

DEPARTAMENTO DE SELEÇÕES (Nº2/2022)

Aos Associados da FNK-P,

Lisboa, 6 de abril de 2022

Assunto: **TREINO NACIONAL DE SELEÇÃO SÉNIOR (9 e 10 de abril)**

Exmos. Srs.,

No âmbito do ciclo de observação técnica das seleções nacionais no escalão Sénior, para a participação no Campeonato Europeu de seniores a realizar em Gaziantep (Turquia), convocamos os atletas abaixo designados a participar nos trabalhos de seleção nacional nos dias **9 e 10 de abril 2022**, no Pavilhão de Atividades Económicas Desportivas e Culturais, Rua de Leiria, Zona Desportiva de Pombal, 3100-435 Pombal, cumprindo o estabelecido na alínea b), do artigo 16º, do Regulamento Nacional de Seleções.

N.º	NOME	ASSOCIAÇÃO	CLUBE	ESCALÃO	CATEGORIA
KATA FEMININO					
1	ANA CRUZ	MSK	GMDMB	SÉNIOR	KATA
2	MAISA CARIDADE	LPK	AHBV ALCABIDECHE	SÉNIOR	KATA
3	MARIANA SEMBLANO	AKKP	KCRRP	SÉNIOR	KATA
4	NATACHA FERNANDES	UKA	KC FARO	SÉNIOR	KATA
KATA MASCULINO					
5	DAVID FERNANDES	UKA	KC FARO	SÉNIOR	KATA
6	JOSÉ LEMOS	APK SHO	AA COIMBRA	SÉNIOR	KATA
7	RAFAEL NUNES	ANAM	CKS ARROJA	SÉNIOR	KATA
8	HUGO ESTÉVÃO	AWIKP	WOLFPACK	SÉNIOR	KATA
9	EDUARDO GARCIA	LKS	KC OLHÃO	SÉNIOR	KATA
KATA PARA KARATE					
10	ANTÓNIO PEREIRA	KPS	CAM GUARDA	SÉNIOR	PARA KARATE
11	JOÃO AZEVEDO	KPS	CB MANGUALDE	SÉNIOR	PARA KARATE
12	TOMÁS LIMA	AKKP	GD RAMIRO JOSÉ	SÉNIOR	PARA KARATE
13	DANIEL FORTE	ISP-ANK	EKCP SOUSELAS	SÉNIOR	PARA KARATE
14	RAQUEL FERREIRA	KPS	CK GOUVEIA	SÉNIOR	PARA KARATE
KUMITE FEMININO					
15	SARA LEAL	AWIKP	CRP CAMPOLIDE	SÉNIOR	-50 KG
16	LÉA BARROS	AWIKP	SC BRAGA	SÉNIOR	-50 KG
17	CONSTANÇA MATOS	AMDKP	CAK COIMBRA	SÉNIOR	-55 KG
18	MARIA BARREIRA	KCAT	KC ALTO TAMEGA	SÉNIOR	-55 KG
19	TERESA SILVA	AKKP	CK MAIA	SÉNIOR	-61 KG
20	CAROLINA LOPES	AKKP	SC VISTA ALEGRE	SÉNIOR	-61 KG
21	CAROLINA ARSÉNIO	AWIKP	CRP CAMPOLIDE	SÉNIOR	-61 KG
22	FLÁVIA RIBEIRO	AJKP	CLUBE AJKP	SÉNIOR	-68 KG
23	ANA OLIVEIRA	CPK	GC VILACONDENSE	SÉNIOR	+68 KG

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)

24	MARIANA NETO	AKKP	CK MAIA	SÉNIOR	+68 KG
25	ANA RODRIGUES	AWIKP	EK EQUILÍBRIO	SÉNIOR	+68 KG
KUMITE MASCULINO					
26	JOSÉ XAVIER	AWIKP	CRP CAMPOLIDE	SÉNIOR	-60 KG
27	JONAS VILAR	APOGK	BUSHIDO AK	SÉNIOR	-60 KG
28	JOÃO XAVIER	AWIKP	CRP CAMPOLIDE	SÉNIOR	-60 KG
29	JOAQUIM MENDES	CPK	GC VILACONDENSE	SÉNIOR	-67 KG
30	JOÃO RIBEIRO	CPK	CK AGUÇADOURENSE	SÉNIOR	-67 KG
31	ANDRÉ LUÍS	LNKP	CELTAS	SÉNIOR	-67 KG
32	TIAGO ALMEIDA	LPK	AHBV ALCABIDECHE	SÉNIOR	-75 KG
33	BERNARDO FERNANDES	AMDKP	CAK COIMBRA	SÉNIOR	-75 KG
34	DANIEL AGOSTINHO	ISP-ANK	NK SANGALHOS	SÉNIOR	-75 KG
35	GONÇALO FREITAS	AWIKP	CRP CAMPOLIDE	SÉNIOR	-84 KG
36	TOMÁS SILVA	LNKP	CELTAS	SÉNIOR	-84 KG
37	NUNO MOREIRA	AKKP	CK MAIA	SÉNIOR	+84 KG
38	MAURO HERNANDEZ	LPK	AHBV ALCABIDECHE	SÉNIOR	+84 KG

PROGRAMA

SÁBADO, 9 Abril 2022

09:00 – 11:00 Treino KATA Seniores

09:00 – 10:00 Treino KATA Parakarate

12:00 – 13:30 Treino KUMITE Seniores

14:00 – 16:00 Treino KATA Seniores

14:30 – 15:30 Treino KATA Parakarate

17:00 – 18:30 Treino KUMITE Seniores

16:30 – 17:15 Psicologia – “Preparação mental para a competição” KATA

18:30 – 19:15 Psicologia – “Preparação mental para a competição” KUMITE

DOMINGO, 10 Abril 2022

09:30 – 11:30 Treino KATA Seniores

Aproveitamos para informar que o treino será realizado à porta fechada, circunscrito ao grupo de atletas convocados, elementos da equipa técnica nacional de seleções, diretores da FNK-P, equipa médica e treinadores pessoais quando autorizados pelos Seleccionadores Nacionais, por razões de proteção de saúde pública.

Os atletas estão obrigados a ter seguro e exame médico desportivo atualizado, entregar o termo de responsabilidade Covid19 específico da FNK-P, assim como, a munir-se de **todas as proteções obrigatórias**, previstas em regulamentação própria.

Com os melhores cumprimentos,

O Seleccionador Nacional Kata Seniores,



(Jorge Peixeiro)

O Seleccionador Nacional Kumite Seniores,



(Elias Santos)

A Seleccionadora Nacional Parakarate,



(Ema Lopes)

O Diretor do Departamento Seleções da FNK-P,



(Ricardo Gomes)