



Programa

07.15 – Abertura do Pavilhão e acreditação para árbitros, treinadores e atletas.

08.00 – Abertura da área de aquecimento.

08.30 – Reunião de treinadores

08.40 – Reunião de árbitros

09.00 – Início da prova de Kata

	TATAMI 1	TATAMI 2	TATAMI 3	TATAMI 4
09H00	KATA FEMININO (+18 ANOS)	KATA FEMININO (14-15 ANOS)	KATA MASCULINO (14-15 ANOS)	KATA MASCULINO (16-17 ANOS)
09H15	KATA MASCULINO (+18 ANOS)			
10H00	KATA FEMININO (12-13 ANOS) G1/G2	KATA MASCULINO (12-13 ANOS) G1	KATA MASCULINO (12-13 ANOS) G2	KATA FEMININO (16-17 ANOS)
10H35				KATA FEMININO (10-11 ANOS)
11H00		KATA MASCULINO (10-11 ANOS) G1/G2	KATA MASCULINO (10-11 ANOS) G3/G4	
11H40	KATA FEMININO (ATÉ 9 ANOS)			
12H00				KATA MASCULINO (MASTERS +45)
12H20		KATA MASCULINO (ATÉ 9 ANOS) G1	KATA MASCULINO (ATÉ 9 ANOS) G2	
12H45	KATA FEMININO (MASTERS +45)			
13H00	KATA FEMININO (VETERANOS +35)			

13.15 – Fim da prova de Kata e entrega de prémios.

14.15 – Início da prova de Kumite

14H15	KUMITE FEM. (10-11 ANOS) -40KG G1	KUMITE FEM. (10-11 ANOS) -40KG G2	KUMITE MASC. (10-11 ANOS) -40KG G1	KUMITE MASC. (10-11 ANOS) -40KG G2
14H50	KUMITE MASC. (10-11 ANOS) -44KG	KUMITE MASC. (10-11 ANOS) +44KG		
15H00			KUMITE FEM. (10-11 ANOS) -44KG	KUMITE FEM. (10-11 ANOS) +44KG
15H20	KUMITE FEM. (12-13 ANOS) -50KG	KUMITE MASC. (12-13 ANOS) -45KG G1	KUMITE MASC. (12-13 ANOS) -45KG G2	KUMITE FEM. (12-13 ANOS) -55KG
16H15	KUMITE MASC. (12-13 ANOS) -55KG	KUMITE MASC. (14-15 ANOS) -57KG G1	KUMITE MASC. (14-15 ANOS) -57KG G2	KUMITE FEM. (12-13 ANOS) +55KG
16H30				KUMITE FEM. (14-15 ANOS) -54KG
17H05		KUMITE MASC. (14-15 ANOS) -67KG G1	KUMITE MASC. (14-15 ANOS) -67KG G2	
17H20	KUMITE MASC. (12-13 ANOS) +55KG			
17H50	KUMITE FEM. (16-17 ANOS) -53KG			KUMITE FEM. (14-15 ANOS) +54KG
18H00	KUMITE MASC. (14-15 ANOS) +67KG	KUMITE MASC. (16-17 ANOS) -61KG	KUMITE MASC. (16-17 ANOS) -71KG	KUMITE FEM. (+18 ANOS) +61KG
18H30	KUMITE MASC. (16-17 ANOS) +71KG			KUMITE FEM. (16-17 ANOS) +53KG
19H00		KUMITE MASC. (+18 ANOS) -67KG	KUMITE MASC. (+18 ANOS) +75KG	
19H10	KUMITE FEM. (+18 ANOS) -61KG			KUMITE MASC. (+18 ANOS) -75KG

20.00 – Entrega de prémios e encerramento.

Nota informativa:

- A chamada de atletas será feita na área de aquecimento 15 min. antes da prova.
- Os atletas podem ser chamados para competir até 45min. antes do programado.
- Não serão efetuadas pesagens controladas. Nos casos que suscitem dúvida, os atletas em causa serão pesados.
- A cerimónia de pódio será feita em dois momentos, no fim da prova de Kata e no fim da prova de Kumite.