



# LIGA PORTUGUESA DE KARATE DO SHOTOKAN

Email: [geral.lpks@gmail.com](mailto:geral.lpks@gmail.com)

NIF: 503457779

---

## Campeonato da Liga Portuguesa de Karate Do Shotokan

Data: 21 de maio 2022

Local: Póvoa de Varzim – Pavilhão

Gimnodesportivo Morada: Rua Dr. Alberto

Pinheiro Torres, 281

4490-603 Póvoa de Varzim

### **REGULAMENTO INICIADOS**

#### KUMITE

- 1 - As proteções exigidas e permitidas são iguais aos outros escalões
- 2 - O tempo do combate é 1.30m.
- 3 - Às técnicas jodan só será permitido o toque de pele.

#### KATA

- 1 - Em todas voltas os katas executados terão que ser do grupo 1.
- 2 - Na final poderá ser do grupo 1 ou 2

*Filiação:*