



KARATE  
FEDERAÇÃO NACIONAL  
PORTUGAL

# FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE - PORTUGAL

Utilidade Pública Desportiva e Utilidade Pública

(DR. 213, IIª Série 14 de Setembro de 1995 e DR. 15, IIª Série 18 de Janeiro de 1996)  
NIPC 503 027 120

Rua do Cruzeiro, n.º 6 – R/C Dto. – 1300-164 Lisboa – PORTUGAL

Tel.: +351 21 362 31 52 Fax: +351 21 362 31 60

Email: [fnkp@fnkp.pt](mailto:fnkp@fnkp.pt) Site: [www.fnkp.pt](http://www.fnkp.pt)

DEPARTAMENTO DE SELEÇÕES

Exmos Senhores Associados da FNK-P,

Assunto: **Treino de Alto Rendimento e da Seleção Nacional / Treino Nacional de Seleção**

Conforme calendarização do departamento de seleções vai realizar-se no próximo dia 21 de dezembro, sábado, um **treino/competição da seleção nacional/alto rendimento** e um **treino/competição nacional de seleção**, nos escalões de cadetes, juniores e seniores, tendo em vista a preparação e participação das seleções nacionais.

A atividade será realizada no **Pavilhão da Caldeira**, sito no Parque Desportivo de Pombal, Rua de Leiria, 3100-000 Pombal, conforme programa provisório:

10:30 - 13:30 Prova de Kata  
15:30 - 18:30 Prova de Kumite

Para o efeito convocamos os atletas que reúnam pelo menos uma das condições seguintes, desde que cumpram o estipulado no ponto 4.4.3.4., do regulamento do departamento de seleções:

- Atletas detentores do estatuto de alto rendimento (nível A, B ou C);
- Atletas que representaram a seleção nacional na época desportiva 2012-2013 e/ou 2013-2014;
- Atletas que participaram no último estágio de seleção nacional (25 a 27 de outubro) e/ou num dos últimos treinos nacionais de seleção (16 e 30 de novembro e 7 de dezembro).

Para participar nos referidos treinos, é obrigatório ter o seguro desportivo em dia, sob pena da sua exclusão.

Solicitamos a presença dos membros da equipa técnica que prescrevem, orientam e acompanham o treino diário dos atletas convocados.

Os competidores devem levar o Kimono, proteções obrigatórias, sapatilhas (ténis), calção, t-shirt, bloco de notas, água, elástico, corda e bola medicinal (3/5kg).

Aproveitamos para informar os interessados que o próximo treino de âmbito nacional está agendado para os dias **4 e 5 de janeiro de 2014**, no CAR do Jamor, em Oeiras.

Para qualquer esclarecimento, devem utilizar os contactos seguintes:

DESIGNAÇÃO	NOME	CONTACTO
FNKP (Geral)	Sara Rodrigues	213623152
FNKP (Presidente)	Jorge Perestrelo	917812811
Diretor do departamento de seleção	Ângela Amorim	961528100
Selecionador Nacional	Joaquim Gonçalves	919769570

Com os melhores cumprimentos.

Lisboa, 9 de dezembro de 2013

Presidente em exercício da FNK-P, Diretora do Departamento de Seleções,

Selecionador Nacional,

(Jorge Perestrelo)

(Ângela Amorim)

(Joaquim Gonçalves)

Filiada

Federação Mundial de Karate (WKF) – Federação Europeia de Karate (EKF)

Confederação do Desporto de Portugal (CDP) – Comité Olímpico de Portugal (COP) – Comité Paralímpico de Portugal (CPP)