



IV OPEN KARATE PORTIMÃO KIDS

PAVILHÃO DESPORTIVO DA BOAVISTA
11 DE ABRIL DE 2026



SEJAM BEM VINDOS A PORTIMÃO

- Portimão é uma cidade à beira mar plantada, caracterizada pelas suas praias de falésia e pelos extensos areais das praias de eleição. Mas não é só de praia que é feita a cidade de Portimão, a Sardinha é rainha em terras portimonenses e a história ligada à este animal e às gentes que com ele lidaram é extensa e uma marca incontornável da cidade. Mas Portimão também é serra, também é Automobilismo, enfim, um município vasto territorialmente e culturalmente.

ALOJAMENTO



- Aconselhamos para alojamento o Hotel Santa Catarina, um Hotel do Grupo TAVFER Hoteis.
- Localizado em frente ao casino da Praia da Rocha, tem a cerca de 50 metros uma vasta e famosa zona de animação de bares e discotecas. O hotel está equipado com 3 elevadores, sendo 1 deles panorâmico. Dos 70 quartos, 33 têm vista para o mar e os restantes 37 têm vista terra. O Hotel possui dois quartos equipados para deficientes e respetivos acessos.

LOCAL E DATA

Localização: Pavilhão Desportivo
da Boavista, Portimão.

Morada: Estrada do Alto da
Raminha – 8500-579 Portimão.

Horários:

- Reunião de Árbitros e Treinadores: 8h:30
- Inicio da Prova: 9h:00
- Pausa para almoço: 13h:00/14h:00
- Encerramento: 18h:00



INSCRIÇÕES

- <https://events.kimura.pt/?a=evento&id=204>
- **Atletas** - A taxa de inscrição será de 15€ **por participação em Kata ou Kumite**;
- **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 **MÁXIMO**.
- Todas as inscrições só serão consideradas desde que acompanhadas do comprovativo de transferência bancária.



INSCRIÇÃO

- A transferência deve ser realizada para a seguinte conta
- Nome: Escola S. Karate Portimão – Associação
- IBAN: 50003602569910005733836
- Caixa Económica Montepio Geral
- DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO: 3/4/2026



REGRAS DE COMPETIÇÃO (KATA)

- PROVAS INDIVIDUAIS DE KATA -Regras da Federação Nacional de Karate de Portugal ou adaptadas
- PRÉ INFANTIS
 - (Katas básicas: Shiosanshiki- shiozuki; Juni zuki, Taikiyoku, GekisaiDai ichi, Pinan ou Heian Nidan e Shodan)
 - Podem repetir sempre o mesmo kata.



REGRAS DE COMPETIÇÃO (KATA)

- INFANTIS – Graduação - até cinto laranja(inclusivé)
 - (Katas básicos: Shiosanshiki- shiozuki; Juni zuki, Taikiyoku, GekisaiDai ichie Ni, Pinan ou Heian, Nidan e Shodan)
 - Podem repetir sempre o mesmo kata.
- INFANTIS– Graduação – acima de cinto laranja
 - (Lista de Katas básicos oficiais da WKF.)



REGRAS DE COMPETIÇÃO (KATA)

- INICIADOS (10/11 anos) Graduação até cinto laranja (inclusive)
 - (Só Katas básicos da lista da FNKP. Tem que apresentar pelo menos 2 katas diferentes)
- INICIADOS (10/11 anos) Graduação acima de cinto laranja
 - (Lista de Katas da federação, presente no fim deste regulamento)



REGRAS DE COMPETIÇÃO (KATA)

- JUVENIS (12/13 anos)
 - (Lista de Katas da Federação conforme quadro I deste regulamento.)
- CADETES e JUNIORES (+ 14 anos)
 - Lista da WKF



REGRAS DE COMPETIÇÃO (KATA)

- A organização Salvaguarda-se de realizar as alterações que considere necessárias.
- A idade de prova é calculada mediante a data da prova (11/4/2026);
- Não serão aceites reclamações neste evento;
- A organização não se responsabilizando por eventuais acidentes e suas consequências que venham a ter lugar nesta competição. Assim, os atletas deverão estar cobertos pelo seguro desportivo.
- A Organização proporcionará o apoio médico.
- **Só os Treinadores credenciados terão acesso aos espaços reservados à competição.**



REGRAS DE COMPETIÇÃO (KUMITE)

- As regras de arbitragem serão as vigentes na FNK-P / WKF com a exceção da utilização de capacete e colete exterior que será opcional nos escalões até juvenil (inclusive). A organização salvaguarda-se de realizar as alterações que sejam necessárias.
- **A idade de prova é calculada mediante a data da prova (11/4/2026);**
- Não serão aceites reclamações neste evento;
- A organização não se responsabilizando por eventuais acidentes e suas consequências que venham a ter lugar nesta competição. Assim, os atletas deverão estar cobertos pelo seguro desportivo.
- A Organização proporcionará o apoio médico.
- **Só os Treinadores credenciados terão acesso aos espaços reservados à competição.**



CONTACTOS

- Escola S. Karate Portimão – Associação
 - João Paula: 963 632 121
 - Tiago Paula: 927 388 006
 - open.karate.portimao@gmail.com | eskarateportimao@sapo.pt
 - www.eskarateportimao.pt



REGULAMENTO DAS PROVAS DE KATA DE INFANTIS A JUVENIS

Quadro 1

INFANTIS (Até aos 9 ANOS)	INICIADOS (10-11 ANOS)	JUVENIS (12-13 ANOS)
Katas Básicos: - Da Lista Oficial WKF	Katas Básicos da Lista Oficial WKF: Lista de Katas Iniciados; Goju Ryu Shisochin, Seiyunchin/Seienchin, Sanseru; Shito Ryu Seienchin/Seiyunchin, Bassai-Dai, Jion; Wado Ryu Kushanku, Chinto, Wanshu Shotokan Bassai-Dai, Jion, Enpi;	Katas: - Da Lista Oficial da WKF
Os competidores terão de apresentar, no mínimo, duas (2) Katas básicas diferentes, constantes da Lista Oficial da WKF, alternadamente em cada volta (eliminatória).	<ul style="list-style-type: none">Os competidores terão de apresentar na primeira volta (eliminatórias) uma (1) Kata básica da Lista Oficial da WKF.A partir da segunda (2) volta (eliminatória) poderão fazer Katas da lista acima do estilo referido.A partir da quarta (4^a) volta (eliminatória) poderão repetir Katas, desde que diferentes das anteriormente executadas e apenas uma vez.	<ul style="list-style-type: none">Os competidores terão de apresentar nas três (3) primeiras voltas (eliminatórias) Katas diferentes, constantes da Lista Oficial da WKF.A partir da quarta (4^a) volta (eliminatória) poderão repetir Katas, desde que diferentes das anteriormente executadas e apenas uma vez.