



# 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 11 A – 1300-160 Lisboa – PORTUGAL  
Tel.: +351 967 162 645    GPS: 38.707464,-9.191960  
Email: [fnkp@fnkp.pt](mailto:fnkp@fnkp.pt)    Site: [www.fnkp.pt](http://www.fnkp.pt)    Email Dep: [seleccoes@fnkp.pt](mailto:seleccoes@fnkp.pt)

## DEPARTAMENTO DE SELEÇÕES (Nº5/2025)

Aos Associados da FNK-P,

Lisboa, 28 de Janeiro de 2025

Assunto: Treinos Regionais de Seleção

Exmos. Srs.,

Tendo como objetivo a identificação de talentos e consequente integração de atletas na Seleção Nacional, irão ser realizados Treinos Regionais de Seleção para potenciar o nível de motivação, de qualidade e de competitividade dos atletas, dos treinadores e da FNK-P.

Têm acesso aos referidos treinos, os atletas dos escalões Iniciados, Juvenis, Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores, na disciplina de Kata e Kumite que reúnam pelo menos uma das condições seguintes

1. Todos os atletas de pódio;
2. Atletas propostos pelos Treinadores Regionais, Seleccionadores Nacionais e Treinadores Pessoais que apresentem condições desportivas de exceção de âmbito físico, técnico, tático e psicológico e sociocultural ou que apresentem currículo desportivo relevante em provas oficiais.

Os atletas estão obrigados a ter a quota do presente ano civil validada, seguro e exame médico desportivo atualizado, assim como, a munirem-se de todas as proteções obrigatórias previstas em regulamentação própria.

Os atletas que cumprem os requisitos necessários para ingressarem nos Treinos Regionais e que ainda não tenham preenchido o formulário, têm de preencher obrigatoriamente os seus dados no seguinte formulário:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdzPo7C0DDR8GKocO7XJUmHLY3zhfsS0H7CWW-48eB3QrVH2g/viewform>

Caso o formulário não tenha ainda sido preenchido, a FNK-P não garante a contabilização das presenças e avaliações nos treinos.

### PROGRAMA E LOCAIS:

NORTE		1 de Fevereiro	
09:30 10:30	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KATA	Clube Karate da Maia Av do Lidador da Maia Edifício PSP - 3º andar 4425-112 Águas Santas
10:45 12:15	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		
14:00 15:00	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KUMITE	
15:15 16:45	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		

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)



# 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

FEDERAÇÃO NACIONAL  
PORTUGAL

Rua do Cruzeiro, n.º 11 A – 1300-160 Lisboa – PORTUGAL  
Tel.: +351 967 162 645 GPS: 38.707464,-9.191960  
Email: [fnkp@fnkp.pt](mailto:fnkp@fnkp.pt) Site: [www.fnkp.pt](http://www.fnkp.pt) Email Dep: [seleccoes@fnkp.pt](mailto:seleccoes@fnkp.pt)

## CENTRO NORTE 2 de Fevereiro

09:00 10:30	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KATA	Pavilhão da Caldeira Zona Desportiva Rua de Leiria, 3100 Pombal
	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		
10:45 12:15	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KUMITE	
	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		

## CENTRO SUL 1 de fevereiro

09:30 10:30	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KATA	Rua dos Anjos 63, 1150-035 Lisboa
	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		
14:00 15:00	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KUMITE	
	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		

## SUL 1 de Fevereiro

09:00 10:30	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KATA	Pavilhão Municipal da Penha Avenida Cidade Hayward 8000 - 074 Faro
	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		
10:45 12:15	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KUMITE	
	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		

## (Açores) S.MIGUEL 2 de Fevereiro

09:30 10:45	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KATA	Escola Secundária Domingos Rebelo Av. Antero de Quental 9504-501 Ponta Delgada
	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		
10:45 12:00	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KUMITE	
	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		

## (Açores) FAIAL 8 de Fevereiro

10:00 11:15	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KATA	Complexo Desportivo
	Escalões de especialização		

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)



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 11 A – 1300-160 Lisboa – PORTUGAL  
Tel.: +351 967 162 645 GPS: 38.707464,-9.191960  
Email: [fnkp@fnkp.pt](mailto:fnkp@fnkp.pt) Site: [www.fnkp.pt](http://www.fnkp.pt) Email Dep: [seleccoes@fnkp.pt](mailto:seleccoes@fnkp.pt)

	<b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		Manuel de Arriaga
11:15	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KUMITE	Rua Ilha Azul
12:30	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		9900-039 Horta

(Açores) TERCEIRA 22 de Fevereiro

10:00	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KATA	Complexo Desportivo Estádio João Paulo II, VRR 1 9700- 447 Angra do Heroísmo
11:15	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		
11:15	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KUMITE	
12:30	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		

(Açores) SÃO JORGE 1 de Fevereiro

10:00	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KATA	Pavilhão da escola Básica e Secundária da Calheta
11:15	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		
11:15	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KUMITE	
12:30	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		

(Madeira) FUNCHAL 1 de Fevereiro

15:00	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KATA	Ginásio da Junta de Freguesia de Santo Caminho das Romeiras, n.º 10 a 14 9000-390 Funchal
16:30	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		
16:30	Escalões de formação <b>Iniciados e Juvenis</b>	KUMITE	
18:00	Escalões de especialização <b>Cadetes, Juniores, Sub21 e Seniores</b>		

Com os melhores cumprimentos,

O Presidente da FNK-P

(Carlos Silva)

O Diretor do Departamento  
de Seleções da FNK-P,

(Paulo Julião)