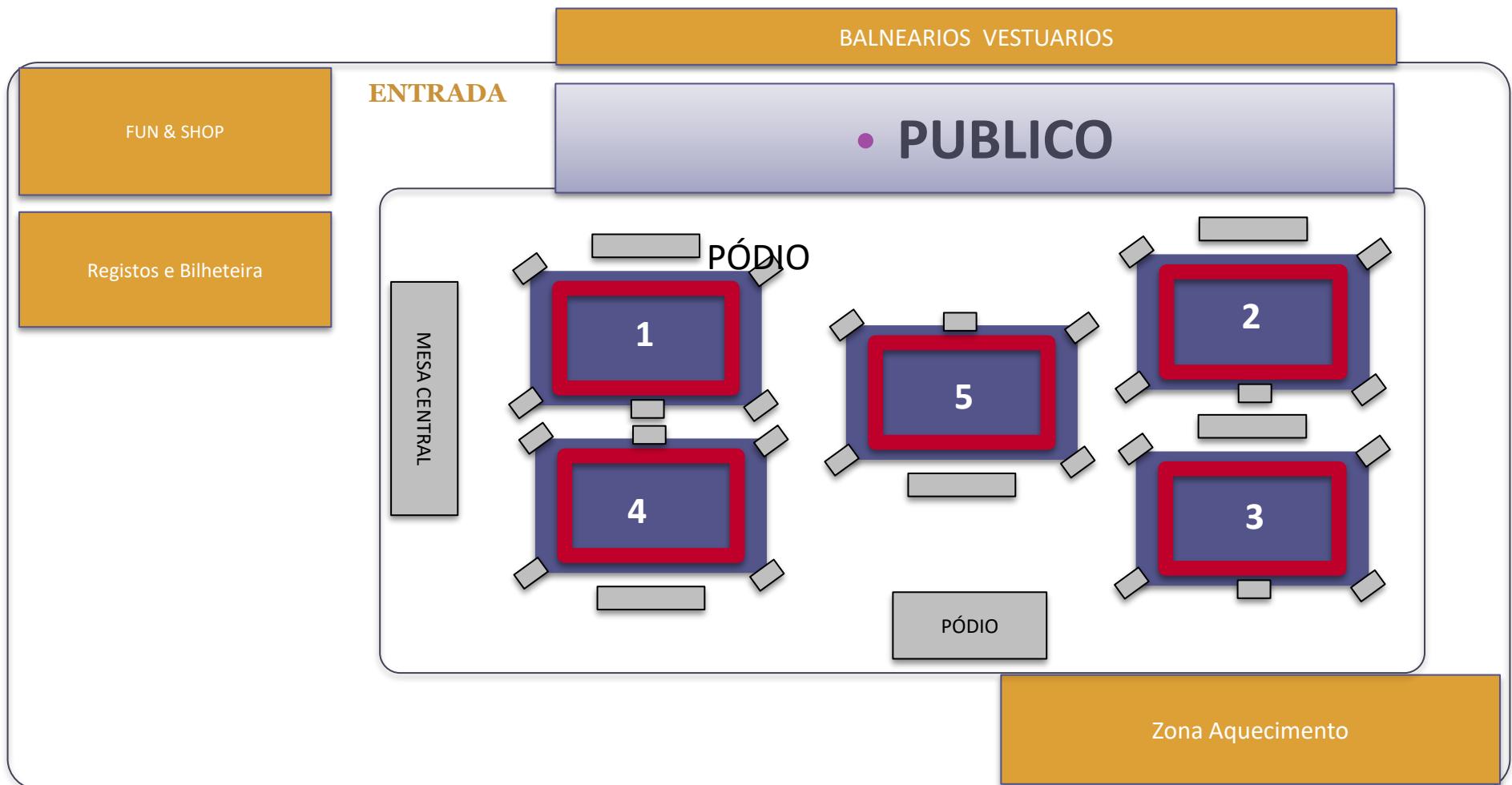
**Complexo Desportivo de Alcabideche**

**Morada: Rua do Pombal 350 A**

**Código Postal: 2645-047**



# Planta do evento



# Inscrição

- Todos os atletas e treinadores devem se inscrever através do nosso site:
- [\*\*https://karate-hub.com/events/?a=evento&id=133\*\*](https://karate-hub.com/events/?a=evento&id=133)
- **Atletas** - A taxa de inscrição será de **€20,00 por participação em Kata ou Kumite;**
- **(ate 07/02/2026) , após será de 25€ ate dia 14/02/2026 , automaticamente para todas as inscricoes nao validadas**
- **Treinadores** - A taxa de inscrição será de **€5 por cada treinador mencionado** a quem será dada identificação para acesso à área de competição e Obrigatoriedade de serem maiores de 18 anos ,1 treinador por cada 5 atletas Inscritos **MAXIMO**.
- Todas as inscrições só serão consideradas desde que acompanhadas do justificativo referente à transferência bancária e ate 2 dias apos a mesma.
- Regras participação de acordo com as indicações da DGS na altura, responsabilidade dos Clubes e ou seus participantes.(Normativo a ser enviado próximo da data do evento)

# Custo da inscrição

- O pagamento pode se efectuar através de transferência bancária para a seguinte conta:
- Nome: LIGA PORTUGUESA KARATE DO
- Conta: 0020004802530 - EUR - Conta Extracto
- IBAN: PT50 0035 0020 00004802530 34
- BIC SWIFT CGDIPTPL
- O pagamento deverá ser efetuado no prazo máximo de 2 dias após efetuar as inscrições na plataforma
- **DATA LIMITE PARA INSCRIÇÃO** - 14 de Fevereiro de 2026 (**Inscrições Limitadas por escalão e evento** )

# Categorias

## MASCULINOS

### KATA

ESCALÃO	IDADE
1º	até 7 anos
2º	07 aos 9 anos
3º	10 e 11 anos
4º	12 e 13 anos

### KUMITE

IDADE	PESO
08 e 09 anos	-30 Kg, -35kg e + 35 Kg
10 e 11 anos	-35 kg ; - 40 Kg e + 40 Kg
12 e 13 anos	-40 Kg; - 50 Kg ; +50 Kg

O sorteio depois de efectuado será divulgado na nosso site([WWW.LPKARATE.COM](http://WWW.LPKARATE.COM)) Facebook ([WWW.FACEBOOK.COM/@LPKARATE](http://WWW.FACEBOOK.COM/@LPKARATE)) e [www.kimura.pt/opencascais](http://www.kimura.pt/opencascais) ou [cascaisopen.kimura.pt](http://cascaisopen.kimura.pt)

# Categorias

		FEMININOS			
KATA	ESCALÃO	IDADE	KUMITE	IDADE	PESO
	1º	até 7 anos		08 e 09 anos	- 35 Kg e + 35 Kg
	2º	07 aos 9 anos		10 e 11 anos	- 40 Kg e + 40 Kg
	3º	10 e 11 anos		12 e 13 anos	- 42 Kg; -47 Kg; +47Kg
	4º	12 e 13 anos			

# Regras da competição

- As regras de arbitragem serão as vigentes na FNK-P nos Juvenis, no entanto a organização salvaguarda a possibilidade de efectuar alterações que considere necessárias, se existirem serão mencionadas na reunião de Árbitros e Treinadores.
  - Arbitragem de acordo com as regras da Youth League.
- As provas de Kata pré-Infantil, Infantil e Kumite Infantil vão realizar-se no modelo de segunda liga ( todos os atletas que perdem na primeira vez que competem, com exceção dos atletas repescados, são colocados numa nova prova onde o vencedor é o primeiro atleta a entrar na repescagem para 3º lugar).
  - Nos escalões de Infantis e Iniciados, a duração de cada combate será de 1 minuto e não será necessário a utilização de colete e Capacete , será opcional.

[\(continuação\)](#)

# Regras da competição (continuação)

- No escalão de Juvenis, a duração de cada combate será de 1.30 minutos e de acordo com as regras da FNKP.
- Não serão aceites reclamações por presumíveis erros de valorização técnica.
- 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 bem como o cumprimento das indicações da DGS para participação no evento.
- A Organização proporcionará o apoio médico compatível com as prova.
- **Só os Treinadores credenciados terão acesso aos espaços reservados à competição.**
- **Tolerância de peso 500 Kg**

# Bilhetes

- Todos os espectadores pagarão o acesso, exceptuado os atletas e treinadores, limitado ao numero autorizado pela DGS na altura do evento;
- Os acessos estarão disponíveis na entrada do pavilhão;
- Valor 1,50 LPK

# Contactos e informações

- Policia e emergência ... 112
- Hospital de Cascais

Morada: Av. Brigadeiro Victor Novais Gonçalves

2755-009 Alcabideche

Telefone: [\(+351\) 214 653 000](tel:+351214653000) – Disponível 24h todos os dias

- Liga Portuguesa de Karate Do

Telefone: [\(+351\) 962 770 250](tel:+351962770250)

E-mail: [LIGAPORTUGUESAKARATE@GMAIL.COM](mailto:LIGAPORTUGUESAKARATE@GMAIL.COM)