



# World Karate Federation



## FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE PORTUGAL

### REGRAS DE COMPETIÇÃO KUMITE E KATA

Tradução de  
Carla Menezes

Coordenação Técnica de  
Joaquim Fernandes  
Presidente do Conselho de Arbitragem da FNK-P

VERSÃO 7.1  
JANEIRO DE 2012

# ÍNDICE

## REGULAMENTO DE KUMITE

<b>ARTIGO 1:</b>	<b>ÁREA DE COMPETIÇÃO DE KUMITE</b>	<b>4</b>
<b>ARTIGO 2:</b>	<b>EQUIPAMENTO OFICIAL</b>	<b>5</b>
<b>ARTIGO 3:</b>	<b>ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO DE KUMITE</b>	<b>7</b>
<b>ARTIGO 4:</b>	<b>PAINEL DE ARBITRAGEM</b>	<b>8</b>
<b>ARTIGO 5:</b>	<b>DURAÇÃO DO COMBATE</b>	<b>9</b>
<b>ARTIGO 6:</b>	<b>PONTUAÇÃO</b>	<b>9</b>
<b>ARTIGO 7:</b>	<b>CRITÉRIOS PARA DECISÃO</b>	<b>13</b>
<b>ARTIGO 8:</b>	<b>COMPORTAMENTO PROÍBIDO</b>	<b>14</b>
<b>ARTIGO 9:</b>	<b>ADVERTENCIAS E PENALIZAÇÕES</b>	<b>17</b>
<b>ARTIGO 10:</b>	<b>LESÕES E ACIDENTES EM COMPETIÇÃO</b>	<b>19</b>
<b>ARTIGO 11:</b>	<b>PROTESTO OFICIAL</b>	<b>20</b>
<b>ARTIGO 12:</b>	<b>PODERES E DEVERES</b>	<b>23</b>
<b>ARTIGO 13:</b>	<b>INICIO, SUSPENSÃO E FIM DOS COMBATES</b>	<b>25</b>
<b>ARTIGO 14:</b>	<b>MODIFICAÇÕES</b>	<b>27</b>

## REGULAMENTO DE KATA

<b>ARTIGO 1:</b>	<b>ÁREA DE COMPETIÇÃO EM KATA</b>	<b>28</b>
<b>ARTIGO 2:</b>	<b>EQUIPAMENTO OFICIAL</b>	<b>28</b>
<b>ARTIGO 3:</b>	<b>ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO DE KATA</b>	<b>28</b>
<b>ARTIGO 4:</b>	<b>O PAINEL DE JUÍZES</b>	<b>29</b>
<b>ARTIGO 5:</b>	<b>CRITÉRIOS PARA DECISÃO</b>	<b>30</b>
<b>ARTIGO 6:</b>	<b>OPERACIONALIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO</b>	<b>31</b>

<b>ANEXO 1: TERMINOLOGIA</b>	<b>32</b>
<b>ANEXO 2: GESTOS E SINAIS DE BANDEIRAS</b>	<b>33</b>
<b>ANEXO 3: GUIÃO OPERACIONAL PARA ÁRBITROS E JUÍZES</b>	<b>44</b>
<b>ANEXO 4: MARCAS DE ANOTAÇÃO</b>	<b>47</b>
<b>ANEXO 5: DESENHO DA ÁREA DE COMPETIÇÃO DE KUMITE</b>	<b>48</b>
<b>ANEXO 6: DESENHO DA AREA DE COMPETIÇÃO DE KATA</b>	<b>49</b>
<b>ANEXO 7: LISTA DE KATA OBRIGATÓRIOS - W.K.F. (SHITEI)</b>	<b>50</b>
<b>ANEXO 8: LISTA W.K.F. DE KATA (TOKUI)</b>	<b>50</b>
<b>ANEXO 9: KARATE-GI</b>	<b>52</b>
<b>ANEXO 10: CAMPEONATOS DO MUNDO: CONDIÇÕES &amp; CATEGORIAS</b>	<b>53</b>
<b>ANEXO 11: COR DAS CALÇAS PARA ÁRBITROS E JUÍZES</b>	<b>54</b>

**Nota: O género masculino usado no texto refere-se também ao género feminino.**

# REGRAS DE KUMITE

## ARTIGO 1: ÁREA DE COMPETIÇÃO DE KUMITE

1. A área de competição deve ser plana e sem obstáculos.
2. A área de competição, formada por tapetes de tatami aprovados pelo WKF, deve ser um quadrado de 8 metros de lado (medidos a partir do exterior) com uma área adicional de dois metros em todo o perímetro como zona de segurança. Estes dois metros da zona de segurança, devem estar totalmente livres.
3. Deve marcar-se uma linha com meio metro de comprimento, a dois metros da distância a partir do centro da área de competição, a fim de situar o Árbitro.
4. Devem marcar-se duas linhas paralelas entre si, cada uma com um metro de comprimento e perpendiculares à linha dos Árbitros, com uma distância de um metro e meio do centro da área de competição, a fim de situar os competidores.
5. Os Juízes devem sentar-se nos cantos do tatami, dentro da área de segurança. O Árbitro pode movimentar-se pelo tatami sem restrições, incluindo a área de segurança onde os Juízes se encontram. Cada um deve estar equipado com uma bandeira vermelha e outra azul.
6. O Supervisor do Encontro senta-se fora da área de segurança, atrás e à esquerda ou direita do Árbitro. Deve estar equipado com uma bandeira vermelha ou outro objecto sinalizador, e um apito.
7. O Supervisor de Pontuação deve sentar-se na Mesa oficial de pontuação, entre o anotador e o cronometrista.
8. Os treinadores devem sentar-se fora da área de segurança, nos seus lados respetivos, na parte lateral do tatami e na direção da Mesa. Sempre que o tatami seja mais elevado, os treinadores devem sentar-se fora da zona elevada.
9. A zona de um metro de largura antes da linha limite da área de competição deve ser de cor diferente da do resto do tatami.

### **EXPLICAÇÃO:**

- I. Não deve haver quaisquer cartazes publicitários, paredes, pilares, etc. num raio de um metro do perímetro exterior da área de segurança.*
- II. O Tatami utilizado deve ser antiderrapante na sua parte inferior mas ter pouca rugosidade na parte superior. Não deve ser tão grosso quanto o utilizado no Judo, uma vez que este impede os movimentos de Karate. O Árbitro deve assegurar-se que as peças de tatami não se separam durante a competição, visto que as fendas entre os módulos são perigosas e podem causar lesões e acidentes. O tatami deve ser do tipo aprovado pelo WKF.*

## **ARTIGO 2: EQUIPAMENTO OFICIAL**

1. Os competidores e os seus treinadores devem vestir o uniforme oficial conforme definido no presente regulamento.
2. O Conselho de Arbitragem pode eliminar qualquer oficial ou competidor que não cumpra este requisito.

### **ÁRBITROS**

1. Os Árbitros e os Juizes devem usar o uniforme oficial designado pelo Conselho de Arbitragem. Este uniforme deve usar-se em todas as competições e cursos.
2. O uniforme oficial será o seguinte:
  - Casaco blazer azul-marinho com dois botões prateados
  - Camisa branca de mangas curtas
  - Gravata oficial, usada sem alfinete
  - Calças cinzentas-claras lisas sem dobras de bainha (Anexo 11)
  - Peúgas azuis escuras ou pretas lisas, e sapatilhas pretas leves para uso dentro da área de competição
  - Os Árbitros e Juizes do sexo feminino podem usar ganchos de cabelo.

### **COMPETIDORES**

1. Os competidores devem usar um Karate gi branco sem riscas, canelados ou bordados pessoais. O emblema ou bandeira do seu país deve colocar-se na parte esquerda do peito, não podendo exceder o tamanho de um retângulo de 12 \* 8 cm (ver Anexo 9). O Karate gi só pode exibir a marca do fabricante. Além disso, deve levar-se um dorsal identificativo fornecido pela organização. Um competidor deve usar um cinto vermelho e o outro um cinto azul. Os cintos devem ter uma largura de cerca de cinco centímetros e comprimento suficiente para permitir duas pontas livres de 15 cm para além do nó. Os cintos devem ser de cor vermelha ou azul básica, sem qualquer bordado pessoal ou publicidade ou marca que não seja a etiqueta do fabricante.
2. Sem prejuízo do assinalado no ponto 1, o Comité Director da WKF (Direcção da FNK-P no caso das provas portuguesas) pode autorizar a exibição de anúncios ou marcas de patrocinadores autorizados.
3. O casaco, depois de ajustado com o cinto à cintura, deve ter um comprimento mínimo que cubra as ancas, mas não pode exceder o comprimento de três quartos das coxas. As mulheres podem usar uma *t-shirt* branca, sem marcas, por baixo do karate gi.
4. O comprimento das mangas do casaco do karate gi deve ser, no máximo, até ao pulso e, no mínimo, até à metade superior do antebraço. As mangas não podem estar dobradas.
5. As calças do karate gi devem ser suficientemente compridas para cobrir pelo menos dois terços da perna e não podem ficar abaixo do tornozelo. Não podem estar dobradas.

6. Os competidores devem manter o cabelo limpo e cortado de modo a não prejudicar o bom desenrolar do combate. Não é permitido usar *hachimaki* (fitas para a cabeça). Caso o Árbitro considere que o cabelo de um competidor se encontra muito comprido e/ou sujo, pode excluí-lo do combate. Não é permitido usar travessões ou ganchos de metal para o cabelo. Também são proibidas as fitas, missangas ou outras decorações. É permitido o uso de elásticos discretos.
7. Os competidores devem ter as unhas curtas e não podem usar objectos duros ou metálicos que possam lesionar o oponente. O uso de aparelhos metálicos de ortodontia deve ser aprovado pelo Árbitro e pelo Médico Oficial da prova. A responsabilidade de qualquer lesão é exclusivamente do competidor.
8. O seguinte equipamento de protecção é obrigatório:
  - 8.1. Luvas aprovadas pela WKF, vermelhas para um dos competidores e azuis para o outro.
  - 8.2. Protector de boca (dentes).
  - 8.3. Protector Corporal (para todos competidores) e, Protector de peito aprovado pela WKF para as competidoras femininas.
  - 8.4. Caneleiras aprovadas pela WKF, vermelhas para um dos competidores e azuis para o outro.
  - 8.5. Protectores de pé aprovados pela WKF, vermelhos para um dos competidores e azuis para o outro.
  - 8.6. Além do descrito acima, os Cadetes devem usar a máscara facial aprovada pela WKF e o protector corporal.  
Não é obrigatório o uso de coquilha, mas caso seja utilizada, deve ser a aprovada pela WKF.
9. O uso de óculos é proibido. O uso de lentes de contacto maleáveis é permitido, desde que o competidor assuma esse risco.
10. O uso de roupa ou equipamento não autorizado é proibido.
11. Todo o equipamento de protecção deve estar homologado pela WKF (FNK-P para os torneios ou campeonatos do calendário Federativo).
12. O Supervisor do Encontro (Kansa) deve assegurar, antes de cada prova ou combate, que os competidores estão a usar o equipamento aprovado. (No caso dos Campeonatos “Continental Union”, Internacionais e Federativos, o equipamento aprovado pelo WKF deve ser aceite e não pode ser recusado)
13. A utilização de ligaduras ou protectores de pulso, por lesão, deve ser aprovada pelo Árbitro depois de ouvido o Médico da Prova.

### **Treinadores**

1. Durante todo o torneio, o treinador deverá usar o facto de treino da sua Federação e ter, de forma visível, a identificação oficial.

### **EXPLICAÇÃO:**

- I. *O competidor deve usar um só cinto. Este deverá ser vermelho para AKA e azul para AO. Os cintos de graduação não podem ser usados durante os combates.*
- II. *Os protectores de boca (dentes) devem estar devidamente ajustados.*

- III. *Se um competidor se apresentar no tatami vestido inadequadamente, não será imediatamente desclassificado; ser-lhe-à dado um minuto para corrigir as deficiências.*
- IV. *Caso o Conselho de Arbitragem concorde, os técnicos de Arbitragem podem exercer as suas funções sem o casaco.*

### **ARTIGO 3: ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO DE KUMITE**

1. Um torneio ou campeonato de karate é composto pela competição de kumite e/ou a competição de kata. A competição de kumite pode dividir-se em provas de equipas e provas individuais. As provas individuais podem, por sua vez, dividir-se em categorias de idade e peso. As categorias de peso são depois divididas em combates. O termo “combate” descreve ainda as competições individuais de kumite entre pares de equipas opostas.
2. Nenhum competidor pode ser substituído por outro numa competição individual.
3. Os competidores individuais ou as equipas que não se apresentem à chamada são desclassificados (KIKEN) dessa categoria. Em competição por equipas, a pontuação para o combate que não ocorra deve ser de 8-0 a favor da outra equipa.
4. As equipas masculinas são constituídas por sete membros, com 5 competidores em cada encontro. As equipas femininas são constituídas por quatro elementos, com três competidoras em cada encontro.
5. Todos os competidores são membros da equipa. Não há suplentes fixos.
6. Antes de cada encontro, um representante de cada equipa entrega à mesa um formulário oficial definindo os nomes dos competidores e a ordem pela qual combatem os membros da equipa. Os participantes seleccionados de entre os sete ou quatro membros da equipa, assim como a ordem pela qual combatem, pode ser mudada entre eliminatórias, desde que a Mesa seja notificada. No entanto, após essa notificação não é possível qualquer mudança até ao final dessa eliminatória.
7. Uma equipa é desqualificada se qualquer um dos seus membros ou o treinador alterar a composição da equipa ou ordem de entrada para os combates, sem notificar por escrito a Mesa, antes da eliminatória.
8. Na competição por equipas, sempre que um competidor perca por Hansoku ou Shikkaku, a sua pontuação será anulada a zero e a outra equipa ficará com pontuação de 8-0.

#### **EXPLICAÇÃO:**

1. *Uma eliminatória é uma etapa dentro da competição para a eventual identificação dos finalistas. Numa competição de Kumite, uma eliminatória elimina 50% dos competidores, considerando-se os byes como competidores. Neste contexto, o conceito eliminatória pode também aplicar-se às primeiras etapas de uma prova e*

*a repescagens. Numa competição de liguilha, uma eliminatória permite que todos os competidores combatam uma vez.*

- II. A utilização dos nomes dos competidores pode levantar problemas de pronúncia e identificação. Devem por isso, atribuir-se e utilizar-se números.*
- III. Ao alinhar antes de um encontro, a equipa deve apresentar somente os membros que vão competir. Os demais competidores e o treinador não são incluídos e devem estar sentados na zona previamente designada para eles.*
- IV. Para poderem competir, as equipas masculinas devem apresentar pelo menos três competidores e as equipas femininas pelo menos duas competidoras. Uma equipa com menos competidores que os estipulados será desclassificada (Kiken).*
- V. A ordem dos combates pode ser apresentada pelo treinador, ou por um competidor nomeado para o efeito. Se é o treinador que o faz, ele deve estar claramente identificado; caso contrário, pode ser rejeitada. A lista deve incluir o nome do país ou clube (associação e clube na FNK-P), a cor de cinto atribuída à equipa para o encontro e a ordem de combate dos membros da equipa. Devem incluir-se também os nomes dos competidores, os números dos seus dorsais e a folha deve ser assinada pelo treinador ou representante.*
- VI. Os treinadores devem apresentar à Mesa a sua creditação juntamente com a dos seus competidores. O treinador deve sentar-se na cadeira providenciada para o efeito e não deve interferir no decorrer do combate, seja por actos ou palavras.*
- VII. Se, por erro de listagem, competirem outros competidores que não os nomeados, esse combate será declarado nulo independentemente do resultado. Para reduzir este tipo de erros, o vencedor de cada combate deve confirmar a sua vitória na Mesa antes de abandonar a área.*

#### **ARTIGO 4: PAINEL DE ARBITRAGEM**

1. O Painel de Arbitragem para cada combate consiste num Árbitro (SHUSHIN), quatro Juízes (FUKUSHIN), e um Supervisor do Encontro (KANSA).
2. O Árbitro e Juízes de um combate não podem ser da mesma nacionalidade dos competidores (nem do mesmo Clube na FNK-P).
3. De modo a facilitar o decorrer da competição, são nomeados vários cronometristas, marcadores, anunciadores e supervisores de pontuação.

#### **EXPLICAÇÃO:**

- I. No início de uma prova de Kumite o Árbitro deve situar-se na parte exterior da área de competição. Os Juízes 1 e 2 situam-se à sua esquerda e à sua direita colocam-se os Juízes 3 e 4.*
- II. Depois do intercâmbio formal de saudações entre o Painel de Arbitragem e os competidores, o Árbitro retrocede um passo, os Juízes e Árbitro voltam-se dentro e saúdam-se, dirigindo-se de seguida para as suas posições.*

- III. *Quando se faz a mudança de Juízes, os que estão de saída, à exceção do Supervisor do Encontro, assumem as posições do início do encontro ou combate, saúdam os colegas que entram e abandonam a área de competição juntos.*
- IV. *Quando se faz a mudança de um só Juíz, o que entra dirige-se ao que está de saída, saúdam-se e trocam de posições.*
- V. *Em competição por equipas, e desde que todo o painel tenha as qualificações exigidas, as posições de Juiz e Árbitro podem alternar entre si, de combate para combate.*

## **ARTIGO 5: DURAÇÃO DO COMBATE**

1. A duração de um combate é de três minutos nas categorias Seniores Masculinos (provas individuais ou por equipas) e quatro minutos nos combates individuais por medalhas. Nas categorias Seniores Femininos o combate é de dois minutos e de três para os combates individuais por medalhas. Nos sub 21, o tempo é de 3 minutos na categoria masculino e de 2 minutos na categoria Feminino (sem o minuto adicional nos combates por medalhas). Nas categorias de Júniores e Cadetes os combates são de dois minutos (sem o minuto adicional nos combates por medalhas).
2. O tempo do combate inicia quando o Árbitro dá o sinal de começo e é interrompido de cada vez que o Árbitro diga "YAME".
3. O cronometrista assinala, por meio de um gongo ou campainha claramente audível, o "faltam 10 segundos" ou "fim de tempo". O sinal de fim de tempo é o que marca o final do combate.

## **ARTIGO 6: PONTUAÇÃO**

1. A pontuação será a seguinte:
  - a) IPPON: Três pontos
  - b) WAZA-ARI: Dois pontos
  - c) YUKO: Um ponto
2. É dada pontuação a uma técnica quando executada a uma área pontuável, de acordo com os seguintes critérios:
  - a) Boa forma
  - b) Atitude desportiva
  - c) Aplicação vigorosa
  - d) Alerta (ZANSHIN)
  - e) Boa oportunidade (TIMING)
  - f) Distância correcta

3. IPPON é atribuído a:
  - a) Pontapés Jodan.
  - b) Qualquer técnica pontuável aplicada a um oponente caído ou projectado.
  
4. WAZA-ARI é atribuído a:
  - a) Pontapés Chudan.
  
5. YUKO é atribuído a:
  - a) Chudan ou Jodan Tsuki.
  - b) Jodan ou Chudan Uchi
  
6. Os ataques são limitados às seguintes áreas:
  - a) Cabeça
  - b) Face
  - c) Pescoço
  - d) Abdómen
  - e) Peito
  - f) Costas
  - g) Flancos
  
7. Uma técnica pontuável executada ao mesmo tempo que se assinala o final do combate, será considerada válida. Uma técnica, embora eficaz, realizada após a ordem de suspender ou terminar o combate não é pontuada, podendo penalizar-se o infractor.
  
8. Não se pontuam técnicas que, embora eficazes, sejam realizadas quando os competidores estão fora da área de competição. No entanto, se um dos competidores realizar uma técnica eficaz estando ainda dentro da área de competição e antes do Árbitro dizer “YAME”, a técnica será pontuada.

**EXPLICAÇÃO:**

*Para pontuar, uma técnica tem que ser aplicada a uma área pontuável de acordo com o estipulado no parágrafo 6. A técnica deve ser devidamente controlada em função da área atacada e deve satisfazer todos os seis critérios de pontuação definidos no parágrafo 2.*

<b>Denominação</b>	<b>Critérios técnicos</b>
<b>IPPON</b> (3 Pontos) é atribuído por:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pontapés Jodan. Jodan define-se como cara, cabeça e pescoço.</li> <li>2. Qualquer técnica pontuável executada num oponente projectado, ou que tenha caído ou ainda que esteja no solo por outro motivo.</li> </ol>
<b>WAZA-ARI</b> (2Pontos) é atribuído por:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pontapés Chudan. Chudan define-se como abdómen, peito, costas e flancos.</li> </ol>
<b>YUKO</b> (1 Ponto) é atribuído por:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Qualquer soco (tsuki) executado a qualquer das sete áreas pontuáveis.</li> <li>2. Qualquer golpe (uchi) executado a qualquer das sete áreas pontuáveis</li> </ol>

- I. *Por razões de segurança, são proibidas e podem incorrer num aviso ou penalização as projecções em que o oponente é projectado sem controlo ou de forma perigosa, ou ainda em que o pivot de projecção seja acima da anca. Excepções são as técnicas convencionais de varrimento de karate, que não requerem que a queda do oponente seja controlada, tal como o ashi-barai, ko uchi gari, kani waza, etc. Depois de a projecção ter sido executada, o Árbitro dá dois segundos ao competidor para este tentar executar uma técnica pontuável.*
- II. *Sempre que um competidor seja projectado de acordo com as regras, escorregue, caia ou esteja com o torso no chão e lhe seja aplicada uma técnica pontuável, a pontuação será de IPPON.*
- III. *Uma técnica diz-se com **Boa Forma** quando as suas características lhe conferem eficácia provável dentro dos parâmetros conceptuais do karate tradicional.*
- IV. ***Atitude Desportiva** é uma componente da boa forma e refere-se a uma atitude não maliciosa de grande e óbvia concentração durante a execução de uma técnica pontuável.*
- V. *A **Aplicação Vigorosa** define a potência e a velocidade de uma técnica, assim como a vontade palpável de que esta seja bem sucedida.*
- VI. *O Alerta (**ZANSHIN**) é o critério que mais frequentemente falta quando se avalia uma técnica. É o estado de manutenção da motivação no qual o competidor permanece totalmente concentrado, vigiando atentamente a possibilidade do oponente contra-atacar. Durante a execução da técnica ele não roda a cara e, depois de a técnica ter sido executada, mantém o olhar no oponente.*
- VII. *A **Boa Oportunidade** significa realizar uma técnica quando esta tem o maior efeito potencial.*
- VIII. *A **Distância Correcta** significa também realizar uma técnica na distância precisa para assegurar o seu maior potencial. Se a técnica se realiza sobre um oponente que se afasta rapidamente, o efeito potencial do golpe é reduzido.*

- IX. *O **Distanciamento** refere-se também ao ponto em que a técnica completa toca, ou quase toca, no alvo. Um soco ou um pontapé executados algures entre o toque na pele e 5 cm da cara, cabeça ou pescoço está na distância correcta. No entanto, as técnicas Jodan que cheguem razoavelmente perto do alvo e que o oponente não tente bloquear ou evitar são pontuáveis, desde que a técnica cumpra os outros critérios. Nas competições de Cadetes e Juniores, e no que se refere a pontapés Jodan, não é permitido senão o contacto ligeiro - (anteriormente descrito como "contacto de pele" -, à cabeça, face ou pescoço (ou à máscara). A distância pontuável aumenta para 10 centímetros.*
- X. *Uma técnica que não seja válida, é-o independentemente de onde e como seja executada. Assim, qualquer técnica que tenha falta de forma, ou que não seja suficientemente poderosa, não é pontuável.*
- XI. *As técnicas executadas abaixo do cinto podem ser válidas desde que aplicadas acima do osso púbico. O pescoço, assim como a garganta, são zonas válidas. No entanto, o contacto à garganta não é permitido, apesar de poder ser pontuada uma técnica executada à garganta com o devido controlo, desde que não exista toque.*
- XII. *Podem pontuar-se técnicas às omoplatas. A zona não pontuável dos ombros é a união do osso superior do braço com as omoplatas e clavículas.*
- XIII. *O sinal sonoro do final do combate indica que já não se pode marcar, mesmo se o Árbitro, inadvertidamente, não o parar de imediato. No entanto, esse sinal não significa que não se possam dar penalizações. O Painel de Arbitragem pode atribuir penalizações depois do fim do combate, até ao momento de saída dos competidores da respectiva área. Depois disso podem ainda ser atribuídas penalizações, mas exclusivamente pelo Conselho de Arbitragem ou pelo Conselho Disciplinar.*
- XIV. *Se os dois competidores se atingirem exatamente ao mesmo tempo, o critério de pontuação "Bom timing" não ocorreu e a decisão correcta é a de não atribuir ponto. Ambos os competidores podem, contudo, receber pontos pelas técnicas aplicadas se cada um tiver duas bandeiras a seu favor e ambas as pontuações tiverem ocorrido antes de "Yame" e do sinal de tempo.*
- XV. *Caso um competidor pontue com mais de uma técnica consecutiva antes de o combate parar, ser-lhe-á atribuída a técnica de maior valor de pontuação, independentemente da sequência de aplicação. Por exemplo: se após um murro eficaz, o competidor aplicou um pontapé, os pontos por este último devem-lhe ser atribuídos, independentemente de o soco ter sido aplicado primeiro: o pontapé tem valor de pontuação mais alto.*

## ARTIGO 7: CRITÉRIOS PARA DECISÃO

O resultado do combate é determinado pela obtenção de uma clara vantagem de oito pontos durante o tempo regulamentar, ou, no final do tempo regulamentar de combate, pela obtenção de um maior número de pontos, pela obtenção de uma decisão (HANTEI) favorável, ou ainda pela imposição de HANSOKU, SHIKKAKU, ou KIKEN a um competidor.

1. Não existe empate em combates individuais. Em competição por equipas, quando o combate terminar com igual pontuação, ou com a ausência de pontuação, o Árbitro anunciará um empate (HIKIWAKE).
2. Nas provas individuais, após o tempo regulamentar de combate, se não existir pontuação, ou haja um empate de pontuação, a decisão é tomada por votação do Árbitro e dos quatro Juizes. É obrigatório decidir a favor de um dos competidores e essa decisão é baseada nos seguintes critérios:
  - a) A atitude, espírito combativo e força demonstradas pelos competidores;
  - b) A superioridade de táticas e técnicas exibidas;
  - c) Qual dos competidores iniciou maior número de acções.
3. A equipa vencedora é aquela com mais vitórias. Se ambas as equipas obtiverem o mesmo número de vitórias, a vencedora é a que obteve o maior número de pontos, contando quer os combates ganhos quer os perdidos. A *diferença* máxima de pontos registada num combate será de 8.
4. Se ambas as equipas obtiverem o mesmo número de vitórias e de pontos, realiza-se um combate suplementar. Cada equipa pode nomear qualquer um dos seus competidores para este combate, independentemente se já ter combatido num encontro anterior entre as duas equipas. Se esse combate também empatar, a decisão é tomada por HANTEI, seguindo-se os mesmos procedimentos que para um combate individual. O resultado do HANTEI nesse combate extra também determinará o resultado da equipa.
5. Na competição por equipas, quando uma equipa vencer o número suficiente de combates, ou marcar o número suficiente de pontos para ser declarada vencedora, então o encontro deve ser considerado finalizado e não se farão mais combates.

### **EXPLICAÇÃO:**

1. *Ao decidir o resultado de um combate por votação (HANTEI) no fim de um combate inconclusivo, o Árbitro recua para a linha que marca o perímetro do tatami e anunciará "HANTEI" fazendo soar o apito duas vezes. Os Juizes indicam as suas opiniões por intermédio das bandeiras, ao mesmo tempo que o Árbitro indica o seu voto levantando o seu braço para o lado da sua preferência. O Árbitro dá uma apitadela breve, retoma sua posição original e anuncia a decisão maioritária.*

## ARTIGO 8: COMPORTAMENTO PROÍBIDO

Há duas categorias de comportamento proibido. Categoria 1 e Categoria 2.

### CATEGORIA 1

1. Técnicas com contacto excessivo em função da zona atacada e técnicas com contacto à garganta.
2. Ataques aos braços ou pernas, virilha, articulações ou ao peito do pé.
3. Ataques à cara com técnicas de mão aberta.
4. Técnicas de projecção proibidas ou perigosas.

### CATEGORIA 2.

1. Falsear ou exagerar uma lesão.
2. Saída da área de competição (JOGAI) não causada pelo oponente.
3. Colocação da sua própria pessoa em perigo por comportamento que o expõe a lesões por acções do oponente, ou falta de utilização de medidas de auto-protecção (MUBOBI).
4. Evitar o combate como forma de impedir que o oponente possa pontuar.
5. Passividade – não tentar envolver-se no combate.
6. Agarrar, lutar, empurrar, prender ou encostar peito-a-peito sem tentar executar uma projecção ou outra técnica.
7. Técnicas que, pela sua natureza, não podem ser controladas em função da segurança do oponente e ataques perigosos e descontrolados.
8. Ataques simulados com a cabeça, joelhos e cotovelos.
9. Falar ou provocar o oponente, não obedecer às instruções do Árbitro, comportamento descortês para com os técnicos de Arbitragem ou outras faltas de etiqueta.

### EXPLICAÇÃO:

- I. A competição em karate é um desporto, e por esse motivo algumas das técnicas mais perigosas são proibidas e todas as técnicas devem ser controladas. Os competidores adultos treinados conseguem absorver golpes relativamente poderosos em áreas musculadas como o abdómem, mas o facto é que zonas como a cabeça, cara, pescoço, virilha e articulações são particularmente susceptíveis de lesão. Assim, qualquer técnica que resulte em lesão pode ser penalizada a não ser que tenha sido causada pelo próprio. Os competidores devem executar todas as técnicas com controlo e boa forma. Se não o conseguem, então, deve atribuir-se um aviso ou penalização, independentemente da técnica usada. Nas competições de Juniores e Cadetes deve ser exercido um cuidado maior.*
- II. CONTACTO À CARA – SENIORES - No caso dos competidores séniores, é permitido o contacto leve, controlado, à cara, cabeça e pescoço (mas não à garganta). Nos casos em que o Árbitro considere o contacto como sendo demasiado forte, sem que contudo tenha diminuído a hipótese do competidor ganhar, pode atribuir-se um aviso (CHUKOKU). Um segundo contacto sob as*

*mesmas circunstâncias será penalizado com KEIKOKU. À uma terceira infracção será atribuído HANSOKU CHUI. Qualquer outra infracção, mesmo que não influencie a possibilidade de vitória do oponente resultará em HANSOKU.*

- III. *CONTACTO À CARA - CADETES E JUNIORES - No caso dos cadetes e juniores, não é permitido qualquer contacto com técnicas de mãos com a cabeça, face ou pescoço (incluindo a máscara). Qualquer contacto, independentemente da sua força, deve ser penalizado conforme descrito no parágrafo II, excepto se causado pelo receptor (MUBOBI). Os pontapés Jodan podem terminar num contacto ligeiro (contacto de pele) e ser pontuáveis. Algo mais do que um contacto superficial deve receber um aviso ou penalização excepto se este tiver sido causado pelo receptor (MUBOBI).*
- IV. *O Árbitro deve observar o competidor lesionado constantemente. Um pequeno atraso a anunciar uma decisão permite que os sintomas de lesão, como um sangramento do nariz, possam desenvolver-se. A observação também revela quaisquer esforços da parte do competidor para agravar uma lesão ligeira a fim de obter uma vantagem táctica, como por exemplo, expirar violentamente por um nariz lesionado ou esfregar a cara com força.*
- V. *Lesões anteriores podem provocar sintomas desproporcionais ao grau de contacto usado e os Árbitros devem ter isso em mente quando considerarem penalizações por aparente contacto excessivo. Por exemplo, o que parece ser um contacto relativamente ligeiro pode resultar na impossibilidade de um competidor continuar o combate por acumulação dos efeitos de lesões sofridas em combates anteriores. Antes do início do combate, o Tatami Manager deve examinar os cartões médicos dos competidores e assegurar-se de que estão aptos para combater. O Árbitro deve ser informado sempre que um competidor tenha já sido tratado por uma lesão.*
- VI. *Os competidores que exagerem a reacção a um contacto ligeiro, numa tentativa de levar o Árbitro a penalizar o oponente, como por exemplo, segurar a cabeça ou cambalear, ou ainda cair desnecessariamente, serão imediatamente avisados ou penalizados.*
- VII. *Simular uma lesão inexistente é uma infracção séria das regras. Nestas circunstâncias, ou seja, quando um competidor fingir um colapso ou rolar no chão sem que tal acção seja suportada por opinião médica neutral de lesão considerável, deve impor-se um SHIKKAKU.*
- VIII. *Exagerar uma lesão inexistente é menos sério, embora seja considerado comportamento inaceitável. Nesses casos, ao primeiro exemplo de exagero deve atribuir-se, no mínimo, um aviso HANSOKU CHUI. Exageros mais sérios, como por exemplo cambalear pelo tatami, cair ao chão, levantar-se e deixar-se cair de novo podem merecer HANSOKU imediato, dependendo da seriedade da ofensa.*
- IX. *Os competidores que receberam SHIKKAKU por simularem uma lesão serão retirados da área de competição e levados directamente à Comissão Médica da WKF, (medico da prova em Portugal) que os examinará fisicamente de imediato. Esta elaborará um relatório antes do final do Campeonato/Torneio, que entregará à Comissão de Arbitragem. Os competidores que simularem uma*

*lesão serão sujeitos às penalizações mais severas, que podem ir até à suspensão permanente da competição, no caso de ser reincidente.*

- X. *A garganta é uma área particularmente vulnerável e o mais ligeiro contacto deve ser alvo de aviso ou penalização, excepto se o contacto for da responsabilidade do receptor.*
- XI. *As técnicas de projecção dividem-se em dois tipos. As técnicas “convencionais” de varrimento de karate como o ashi barai, ko uchi gari, etc., em que o oponente é colocado em desequilíbrio ou projectado sem ser agarrado primeiro – e as projecções que exigem que o oponente seja agarrado ou seguro durante a projecção. O ponto de projecção não pode ser acima do nível do cinto e o oponente deve ser agarrado durante a queda, de modo a efectuar uma finalização do movimento segura. As projecções por cima do ombro, como seio nage, kata garuma etc., bem como as projecções de “sacrifício” como tomoe nage, sumi gaeshi etc., são expressamente proibidas. Também é proibido agarrar o oponente abaixo da cintura, levantando-o e atirando-o ou agarrar-lhe as pernas para o fazer cair. Se um oponente for lesionado como resultado de uma técnica de projecção, os Juizes decidirão se a técnica incorre numa penalização.*
- XII. *São proibidas as técnicas de mão aberta à cara devido a constituírem um perigo à visão do competidor oponente.*
- XIII. *JOGAI refere-se à situação em que o pé de um competidor, ou outra parte do corpo toca o chão fora da área de competição. Exceptua-se a situação em que o competidor é empurrado ou projectado da área pelo oponente. Note-se que se deve atribuir um aviso pelo JOGAI. A definição de JOGAI já não é “saídas repetidas” mas somente saída não causada pelo oponente.*
- XIV. *Um competidor que execute uma técnica pontuável e saia do tatami antes do Árbitro dizer “Yame” pontua e não lhe é imposto Jogai. Se a tentativa para pontuar não for bem sucedida, a saída contará como Jogai.*
- XV. *Se AO sair logo após AKA pontuar com um ataque eficaz, o árbitro assinala “Yame” ao momento de marcação do ponto e a saída de AO não conta. Se AO sair ou tiver saído no momento em que AKA marcar (estando AKA na área de competição) então tanto o ponto de AKA como a penalização Jogai de AO são atribuídos.*
- XVI. *É importante compreender que a “Recusa de Combate” se refere a uma situação na qual um competidor tenta impedir, através de comportamento indicativo de desperdício de tempo, que o oponente tenha a oportunidade de marcar. O competidor que recua constantemente, sem esboçar qualquer contra ataque, que prende desnecessariamente ou que sai deliberadamente da área para não dar ao adversário a oportunidade de marcar deve ser avisado ou penalizado. Isto ocorre frequentemente durante os segundos finais de um combate. Se a infracção ocorrer a 10 ou mais segundos do fim do combate, e o competidor não tiver qualquer aviso de Categoria 2, o Árbitro deve avisar o infractor aplicando CHUKOKU. Se existir penalização/penalizações de categoria 2 anteriores impõe-se KEIKOKU. Se, contudo, restarem menos de 10 segundos para o final, o Árbitro penalizará o infractor com HANSOKU-CHUI (independentemente de já ter ocorrido um KEIKOKU de categoria 2 ou não). Caso exista anteriormente um HANSOKU-CHUI de Categoria 2, o Árbitro*

*penaliza o infractor com HANSOKU e dá a vitória ao oponente. Contudo, o Árbitro deve assegurar-se de que o comportamento do competidor não é uma medida defensiva perante um ataque perigoso e descontrolado do oponente. Se esse for o caso, o atacante deve ser avisado ou penalizado.*

- XVII. *“Passividade” refere-se a situações em que um ou ambos os competidores não tentem trocar técnicas durante um período de tempo prolongado.*
- XVIII. *Um exemplo de MUBOBI é o caso em que o competidor inicia um ataque sem ter em conta a sua própria integridade física. Alguns competidores lançam-se em longos socos cruzados e são incapazes de bloquear um contra ataque. Estes ataques abertos constituem um Mubobi e não pontuam. Ainda como movimento táctico teatral, alguns competidores viram-se imediatamente, numa demonstração de domínio e certeza de pontuação. Baixam a guarda e a concentração sobre o oponente. O objectivo é o de chamar a atenção do Árbitro para a sua técnica. Este é também claramente um Mubobi. Se o infractor sofrer contacto excessivo e/ou uma lesão, o Árbitro anuncia um aviso ou penalização de Categoria 2 e pode não atribuir qualquer penalização ao oponente.*
- XIX. *Qualquer comportamento descortês por parte de um membro de uma delegação oficial pode levar à desclassificação de um competidor, de toda a equipa ou delegação do torneio ou campeonato.*

## **ARTIGO 9: ADVERTÊNCIAS E PENALIZAÇÕES**

- CHUKOKU:** É imposto na primeira vez que uma infracção menor é cometida (na categoria aplicável).
- KEIKOKU:** É imposto numa segunda situação de infracção menor dessa categoria, ou por infracções que não sejam sérias a ponto de merecerem um HANSOKU-CHUI.
- HANSOKU-CHUI:** Este é um aviso de desqualificação normalmente imposto por infracções para as quais já foi aplicado um KEIKOKU nesse combate. Pode ser imposto directamente por infracções sérias que não mereçam HANSOKU.
- HANSOKU:** É imposto a seguir a uma infracção muito séria ou quando já se atribuiu HANSOKU CHUI anteriormente. Resulta na desclassificação do competidor. Nos combates por equipas a pontuação do competidor que sofreu a falta será de 8 pontos e a do infractor de zero.
- SHIKKAKU:** É a desclassificação do torneio ou campeonato, competição ou encontro. De modo a definir o limite do SHIKKAKU, o Conselho de Arbitragem deve ser consultado. O SHIKKAKU pode ser anunciado quando um competidor se recusa a obedecer às instruções do Árbitro, age de forma maliciosa ou comete uma acção danosa do prestígio e honra do Karate-do, ou quando outras acções violam as regras e o espírito do torneio. Nos combates por equipas a

pontuação do competidor que sofreu a falta será de 8 pontos e a do infractor de zero.

### **EXPLICAÇÃO:**

- I. *Existem 3 graus de aviso: CHUKOKU, KEIKOKU e HANSOKU CHUI. Um aviso consiste numa chamada de atenção dada ao competidor, para que fique claro que este se encontra a violar as regras de competição, sem que se imponha uma penalização imediata.*
- II. *Existem 2 graus de penalização: HANSOKU e SHIKKAKU. Ambas podem levar á desqualificação do competidor (i) no combate (HANSOKU) ou (ii) do torneio (SHIKKAKU) com possível suspensão de competição durante um determinado período de tempo.*
- III. *As penalizações de Categoria 1 e Categoria 2 não são mutuamente cumulativas.*
- IV. *Pode impor-se um aviso directo por infracção das regras mas uma vez dado, qualquer reincidência dessa categoria de infracção deve ser acompanhada por um aumento da severidade do aviso ou penalização imposta. Por exemplo, não é possível dar um aviso ou penalização por contacto excessivo e mais tarde dar um outro aviso por uma segunda acção de contacto excessivo.*
- V. *O CHUKOKU é normalmente atribuído aquando de uma primeira infracção (falta) que não tenha reduzido o potencial de vitória do oponente.*
- VI. *O KEIKOKU é normalmente imposto quando o potencial de vitória de um competidor é ligeiramente diminuído, na opinião dos Juizes, pela infracção cometida.*
- VII. *Um HANSOKU CHUI pode impor-se directamente, ou após um KEIKOKU. É também imposto quando o potencial de vitória de um competidor é seriamente diminuído, na opinião dos Juizes, pela infracção cometida.*
- VIII. *Um HANSOKU impõe-se por acumulação de penalizações, mas também pode ser imposto directamente por infracções sérias das regras. É imposto quando o potencial de vitória de um competidor é reduzido quase a zero, na opinião dos Juizes, pela infracção cometida.*
- IX. *Qualquer competidor que receba um HANSOKU por causar uma lesão, e que, na opinião dos Juizes e do Tatami Manager, tenha agido de forma perigosa e descontrolada, ou que se considera não ter as capacidades de controle necessárias para as competições da WKF será objecto de relatório ao Conselho de Arbitragem. Este decidirá se o competidor será suspenso do resto dessa competição e/ou competições posteriores.*
- X. *Um SHIKKAKU pode impor-se directamente, sem que primeiro devam existir avisos de qualquer tipo. O competidor não tem que ter feito nada para o merecer – basta que o Treinador ou membros da sua delegação se comportem de forma danosa ao prestígio e honra do karate-do. Caso o Árbitro pense que um competidor agiu com malícia, independentemente de se causou ou não qualquer lesão, a penalização correcta é o SHIKKAKU e não o HANSOKU.*
- XI. *O SHIKKAKU deve anunciar-se publicamente.*

## ARTIGO 10: LESÕES E ACIDENTES EM COMPETIÇÃO

1. KIKEN ou desistência é a decisão anunciada quando um ou mais competidores não se apresentam quando chamados, estão incapazes de continuar, abandonam o combate ou são retirados por ordem do Árbitro. Os motivos para o abandono podem incluir lesão não derivada de acções do oponente.
2. No caso de dois competidores se lesionarem mutuamente, ou sofrerem dos efeitos de lesões anteriores, e o Médico do torneio os declarar incapazes de continuarem o combate, a vitória é dada àquele que tiver maior número de pontos. Em combates individuais, caso a pontuação seja igual, o resultado do combate é decidido por votação (HANTEI). Nas provas por equipas, o Árbitro anunciará um empate (HIKIWAKE). Se esta situação ocorrer num combate extra entre equipas, o resultado do combate será decidido por votação (HANTEI).
3. Um competidor lesionado que tenha sido declarado incapaz de combater pelo Médico do torneio, não pode voltar a competir em kumite nessa competição.
4. Um competidor lesionado que ganhe um combate por *desclassificação por lesão* não pode combater de novo nessa competição sem permissão do médico. Se está lesionado, pode ganhar um segundo combate por *desclassificação por lesão* mas é imediatamente retirado da competição de kumite nesse torneio ou campeonato.
5. Quando um competidor se lesionar, o Árbitro deve parar de imediato o combate e chamar o Médico. Este está somente autorizado a diagnosticar e tratar as lesões.
6. Um competidor que se lesione durante um combate e necessite de tratamento médico terá direito a 3 minutos para o receber. Caso o tratamento não esteja terminado ao fim desse tempo, o Árbitro decide se o competidor deve ser declarado incapaz para combater (ARTIGO 13, Parágrafo 9d), ou se deve prolongar o tempo de tratamento.
7. Qualquer competidor que caia, seja projectado ou atirado ao chão e não se levante em 10 segundos é considerado incapaz para continuar a combater e é automaticamente retirado da competição de kumite desse torneio ou competição. Se um competidor cair, for projectado ou atirado ao chão e não se levantar imediatamente, o Árbitro faz um sinal com o apito e levanta o braço ao cronometrista para começar a contagem de 10 segundos, ao mesmo tempo que chama o médico, conforme descrito em 5. O cronometrista pára o relógio quando o Árbitro levantar o braço. Sempre que o tempo de 10 segundos seja iniciado, o Médico deve ser chamado a examinar o competidor. Em incidentes destes, o competidor deve sempre ser examinado no tatami.

## **EXPLICAÇÃO:**

- I. *Quando o Médico declara que o competidor está incapaz para combater, deve fazer-se o devido registo na sua ficha. O grau de incapacidade deve ser explicado aos outros Painéis de Arbitragem.*
- II. *Um competidor pode ganhar por desclassificação do oponente por acumulação de infracções menores de Categoria 1. O vencedor pode não ter sofrido lesões significativas. Uma segunda vitória nestes moldes leva à retirada do vencedor da competição, mesmo que o competidor esteja fisicamente apto para continuar.*
- III. *O Árbitro deve convocar o médico quando um competidor se encontra lesionado e necessita de tratamento, levantando o braço e enunciando claramente “Doutor”.*
- IV. *Caso esteja fisicamente capaz de o fazer, o competidor deve sair do tatami para ser examinado e tratado pelo Médico.*
- V. *O médico é obrigado a dar recomendações sobre segurança apenas no que respeita ao tratamento médico para aquele competidor lesionado em particular.*
- VI. *Ao aplicar a “Regra dos Dez Segundos”, o tempo será controlado por um cronometrista nomeado para o efeito. Aos sete segundos soará um aviso, seguido do toque final aos dez segundos. O cronometrista começa a contar o tempo ao sinal do Árbitro e pára quando o competidor se levanta e o Árbitro ergue o seu braço.*
- VII. *Os Juízes decidem a vitória por HANSOKU, KIKEN, ou SHIKKAKU, conforme o caso.*
- VIII. *Em combates de equipas, se um competidor receber KIKEN, ou é desclassificado (HANSOKU OU SHIKKAKU) a sua pontuação, caso a tenha, é reduzida a zero e a do seu oponente é de 8 pontos.*

## **ARTIGO 11: PROTESTO OFICIAL**

1. Ninguém pode apresentar um protesto sobre uma decisão aos membros do Painel de Arbitragem.
2. Quando, aparentemente, qualquer procedimento da Arbitragem infrinja este regulamento, o Presidente da Federação (nível internacional) ou o representante oficial do clube (nível nacional) é o único autorizado a elaborar um protesto.
3. O protesto fundamenta-se num relatório escrito enviado logo após o combate que gerou o protesto. (A única excepção a esta situação é quando o protesto é sobre um erro administrativo. O Tatami Manager deve ser notificado imediatamente após a detecção do erro administrativo.)
4. O protesto deve ser enviado a um representante do Júri de Protestos. Na devida altura, o Júri analisa as circunstâncias que levaram ao protesto. Tendo em

consideração todas as ocorrências, elabora um relatório, tendo poder para tomar a decisão que considere oportuna.

5. Qualquer protesto que vise a aplicação das regras deve estar de acordo com os procedimentos definidos pelo Comité Director da WKF (EC) ou o Conselho de Arbitragem da FNK-P. Deve ser submetido por escrito e assinado pelo representante oficial da equipa ou daquele que protesta.
6. Quem protesta deve depositar uma quantia em dinheiro, fixada pelo Comité Director da WKF ou pela Direcção da FNK-P que deve ser entregue, juntamente com o protesto, a um representante do Júri de Protestos, ou do Conselho de Arbitragem.

7. Composição do Júri de Protestos

O Júri é composto por três árbitros seniores nomeados pela Comissão de Arbitragem. Não podem ser nomeados dois árbitros da mesma Federação Nacional. A Comissão de Arbitragem deve também nomear mais três membros, identificados por números de 1 a 3, que substituem automaticamente qualquer um dos árbitros nomeados inicialmente, em caso de conflito de interesses: o membro do Júri é da mesma nacionalidade, ou tem laços familiares com as partes envolvidas no protesto. Nos torneios e campeonatos da FNK-P, é composto por representantes do Conselho de Arbitragem nomeados pelo seu Presidente.

8. Processo de Avaliação de Protesto

É da responsabilidade de quem recebe o protesto reunir o Júri de Protestos e entregar o depósito do protesto ao Tesoureiro.

Uma vez reunido, o Júri de Protestos recolhe todas as informações pertinentes à substanciação do mérito do protesto. Cada um dos três membros do Júri deve dar o seu veredicto quanto à validade do protesto. Não é permitida a abstenção.

9. Recusa de Protesto

Caso o protesto seja recusado, o Júri de Protestos nomeia um dos seus membros para que notifique verbalmente o interessado, registre a palavra “rejeitado” no documento original e o faça assinar por todos os membros do Júri, antes de o entregar ao Tesoureiro, que, por sua vez, o remete ao Secretário-geral.

10. Protestos Aceites

Caso o protesto seja aceite, o Júri reunirá com a Comissão Organizadora e o Conselho de Arbitragem a fim de tomar as medidas que possam resolver a questão, incluindo a possibilidade de:

- Revogar decisões anteriores que tenham contrariado as regras
- Anular os resultados dos combates afectados nessa eliminatória, desde o momento anterior ao incidente
- Repetir os combates afectados pelo incidente
- Redigir uma recomendação à Comissão de Arbitragem para que os árbitros envolvidos sejam avaliados a fim de serem corrigidos ou castigados.

Ao Júri de Protesto cabe a responsabilidade de primar por contenção e poder decisório justo ao tomar acções que perturbem de modo significativo o programa

da competição. Revogar o processo de eliminatórias é o último recurso em qualquer acção para assegurar um resultado justo.

O Júri de Protesto nomeia um dos seus membros para notificar verbalmente o interessado de que o seu protesto foi aceite, registar a palavra “ACEITE” no documento original e assegurar que este é assinado por todos os membros do Júri de Protesto. De seguida, entrega o protesto ao Tesoureiro, que por sua vez, devolve a quantia depositada e remete o documento ao Secretário-geral.

#### 11. Relatório de Incidente

Após todo este processo, o Júri de Protesto deve reunir novamente para elaborar um relatório do incidente, descrevendo o que foi apurado e explicitando as suas razões para a aceitação ou rejeição do protesto. O relatório deve ser assinado pelos três membros do Júri e submetido ao Secretário-geral.

#### 12. Poderes e Restrições

A decisão do Júri de Protesto é final e só pode ser anulada por decisão da Comissão Executiva.

O Júri de Protestos não pode impôr sanções ou penalidades. A sua função é decidir quanto ao mérito do protesto e acionar os procedimentos requisitados pelo Conselho de Arbitragem e pela Comissão Organizadora, a fim de rectificar quaisquer decisões de Arbitragem que se considere contrárias às regras.

### **EXPLICAÇÃO:**

- I. *O protesto deve incluir os nomes dos competidores e do Painel de Arbitragem correspondente, assim como os detalhes precisos do motivo do protesto. Não se aceitam protestos sobre as normas e regras gerais vigentes. Compete a quem reclama provar a validade do seu protesto.*
- II. *O protesto é analisado pelo Júri de Protestos e, como parte dessa análise, o Júri estuda as provas submetidas como suporte do protesto. Pode também analisar vídeos e interrogar pessoas com a intenção de examinar objectivamente a validade do protesto.*
- III. *Se o Júri de Protesto decidir que o mesmo é válido, determina as acções adequadas. Tomam-se de seguida todas as medidas tendentes a evitar a repetição, em futuras competições, das circunstâncias que motivaram o protesto. Neste caso, o tesoureiro devolve a quantia depositada.*
- IV. *Se o protesto for considerado inválido pelo júri de protestos, a quantia depositada reverte para os cofres da WKF ou da FNK-P.*
- V. *Os combates seguintes não devem ser atrasados, mesmo se um protesto oficial estiver a ser preparado. Assegurar-se que o combate está a ser conduzido de acordo com as regras de competição é responsabilidade do Supervisor do Encontro.*
- VI. *No caso de se verificar uma irregularidade administrativa durante um combate, o treinador pode dirigir-se directamente ao Tatami Manager, que por sua vez, notifica o Árbitro.*

## **ARTIGO 12: PODERES E DEVERES**

### **CONSELHO DE ARBITRAGEM**

O Conselho de Arbitragem tem os seguintes poderes e deveres:

1. Assegurar a correcta preparação de cada torneio, conjuntamente com a Comissão Organizadora, no que respeita à organização das áreas de competição, a provisão e organização de todos os equipamentos e instalações necessárias, operacionalização e supervisão dos combates, medidas de segurança etc.
2. Nomear e situar os Chefes de Tatami nas suas zonas respetivas e actuar de acordo com as informações fornecidas por eles em relatório.
3. Supervisionar e coordenar a actuação geral dos Técnicos de Arbitragem.
4. Nomear substitutos para as áreas que deles necessitem.
5. Dar uma decisão final sobre questões de índole técnica que possam aparecer durante o combate e para as quais não existam regras estipuladas.

### **CHEFES DE TATAMI (TATAMI MANAGERS)**

Os poderes e deveres dos Chefes de Tatami são os seguintes:

1. Nomear, delegar e supervisionar os Árbitros e Juízes nos combates que se realizem nas áreas de competição sob o seu controlo.
2. Vigiar a actuação dos Árbitros e Juízes na sua zona de influência e assegurar que os Técnicos de Arbitragem são capazes de realizar as tarefas para as quais foram designados.
3. Ordenar ao Árbitro que pare o combate quando o Supervisor do Encontro assinala uma contravenção às regras da competição.
4. Preparar diariamente um relatório escrito sobre cada Técnico de Arbitragem sob sua supervisão, incluindo eventuais recomendações ao Conselho de Arbitragem.

### **ÁRBITROS**

Os poderes do Árbitro são os seguintes:

1. O Árbitro (“SHUSHIN”) tem o poder de conduzir as provas, incluindo o anúncio do início, suspensão, e o final do combate.
2. Atribuir pontos com base nas decisões dos Juízes.
3. Parar o combate sempre que acredite ter sido marcado ponto, falta ou para assegurar a segurança dos competidores.
4. Solicitar confirmação das decisões dos Juízes, em situações onde possam existir, na sua opinião, motivos para que estes reavaliem a sua decisão de emissão de aviso ou penalização.
5. Explicar ao Chefe de Tatami, ao Conselho de Arbitragem, ou ao Júri de Protestos, se necessário, as bases das suas decisões.
6. Impôr penalizações e advertências.
7. Obter decisões e actuar com base na (s) opinião (ões) dos Juízes.
8. Anunciar e começar um combate extra, sempre que necessário, nas competições por equipas.

9. Conduzir o procedimento de votação pelos Juízes, incluindo o seu próprio voto (HANTEI) e anunciar o resultado.
10. Resolver empates.
11. Anunciar o vencedor.
12. A autoridade do Árbitro não está limitada somente à área de competição mas também a todo o seu perímetro mais próximo.
13. O Árbitro dá todas as ordens e faz todos os anúncios.

## **JUÍZES**

Os poderes dos Juízes (FUKUSHIN) são os seguintes:

1. Assinalar pontos concretizados, avisos e penalizações.
2. Exercer o direito de voto quando se toma uma decisão.

Os Juízes devem observar cuidadosamente as acções dos competidores e dar a sua opinião ao Árbitro nos seguintes casos:

- a) Quando observar um ponto.
- b) Quando o competidor cometer uma acção e/ou técnica proibidas.
- c) Quando perceber que um competidor está ferido ou incapacitado.
- d) Quando um ou ambos os competidores saírem da área de competição (JOGAI).
- e) Noutros casos em que considere necessário chamar a atenção do Árbitro.

## **SUPERVISORES DO ENCONTRO**

O Supervisor do Encontro (KANSA) assiste o Chefe de Tatami (Tatami Manager), observando o decorrer dos combates. Se as decisões do Árbitro e/ou dos Juízes não estiverem de acordo com as Regras de Competição, o Supervisor do Encontro deve levantar imediatamente a sua bandeira vermelha e fazer soar o seu apito. O Chefe de Tatami dá então instruções ao Árbitro para parar o combate e corrigir a irregularidade. Os registos dos combates são oficializados uma vez aprovados pelo Supervisor do Encontro. Antes de cada combate ou encontro o Supervisor do Encontro deve assegurar que os competidores estejam a usar o equipamento autorizado.

## **SUPERVISORES DE PONTUAÇÃO**

O Supervisor de Pontuação deve manter um registo separado da pontuação concedida pelo Árbitro e, ao mesmo tempo, supervisionar as acções dos cronometristas e dos anotadores.

### **EXPLICAÇÃO:**

- I. *Quando dois ou mais Juízes fizerem o mesmo sinal, ou indicarem ponto para o mesmo competidor, o Árbitro deve parar o combate e anunciar a decisão da maioria. Se o Árbitro não parar o combate, o Supervisor do Encontro deve levantar a sua bandeira vermelha e fazer soar o seu apito.*
- II. *Quando dois ou mais Juízes fizerem o mesmo sinal, ou indicarem ponto para o mesmo competidor, o Árbitro deve parar o combate e anunciar a decisão tomada pelos Juízes.*

- III. *Quando o Árbitro decidir parar o combate, por qualquer outro motivo que não um sinal dado por dois ou mais Juizes, diz “YAME”, acompanhando-o do gesto apropriado. Os Juizes assinalam as suas opiniões e o Árbitro transmite a decisão com que dois ou mais Juizes concordem.*
- IV. *Sempre que ambos os competidores tenham pontos, avisos ou penalizações indicados por dois ou mais Juizes, esses pontos, avisos ou penalizações serão atribuídos.*
- V. *Se a um competidor for indicado ponto, falta ou penalização por mais de um Juiz e a pontuação ou penalização for diferente entre os Juizes – não existindo maioria -, será aplicado o ponto, aviso ou penalização de valor mais baixo.*
- VI. *Caso exista maioria, mas discordância, entre os Juizes, na atribuição de ponto, aviso ou penalização, a opinião da maioria prevalecerá sobre a regra de atribuição do ponto, aviso ou penalização de valor mais baixo.*
- VII. *Em situação de HANTEI, tanto os 4 Juizes como o Árbitro têm um voto cada.*
- VIII. *O papel do Supervisor do Encontro é o de assegurar que o combate é conduzido de acordo com as Regras de Competição. Não é mais um Juiz. Não tem voto, nem qualquer autoridade para decidir, por exemplo, se uma técnica foi válida ou se ocorreu JOGAI. A sua única responsabilidade recai sobre questões de procedimento.*
- IX. *No caso de o Árbitro não ouvir o sinal a anunciar o fim do tempo, o Supervisor de Pontuação fará soar o seu apito.*
- X. *O Painel de Arbitragem pode explicar as razões para uma decisão sobre o combate ao Chefe de Tatami, (TATAMI MANAGER) ao Conselho de Arbitragem ou ao Júri de Protestos. Não se justificam a mais ninguém.*

### **ARTIGO 13: INICIO, SUSPENSÃO E FIM DOS COMBATES**

1. Os termos e gestos usados pelo Árbitro e pelos Juizes durante o decorrer de um combate são os especificados nos Anexos 1 e 2.
2. O Árbitro e os Juizes assumem as posições estipuladas e após a troca de cumprimentos entre os competidores, o Árbitro anuncia “SHOBU HAJIME!” e o combate começa.
3. O Árbitro pára o combate anunciando “YAME”. Se necessário, ordena aos competidores que retomem as suas posições iniciais (MOTO NO ICHI).
4. Quando o Árbitro retoma a sua posição, os Juizes assinalam a sua opinião através de um sinal. Caso se atribua pontuação, o Árbitro identifica o competidor (AKA ou AO), a área atacada (Chudan ou Jodan), a técnica pontuada (Tsuki, Uchi, or Keri), e de seguida, atribui a pontuação correspondente através de gesto correspondente. De seguida, o Árbitro recomeça o combate dizendo “TSUZUKETE HAJIME”.

5. Quando um competidor tem uma vantagem clara de 8 pontos num combate, o Árbitro anuncia “YAME” e instrui os competidores para retomarem as suas posições iniciais. Retoma também a sua. O vencedor é então anunciado e indicado pelo Árbitro ao levantar a mão do seu lado e dizendo “AO (AKA) NO KACHI”. O combate finaliza nesse momento.
6. Quando o tempo de combate termina, o competidor com maior pontuação é declarado vencedor, e é indicado pelo Árbitro que ergue a mão do seu lado e diz “AO (AKA) NO KACHI”. O combate finaliza nesse momento.
7. Em caso de empate de decisão no final de um combate inconclusivo, o painel de Arbitragem (o Árbitro e os 4 Juízes) decidirão o resultado por HANTEI.
8. Nas seguintes situações, o Árbitro anuncia “YAME” e pára o combate temporariamente:
  - a) Quando um dos ou ambos os competidores esteja(m) fora da área de competição.
  - b) Quando o Árbitro instruir um competidor para ajustar o karate-gi ou o equipamento de protecção.
  - c) Quando um competidor tenha quebrado as regras.
  - d) Quando o Árbitro considere que um ou ambos os competidores não pode(m) continuar o combate devido a lesão, indisposição ou outra causa. Tendo em consideração a opinião do Médico, o Árbitro decide se o combate deve continuar ou não.
  - e) Quando um competidor agarra o oponente e não executa uma técnica imediata ou uma projecção nos 2 segundos seguintes.
  - f) Quando um ou ambos os competidores caem ou são projectados e não é executada uma técnica nos 2 segundos seguintes.
  - g) Quando ambos os competidores de agarram um ao outro sem tentarem uma projecção ou técnica nos 2 segundos seguintes.
  - h) Quando ambos os competidores de encostam peito-a-peito sem tentarem uma projecção ou técnica nos 2 segundos seguintes.
  - i) Quando ambos os competidores estão no chão devido a queda ou tentativa de projecção e começam a brigar.
  - j) Quando é assinalado(a) ponto ou falta ao mesmo competidor por dois ou mais Juízes.
  - k) Quando, na opinião do Árbitro, houve ponto ou falta – ou a situação merece a paragem por razões de segurança.
  - l) Quando solicitado pelo Tatami Manager.

### **EXPLICAÇÃO:**

1. *Ao começar um combate, o Árbitro chama os competidores às suas posições. Se um competidor entra prematuramente na área, deve pedir-se que se retire. Os competidores devem saudar-se adequadamente — uma inclinação breve da cabeça é descortês e insuficiente. O Árbitro pode ordenar a saudação quando esta não é feita voluntariamente, gesticulando conforme explícito no ANEXO 2 das regras.*

- II. Ao recomeçar o combate, o Árbitro deve assegurar-se de que ambos os competidores estão posicionados nas suas linhas e se comportam devidamente. Qualquer traço de irrequietude deve parar antes de se recomeçar o combate. O Árbitro deve recomeçar o combate com o mínimo atraso possível.*
- III. Os competidores devem saudar-se no início e final de cada combate.*

#### **ARTIGO 14: MODIFICAÇÕES**

Somente a Comissão Desportiva da WKF, com a aprovação do Comité Director da WKF pode alterar ou modificar estas regras.

# REGRAS DE KATA

## ARTIGO 1: ÁREA DE COMPETIÇÃO EM KATA

1. A área de competição deve ser plana e sem obstáculos.
2. A área de competição deve ter tamanho suficiente para permitir a execução ininterrupta do Kata.

### **EXPLICAÇÃO:**

1. *Para uma execução correcta do Kata, é necessária uma superfície lisa e estável. Normalmente as áreas de competição de kumite são adequadas.*

## ARTIGO 2: EQUIPAMENTO OFICIAL

1. Tanto os competidores como os Juizes devem usar o uniforme conforme descrito no ARTIGO 2 das Regras de Kumite.
2. Qualquer pessoa que não cumpra com este regulamento pode ser expulso.

### **EXPLICAÇÃO:**

- I. *O casaco do karate-gi não pode ser despido durante a execução do Kata.*
- II. *É dado um minuto aos competidores que se apresentem vestidos incorrectamente para corrigirem a situação.*

## ARTIGO 3: ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO DE KATA

1. A competição de Kata divide-se em provas individuais e de equipas. As provas por equipas consistem em competições entre equipas de três competidores. Cada equipa é exclusivamente masculina ou feminina. A prova individual de Kata consiste na execução individual do Kata, nas divisões masculina e feminina.
2. Aplica-se o sistema de eliminatórias com repescagem.
3. Os competidores devem executar Katas obrigatórios (SHITEI) e livres (TOKUI) durante a competição. Os Kata devem estar de acordo com as escolas de Karate-do reconhecidas pelo WKF, com base nos sistemas Goju, Shito, Shoto, e Wado. A

tabela de Kata obrigatórios encontra-se no ANEXO 7, e no ANEXO 8 encontra-se a lista de Kata livres.

4. Na execução do Kata SHITEI não são permitidas quaisquer variações.
5. Na execução do Kata TOKUI os competidores podem escolher de entre as listadas no ANEXO 8. São permitidas as variações da escola do competidor.
6. A mesa de controlo é notificada da escolha do Kata antes de cada eliminatória.
7. Os competidores executam um Kata diferente em cada eliminatória. Não se podem repetir os Katas.
8. Na repescagem, os competidores podem executar um Kata SHITEI ou TOKUI tendo em conta o parágrafo 7 deste capítulo.
9. Nas Finais da prova de Kata por equipas, as equipas finalistas executam o Kata escolhido da lista Tokui do ANEXO 8 na sua forma normal. De seguida, executam uma demonstração do significado do Kata (BUNKAI). O tempo permitido para essa demonstração é de 5 minutos. O cronometrista inicia a contagem do tempo a partir da saudação feita no final da execução do Kata e pára-o na saudação final depois do BUNKAI. Qualquer equipa que não faça a saudação no final da execução do Kata ou exceda o tempo de 5 minutos é desclassificado. O uso de armas tradicionais, equipamento auxiliar ou aparelhos adicionais está proibido.

#### **EXPLICAÇÃO:**

1. *O número e tipo de Kata escolhido depende do número de competidores individuais ou de equipas inscritos, conforme ilustrado na tabela abaixo. Os byes contam como competidores ou equipas.*

<b>Competidores ou Equipas</b>	<b>Nº de kata Escolhidos</b>	<b>Tokui</b>	<b>Shitei</b>
65-128	7	5	2
33-64	6	4	2
17-32	5	3	2
9-16	4	3	1
5-8	3	3	0
4	2	2	0

#### **ARTIGO 4: O PAINEL DE JUÍZES**

1. O Painel de 5 Juízes, para cada encontro, é designado pelo Conselho de Arbitragem ou pelo Tatami Manager.
2. Os Juízes de um encontro de Kata não podem ser da mesma nacionalidade de qualquer um dos competidores. Nas provas da F.N.K.P. não podem ser do mesmo Clube.
3. Devem ainda ser nomeados os anotadores, cronometristas e anunciadores.

### **EXPLICAÇÃO:**

- I. *O Juíz Chefe senta-se na posição central da área de competição, de frente para os competidores. Os outros Juízes sentam-se nos cantos da área de competição.*
- II. *Cada Juíz tem consigo uma bandeira vermelha e uma azul ou, caso se usem quadros electrónicos, um terminal de input de dados.*

## **ARTIGO 5: CRITÉRIOS PARA DECISÃO**

1. O Kata deve ser executado com competência e deve demonstrar uma compreensão clara dos princípios tradicionais que contém. Ao avaliar o desempenho de um competidor ou equipa, os Juízes observam:
  - a. Demonstração realista do significado do Kata.
  - b. Compreensão das técnicas utilizadas (BUNKAI).
  - c. Bom *timing*, ritmo, velocidade, equilíbrio e foco de potência (KIME).
  - d. Uso correcto e adequado da respiração como auxiliar do KIME.
  - e. Foco correcto de atenção (CHAKUGAN) e concentração.
  - f. Posições correctas (DACHI), com a tensão de pernas adequada, e pés bem apoiados no chão.
  - g. Tensão do abdómen adequada (HARA), sem movimentos oscilatórios verticais das ancas durante os deslocamentos.
  - h. Forma correcta (KIHON) do estilo praticado.
  - i. A execução deve também ser avaliada tendo em conta outros factores tal como a dificuldade do Kata apresentado.
  - j. No Kata por equipas, a sincronização sem estímulos externos é um factor adicional.
2. O competidor que variar o Kata Shitei é desclassificado.
3. O competidor que parar durante a execução do Kata Shitei ou Tokui, ou que execute um Kata que não o anunciado ou anunciado à mesa, é desclassificado.
4. O competidor que executar um Kata que não venha na lista ou que repita um Kata já executado é desclassificado.

### **EXPLICAÇÃO:**

- I. *O Kata não é uma dança ou uma performance teatral. Deve seguir os valores e princípios tradicionais. Deve ser realista em termos de combate e evidenciar concentração, poder e potencial de impacto nas suas técnicas. Deve demonstrar força, poder e velocidade – assim como elegância, ritmo e equilíbrio.*
- II. *No Kata por equipas, todos os membros da equipa devem começar o Kata voltados para a mesma direcção, e de frente para o Juíz Chefe.*
- III. *Os membros da equipa devem demonstrar competência em todos os aspectos da performance do Kata, assim como sincronização.*

- IV. *As instruções para começar e parar a execução, o bater com os pés no chão, ou com as mãos no peito, braços ou Karate-gi, e a expiração inapropriada são exemplos de estímulos externos e devem ser levados em conta pelos Juízes na tomada de decisões.*
- V. *É da total reponsabilidade do treinador ou do competidor assegurar que o Kata anunciado à mesa é apropriado para essa eliminatória.*

## **ARTIGO 6: OPERACIONALIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO**

1. No início da cada eliminatória, os dois competidores (um com cinto vermelho (AKA) e o outro com cinto azul (AO)) devem responder à chamada alinhando no perímetro da área de competição, de frente para o Juíz Chefe. Após a saudação ao Painel de Juízes, AO recua para fora da área de competição. Depois de assumir a posição de início e anunciar claramente o nome do Kata que vai executar, o competidor AKA começa. No final, abandona a área, ficando a aguardar a performance do competidor AO. Após este terminar, ambos devem aguardar pela decisão do Painel de Juizes.
2. Caso o Kata não obedeça às Regras, ou haja qualquer outra irregularidade, o Juíz Chefe pode consultar os outros Juízes de modo a chegarem a uma decisão.
3. Caso um competidor seja desclassificado, o Juíz Chefe cruza e descruza as bandeiras (tal como no sinal de Kumite TORIMASEN).
4. Após a execução dos seus Kata, os competidores alinham lado a lado no perímetro da área. O Juíz Chefe pede uma decisão (HANTEI) e faz soar o seu apito duas vezes, para que os Juízes votem.
5. A decisão é AKA ou AO. Não são autorizados empates. O competidor com maior número de votos é declarado vencedor pelo anunciador.
6. Os competidores saúdam-se, após o que saúdam o Painel de Juízes e abandonam a área de competição.

### **EXPLICAÇÃO:**

- I. *O ponto de início da execução do Kata é dentro do perímetro da área de competição.*
- II. *Se se estiverem a usar bandeiras, o Juíz Chefe pede uma decisão (HANTEI) e faz soar o seu apito duas vezes. Os Juízes levantam as suas bandeiras simultaneamente. Após o tempo suficiente para que os votos sejam contados (aproximadamente 5 segundos), e após uma apitadela curta, as bandeiras são baixadas.*
- III. *Caso um competidor não compareça na altura da chamada ou desista da competição (Kiken), a vitória é automaticamente atribuída ao oponente, sem que este necessite de executar o Kata previamente comunicado à mesa.*

**ANEXO 1: TERMINOLOGIA**

<b>SHOBU HAJIME</b>	COMEÇO DO COMBATE	Depois do anúncio, o Árbitro dá um passo atrás.
<b>ATOSHI BARAKU</b>	FALTA POUCO TEMPO	O cronometrista dá um sinal sonoro 10 segundos antes de terminar o combate e o Árbitro anuncia “Atoshi Baraku”.
<b>YAME</b>	PAROU O COMBATE	Interrupção ou final do combate. Simultaneamente ao anúncio, o Árbitro executa com a sua mão um movimento de corte para baixo
<b>MOTO NO ICHI</b>	POSIÇÃO ORIGINAL	Os competidores e o Árbitro voltam às posições originais.
<b>TSUZUKETE</b>	CONTINUAÇÃO DO COMBATE	Ordem para continuar a combater, quando alguma interrupção não autorizada ocorre.
<b>TSUZUKETE HAJIME</b>	CONTINUAÇÃO DO COMBATE - COMECEM	O Árbitro coloca-se com um pé adiantado. Enquanto diz “TsuZukete” estende as palmas das mãos em direcção aos competidores. Enquanto diz “Hajime” dirige rapidamente as palmas das mãos para dentro e quase as junta ao centro, ao mesmo tempo que dá um passo atrás.
<b>SHUGO</b>	OS JUÍZES SÃO CHAMADOS	O Árbitro chama os Juizes no final do combate ou para recomendar uma penalização Shikkaku
<b>HANTEI</b>	DECISÃO	O Árbitro pede uma decisão no final de um combate inconclusivo. Depois de um curto, sinal de apito, os Juizes mostram no seu voto através de um sinal da bandeira e o Árbitro mostra o seu voto levantando o seu braço ao mesmo tempo.
<b>HIKIWAKE</b>	EMPATE	No caso de empate, o Árbitro cruza os braços no peito, após o que os estende com as palmas das mãos viradas para a frente.
<b>TORIMASEN</b>	NÃO É ACEITÁVEL COMO TÉCNICA PONTUÁVEL	O Árbitro cruza os braços e descruza-os em movimento de corte com as palmas viradas para baixo.
<b>AKA (AO) NO KACHI</b>	VERMELHO (AZUL) GANHA	O Árbitro levanta o braço obliquamente para o lado vencedor.
<b>AKA (AO) IPPON</b>	VERMELHO (AZUL) MARCA TRÊS PONTOS	O Árbitro levanta o braço a 45 graus do lado do competidor que marcou.
<b>AKA (AO) WAZA-ARI</b>	VERMELHO (AZUL) MARCA DOIS PONTOS	O Árbitro levanta o braço ao nível do ombro do lado do competidor que marcou.
<b>AKA (AO) YUKO</b>	VERMELHO (AZUL) MARCA UM PONTO	O Árbitro estende o seu braço para baixo a 45 graus do lado do competidor que marcou.
<b>CHUKOKU</b>	AVISO	O Árbitro indica uma penalização de categoria 1 ou 2
<b>KEIKOKU</b>	AVISO	O Árbitro indica uma penalização de categoria 1 ou 2, apontando o seu dedo indicador num ângulo descendente de 45 graus na direcção do infrator
<b>HANSOKU-CHUI</b>	AVISO DE DESQUALIFICAÇÃO	O Árbitro indica uma penalização de categoria 1 ou 2 após o que aponta com o dedo indicador horizontalmente o infractor
<b>HANSOKU</b>	DESQUALIFICAÇÃO	O Árbitro indica uma penalização de categoria 1 ou 2 e depois aponta com o dedo indicador a 45 graus ascendente o infractor, atribuindo a vitória ao oponente.
<b>JOGAI</b>	SAÍDA DA ÁREA DE COMPETIÇÃO	O Árbitro aponta com o seu dedo indicador o lado do infractor para indicar aos Juizes que o competidor saiu da área.
<b>SHIKKAKU</b>	DESQUALIFICAÇÃO “SAIA DA COMPETIÇÃO”	O Árbitro aponta com o dedo indicador para cima, numa inclinação de 45 graus, na direcção do infractor, e move-o para fora e para trás dizendo “AKA (AO) Shikkaku!” e anunciando de seguida a vitória do oponente.
<b>KIKEN</b>	DESISTÊNCIA	O Árbitro aponta para baixo a 45 graus na direcção da linha do competidor que desiste.
<b>MUBOBI</b>	ADVERTÊNCIA POR PÔR EM PERIGO A SUA SEGURANÇA	O Árbitro toca na sua cara e voltando o cutelo da mão para a frente, move-a para a frente e para trás para indicar aos Juizes que o competidor está a pôr em perigo a sua própria segurança.

**SHOMEN-NI-REI**

O Árbitro estende os seus braços e palmas para a frente.



**OTAGAI-NI-REI**

O Árbitro indica aos competidores que devem saudar-se.



**SHOBU HAJIME**

“Começo do Combate”

Depois do anúncio, o Árbitro dá um passo atrás.



**YAME**

“Parem”

Interrupção ou fim do combate. Ao fazer o anúncio, o Árbitro faz um movimento de corte em direcção ao chão com a mão.



### **TSUZUKETE HAJIME**

“Continuação do Combate. Comecem”

Ao dizer “Tsuzukete”, e mantendo-se em posição adiantada, o Árbitro estende os braços ao nível dos ombros com as palmas viradas para os competidores. Ao dizer “Hajime” volta as palmas e junta-as rapidamente ao mesmo tempo que dá um passo para trás.



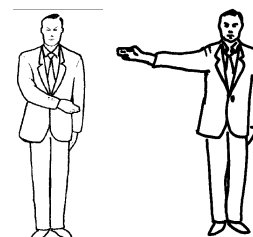
### **YUKO (Um ponto)**

O Árbitro estende o braço para baixo num ângulo de 45 graus do lado do competidor que pontua.



### **WAZA-ARI (Dois pontos)**

O Árbitro estende o braço ao nível do ombro do lado do competidor que pontua.



### **IPPON (Três pontos)**

O Árbitro estende o braço para cima num ângulo de 45 graus do lado do competidor que pontua.



### **ANULAÇÃO DA ÚLTIMA DECISÃO**

Quando um ponto ou penalidade foi erroneamente atribuída, o Árbitro vira-se para o competidor, anuncia “AKA” ou “AO”, cruza os braços e faz um movimento cortante, de palmas para baixo, para indicar que a última decisão foi cancelada.



### **NO KACHI (vitória)**

No final do combate, ao anunciar “AKA (ou AO) No Kachi”, o Árbitro estende o seu braço num ângulo ascendente de 45 graus, do lado do vencedor.



### **KIKEN**

“Desistência”

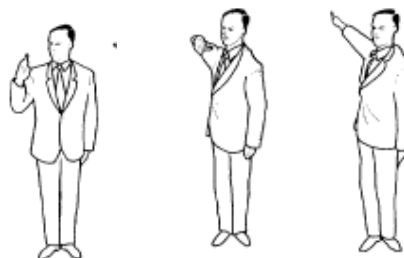
O Árbitro aponta para a linha do competidor desistente com o dedo indicador anunciando a desistência e dando a vitória ao oponente.



### **SHIKKAKU**

“Desqualificação. Saia da Área”

O Árbitro aponta para o infractor com o braço estendido num ângulo de 45 graus. De seguida aponta para fora e par trás anunciando “Aka (AO) Shikkaku!”. Depois anuncia a vitória do oponente.



## HIKIWAKE

“Empate”

Quando o tempo de combate termina com as pontuações iguais, ou sem que quaisquer pontuações tenham sido atribuídas, o Árbitro cruza os braços estendendo-os de seguida com as palmas das mãos viradas para a frente.



## INFRACÇÃO DE CATEGORIA 1

(USADO PARA CHUKOKU, SEM MAIS NENHUM SINAL)

O Árbitro cruza as mãos abertas com o cutelo de um pulso sobre o outro, à altura do peito.



## INFRACÇÃO DE CATEGORIA 2

(USADO PARA CHUKOKU, SEM MAIS NENHUM SINAL)

O Árbitro aponta para a cara do infractor com o braço flectido.



## KEIKOKU

“Advertência”

O Árbitro indica uma infracção de Categoria 1 ou 2 e aponta com o dedo indicador para baixo, num ângulo de 45 graus, na direcção do infractor.



### **HANSOKU CHUI**

“Advertência de desqualificação”

O Árbitro indica uma infração de Categoria 1 ou 2 e aponta com o dedo indicador, com o braço em posição horizontal, na direcção do infractor.



### **HANSOKU**

“Desqualificação”

O Árbitro indica uma infracção de Categoria 1 ou 2 e aponta, com o dedo indicador, para cima, num ângulo de 45 graus, na direcção do infractor atribuindo de seguida a vitória ao oponente.



### **PASSIVIDADE**

O Árbitro gira os punhos à frente do peito para indicar uma infração de categoria 2



### **TORIMASEN**

“Sem pontuação, aviso ou penalização”

O Árbitro cruza os braços fazendo de seguida um movimento cortante descendente, com as palmas das mãos viradas para baixo.



### **TECNICA BLOQUEADA OU FORA DO ALVO**

O Árbitro coloca uma mão aberta sobre o outro braço para dar a indicação aos Juízes de que a técnica foi bloqueada ou atingiu uma área não pontuável.



### **TECNICA FALHADA**

O Árbitro move o punho fechado ao longo do corpo para dar aos Juízes a indicação de que a técnica falhou ou resvalou da área pontuável.



### **CONTACTO EXCESSIVO**

O Árbitro dá a indicação aos Juízes de que houve contacto excessivo ou outra infracção de Categoria 1.



### **FALSEAR OU EXAGERAR UMA LESÃO**

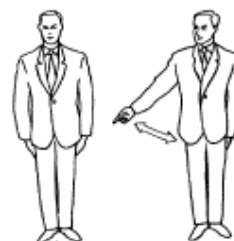
O Árbitro leva as duas mãos à cara para dar a indicação aos Juízes de uma infracção de Categoria 2.



## **JOGAI**

“Saída da área de Competição”

O Árbitro indica uma saída aos Juízes, apontando com o dedo indicador para a linha limite da área de competição do infractor.



## **MUBOBI (pôr em perigo a própria segurança)**

O Árbitro toca na face e voltando o cutelo da mão para fora, move-a para a frente e para trás para indicar aos Juízes que o competidor colocou a sua própria segurança em risco.



## **EVITAR O COMBATE**

O Árbitro faz um movimento circular com o dedo indicador a apontar para baixo para indicar aos Juízes uma infracção de Categoria 2.



## **AGARRAR, LUTAR, EMPURRAR OU PRENDER SEM REALIZAR QUALQUER TÉCNICA NUM PERÍODO DE 2 SEGUNDOS**

O Árbitro cerra os punhos à altura dos ombros ou faz um movimento de empurrão com as mãos abertas para indicar aos Juízes uma infracção de Categoria 2.



### **ATAQUES PERIGOSOS E DESCONTROLADOS**

O Árbitro passa o punho cerrado pelo lado da cabeça para indicar aos Juízes uma infração de Categoria 2.



### **ATAQUES SIMULADOS COM A CABEÇA, JOELHOS OU COTOVELOS**

O Árbitro toca a testa, joelho ou cotovelo para indicar aos Juízes uma infração de Categoria 2.



### **FALAR, OU PROVOCAR O Oponente E COMPORTAMENTO DESCORTÊS**

O Árbitro toca os lábios para indicar aos Juízes uma infração de Categoria 2.



### **SHUGO**

“Chamada dos Juízes”

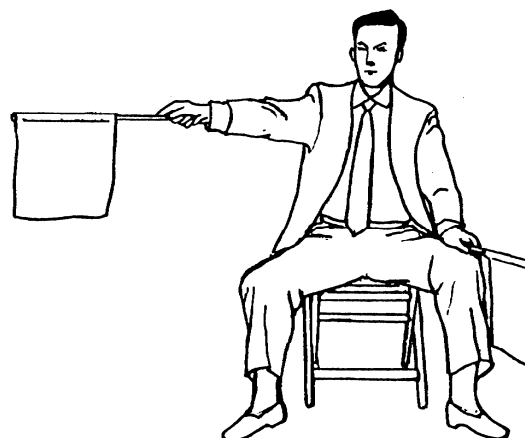
O Árbitro chama os Juízes no final do combate ou para recomendar Shikkaku.



## SINAIS DE BANDEIRAS DOS JUÍZES



**YUKO**



**WAZA-ARI**

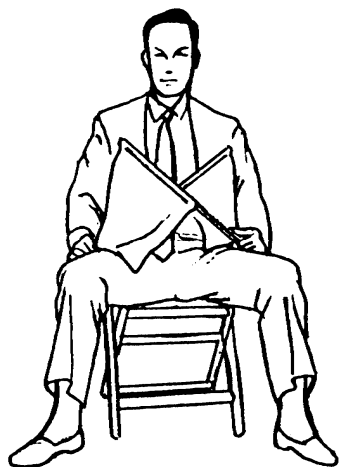


**IPPON**



**FALTA**

Aviso de falta. A bandeira apropriada é acenada em círculo, seguindo-se o sinal de categoria 1 ou 2



**INFRACÇÃO DE CATEGORIA 1**

As bandeiras estão cruzadas e estendidas com os braços direitos.



**PASSIVIDADE**

As bandeiras rodam uma sobre a outra, em frente do peito



**INFRACÇÃO DE CATEGORIA 2**

O Juiz aponta a bandeira com o braço flectido





**JOGAI**

O Juíz toca no chão com a bandeira apropriada



**KEIKOKU**



**HANSOKU CHUI**



**HANSOKU**

## ANEXO 3: GUIÃO OPERACIONAL PARA ÁRBITROS E JUÍZES

Este anexo tem como objectivo dar assistência a Árbitros e Juizes em questões não explícitas nas REGRAS OU EXPLICAÇÕES

### CONTACTO EXCESSIVO

Quando um competidor executa uma técnica pontuável imediatamente seguida de outra penalizável por contacto excessivo, os Juizes não atribuem pontuação mas sim um aviso ou penalização de categoria 1 (a não ser que a responsabilidade desse contacto excessivo seja do receptor).

### CONTACTO EXCESSIVO E EXAGERO

O Karate é uma arte marcial e espera-se um comportamento exemplar da parte dos competidores. É inaceitável que os competidores, após sofrerem um contacto ligeiro, esfreguem a cara, cambaleiem, se dobrem, tirem ou cusquam os protectores de boca, ou de qualquer outra forma finjam ter sofrido contacto excessivo para convencer o Árbitro a atribuir uma penalização maior ao oponente. Este tipo de comportamento é batota e diminui o nosso desporto; deve ser penalizado de imediato.

Quando um competidor finge ter sofrido contacto excessivo e o painel de Arbitragem decide que a técnica em questão foi controlada, satisfazendo os seis critérios de pontuação, então é atribuída a pontuação, e um aviso de penalização de categoria 2 por falseamento ou exagero de lesão (ter sempre presente que os casos mais graves de falseamento podem ser objecto de Shikkaku).

Ocorrem situações mais difíceis quando um competidor sofre um contacto mais forte e cai, por vezes levantando-se (de forma a travar o tempo de “10 segundos”) e cai de novo. Os Árbitros e Juizes devem lembrar-se que um pontapé Jodan vale 3 pontos e que o número de equipas e competidores individuais que recebem prémios monetários por medalhas ganhas aumenta a tentação de incorrer em comportamento pouco ético. É importante reconhecer este facto e aplicar as penalizações adequadas.

### MUBOBI

Um aviso ou penalização é dado por Mubobi quando um competidor é atingido ou lesionado por sua própria culpa ou negligência. Tal pode ser causado por voltar as costas ao oponente, atacar com um gyaku tsuki chudan longo e baixo, sem ter em conta o contra ataque jodan do oponente, parar de combater antes do Árbitro dizer “Yame”, baixar a guarda ou concentração e repetidas falhas ou recusas em defender os ataques do oponente. A EXPLICAÇÃO XVI do ARTIGO 8 refere:

*Se o infractor sofrer contacto excessivo e/ou uma lesão, o Árbitro anuncia um aviso ou infracção de Categoria 2, não atribuindo qualquer penalização ao oponente.*

Um competidor que seja atingido por culpa sua e exagere o efeito de modo a influenciar ao juizes pode receber um aviso ou penalização por Mubobi e ainda uma penalização **adicional** por exagero, uma vez que cometeu duas infracções.

Note-se que uma técnica feita com contacto excessivo não pontua em nenhuma circunstância.

## **ZANSHIN**

Zanshin é descrito como um estado de motivação constante na qual o competidor mantém uma concentração, observação e consciência totais da capacidade do seu oponente de contra atacar. Alguns competidores, após realizarem uma técnica, giram o seu corpo parcialmente, afastando-se do oponente, mas mantêm-se alertas e prontos para continuar a combater. Os Juízes devem ser capazes de distinguir entre este estado permanente de alerta e aquele em que o competidor se vira, perde a concentração e, na realidade, pára de combater.

## **AGARRAR UM PONTAPÉ CHUDAN**

Deverão os Juízes atribuir pontuação quando o competidor executa um pontapé Chudan e o oponente lhe agarra a perna antes de este a poder recolher?

Desde que o competidor que executou o pontapé mantenha ZANSHIN não há motivos para que a técnica não seja pontuável, desde que siga todos os 6 critérios de pontuação. Teoricamente, numa situação real de combate, um pontapé potente desarmaria o oponente e consequentemente a perna não seria agarrada. Controlo apropriado, área alvo atingida e cumprimento de todos os 6 critérios são os factores decisores de uma técnica ser pontuável ou não.

## **PROJECCÕES E LESÕES**

Uma vez que agarrar o oponente e projectá-lo é permitido sob determinadas condições, todos os treinadores devem assegurar-se de que os seus competidores são treinados e capazes de utilizar as técnicas de queda.

Um competidor que tente uma técnica de projecção deve obedecer às condições impostas nas EXPLICAÇÕES dos ARTIGO 6 e ARTIGO 8. Se um competidor projectar o seu oponente obedecendo ao estipulado e uma lesão surgir da incapacidade do oponente de usar uma técnica de queda apropriada, o competidor lesionado é responsável e o competidor que realizou a projecção não deve ser penalizado. Uma lesão auto-infligida pode ocorrer quando um competidor, ao ser projectado, em vez de contolar a queda, cai sobre um braço estendido ou cotovelo, ou agarra o oponente e caem um em cima do outro.

Uma situação potencialmente perigosa ocorre quando um competidor agarra ambas as pernas do oponente para o atirar ao chão sobre as costas, ou quando um competidor se baixa e levanta o oponente no ar antes de o projectar. O ARTIGO 8, EXPLICAÇÕES X refere que “...e o oponente deve ser agarrado durante a queda, de modo a efectuar uma finalização do movimento segura.”. Uma vez que é difícil assegurar uma queda segura, projecções como esta são consideradas proibidas.

## **PONTUAR SOBRE UM COMPETIDOR CAÍDO**

Sempre que um competidor seja projetado ou sofra um varrimento, e sofra ponto enquanto o seu torso (parte superior do corpo ou tronco) se encontra no tatami, o ponto será IPPON.

Caso o competidor seja atingido por uma técnica durante a queda os Juízes devem ter em conta a direcção da queda, uma vez que se o competidor se estiver a afastar da técnica, esta é considerada ineficaz e não pontua.

Caso a parte superior do corpo do competidor não esteja no tatami no momento de realização de uma técnica eficaz e pontuável, os pontos serão atribuídos de acordo com o estipulado no Artigo 6.

Assim, o(s) ponto(s) atribuído(s) quando um competidor é atingido no ato de cair, sentar, ajoelhar, levantar-se ou saltar, e todas as situações em que o seu torso não esteja no tatami, serão:

1. Pontapés Jodan: 3 pontos (IPPON)
2. Pontapés Chudan: 2 pontos (WAZA-ARI)
3. Tsulki e Uchi: 1 ponto (YUKO)

### **PROCEDIMENTO DE VOTAÇÃO**

Quando o Árbitro decide parar o combate, anuncia “Yame”, acompanhando a instrução com o gesto apropriado. Após regressar à sua posição inicial, os Juizes assinalam as suas opiniões e o Árbitro anuncia a decisão da maioria. Uma vez que o Árbitro é o único que se pode mover pela área de competição, aproximar-se directamente dos competidores e falar com o Médico, os Juizes devem considerar seriamente o que o Árbitro lhes transmite antes de assinalarem a sua decisão final, uma vez que não são permitidas reconsiderações.

Em situações onde existe mais do que uma razão para parar o combate, o Árbitro lida com cada situação em separado. Por exemplo, se existir ponto de um competidor e contacto de outro, ou um MUBOBI e exagero de lesão do mesmo competidor.




### **JOGAI**




Os Juizes devem ter em mente que ao indicarem Jogai têm que tocar no chão com a bandeira apropriada. Quando o Árbitro parar o combate e regressar à sua posição inicial devem indicar uma infracção de categoria 2.

### **INDICAÇÃO DE INFRAÇÃO DE REGRAS**

Para infracções de Categoria 1 os Juizes devem, em primeiro lugar, fazer círculos com a bandeira de cor correspondente e de seguida, estender as bandeiras cruzadas à sua esquerda para AKA, colocando a bandeira vermelha à frente, e à direita para AO, colocando a bandeira azul à frente. Isto permite que o Árbitro veja claramente qual competidor é considerado infractor.

**ANEXO 4: MARCAS DE ANOTAÇÃO**

	<b>Ippon</b>	<b>Três pontos</b>
	<b>WAZA-ARI</b>	<b>Dois pontos</b>
	<b>YUKO</b>	<b>Um ponto</b>

	<b>Kachi</b>	<b>Vencedor</b>
	<b>Make</b>	<b>Vencido</b>
	<b>Hikiwake</b>	<b>Empate</b>

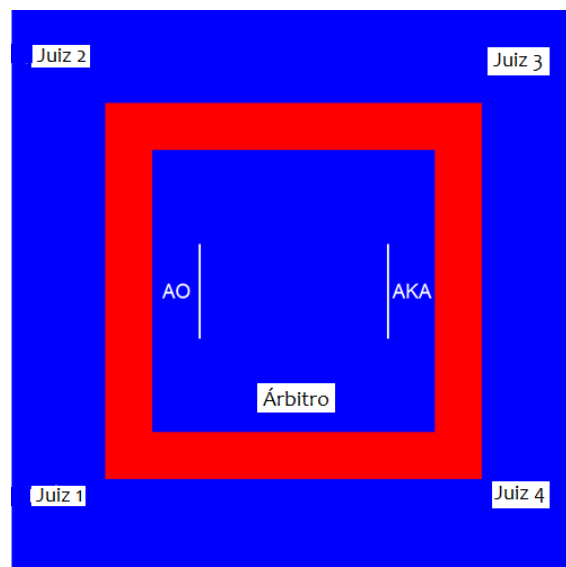
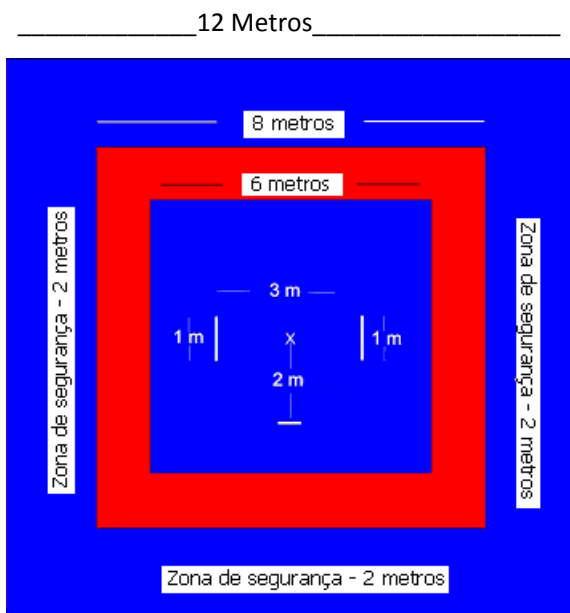
<b>C1C</b>	<b>Infracção da Categoria 1- CHUKOKU</b>	<b>Aviso</b>
<b>C1K</b>	<b>Infracção da Categoria 1 — KEIKOKU</b>	<b>Aviso</b>
<b>C1HC</b>	<b>Infracção da Categoria 1 — HANSOKU CHUI</b>	<b>Aviso de desqualificação</b>
<b>C1H</b>	<b>Infracção da Categoria 1 — HANSOKU</b>	<b>Desclassificação</b>

<b>C2c</b>	<b>Infracção da Categoria 2 — CHUKOKU</b>	<b>Aviso</b>
<b>C2K</b>	<b>Infracção da Categoria 2 — KEIKOKU</b>	<b>Aviso</b>
<b>C2HC</b>	<b>Infracção da Categoria 2 — HANSOKU CHUI</b>	<b>Aviso de desqualificação</b>
<b>C2H</b>	<b>Infracção da Categoria 2 — HANSOKU</b>	<b>Desclassificação</b>

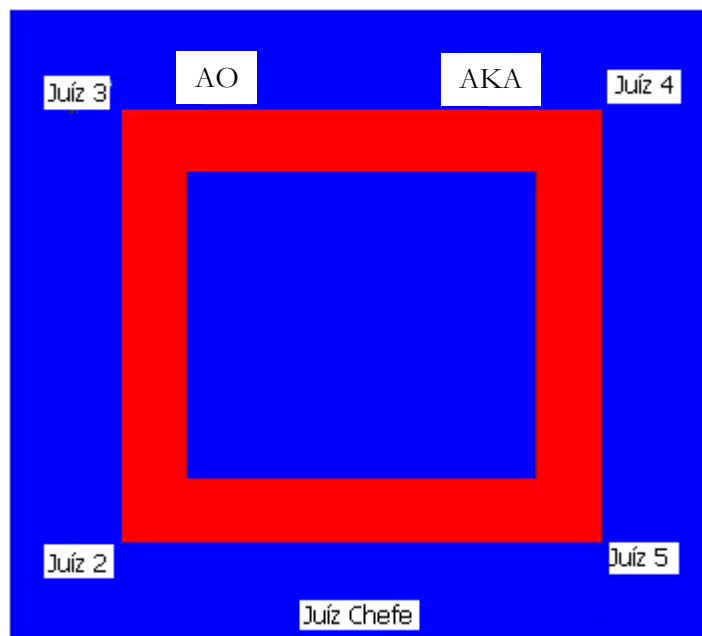
<b>KK</b>	<b>KIKEN</b>	<b>Desistência</b>
-----------	--------------	--------------------

<b>S</b>	<b>SHIKKAKU</b>	<b>Desclassificação da competição</b>
----------	-----------------	---------------------------------------

**ANEXO 5: DESENHO DA ÁREA DE COMPETIÇÃO DE KUMITE**



**ANEXO 6: DESENHO DA AREA DE COMPETIÇÃO DE KATA**



**ANEXO 7: LISTA DE KATA OBRIGATÓRIOS - W.K.F. (SHITEI)**

Goju	Seipai Saifa
Shoto	Jion Kanku Dai
Shito	Bassai Dai Seienchin
Wado	Seishan Chinto

**ANEXO 8: LISTA W.K.F. DE KATA TOKUI**

GOJU-RYU KATAS

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. Sanchin    | 6. Seisan     |
| 2. Saifa      | 7. Seipai     |
| 3. Seiyunchin | 8. Kururunfa  |
| 4. Shisochin  | 9. Suparimpei |
| 5. Sanseru    | 10. Tensho    |

WADO-RYU KATAS

- |              |             |
|--------------|-------------|
| 1. Kushanku  | 6. Niseishi |
| 2. Naihanchi | 7. Rohai    |
| 3. Seishan   | 8. Wanshu   |
| 4. Chinto    | 9. Jion     |
| 5. Passai    | 10. Jitte   |

SHOTOKAN KATAS









- |                   |                   |                    |
|-------------------|-------------------|--------------------|
| 1. Bassai-Dai     | 8. Hangetsu       | 15. Goju Shiho-Dai |
| 2. Bassai-Sho     | 9. Jitte          | 16. Goju Shiho-Sho |
| 3. Kanku-Dai      | 10. Enpi          | 17. Chinte         |
| 4. Kanku-Sho      | 11. Gankaku       | 18. Unsu           |
| 5. Tekki – Shodan | 12. Jion          | 19. Meikyo         |
| 6. Tekki – Nidan  | 13. Sochin        | 20. Wankan         |
| 7. Tekki – Sandan | 14. Nijushiho Sho | 21. Jiin           |

## SHITO-RYU KATAS

- |                     |                      |                        |
|---------------------|----------------------|------------------------|
| 1. Jitte            | 16.Seienchin         | 31.Sanseiru            |
| 2. Jion             | 17.Sochin            | 32.Saifa               |
| 3. Jiin             | 18.Niseishi          | 33.Shisochin           |
| 4. Matsukaze        | 19.Gojushiho         | 34.Kururunfa           |
| 5. Wanshu           | 20.Unshu             | 35.Suparimpei          |
| 6. Rohai            | 21.Seisan            | 36.Hakucho             |
| 7. Bassai Dai       | 22.Naifanchin Shodan | 37.Pachu               |
| 8. Bassai Sho       | 23.Naifanchin Nidan  | 38.Heiku               |
| 9. Tomari Bassai    | 24.Naifanchin Sandan | 39.Paiku               |
| 10.Matsumura Bassai | 25.Aoyagi (Seiryu)   | 40.Annan               |
| 11.Kosokun Dai      | 26.Jyuroku           | 41.Annanko             |
| 12.Kosokun Sho      | 27.Nipaipo           | 42.Papuren             |
| 13.Kosokun Shiho    | 28.Sanchin           | 43.Chatanyara Kushanku |
| 14.Chinto           | 29.Tensho            |                        |
| 15.Chinte           | 30.Seipai            |                        |

## ANEXO 9: KARATE-GI



-  Provas WKF: PUBLICIDADE WKF (20x10 cm)
-  Provas FNK-P: PUBLICIDADE DO CLUBE (10x10 cm)
-  Provas WKF: PUBLICIDADE FED. NACIONAL (15x10 cm)
-  Provas FNK-P: PUBLICIDADE FNK-P (15x10 cm)
-  Provas WKF: DORSAL RESERVADO À FEDERAÇÃO ORGANIZADORA (30x30 cm)
-  Provas FNK-P: DORSAL RESERVADO À ORGANIZAÇÃO DA PROVA (30x30 cm)
-  Provas WKF: EMBLEMA DA FEDERAÇÃO NACIONAL (12x8 cm)  
Provas FNK-P: EMBLEMA ASSOCIAÇÃO OU CLUBE (12x8 cm)
-  ESPAÇO PARA O FABRICANTE DO GI (5x4 cm)

**ANEXO 10: CAMPEONATOS DO MUNDO: CONDIÇÕES & CATEGORIAS**

CAMPEONATOS DO MUNDO					
CAMPEONATOS DO MUNDO CADETES, JUNIORES e SUB-21			CAMPEONATOS DO MUNDO SÉNIORES		
GERAL	CATEGORIAS			GERAL	CATEGORIAS
<ul style="list-style-type: none"> <li>A competição durará 4 dias</li> <li>Cada Federação Nacional pode registrar um (1) competidor por categoria.</li> <li>No sorteio, os quatro finalistas dos campeonatos anteriores serão separados tanto quanto possível (os competidores, no caso de combates individuais e as Federações Nacionais, no caso de combates por equipas).</li> <li>Os campeonatos decorrerão em 5 ou 6 áreas de competição, dependendo na disponibilidade de espaço.</li> <li>A duração de combates Kumite será sempre de 2 minutos para Cadetes e Juniores e categoria feminino sub-21 e 3 minutos para categoria masculino sub-21</li> <li>O Bunkai no Kata por equipas (feminino e masculino) será realizado nas finais e sempre que se esteja a disputar uma medalha</li> </ul>	SUB-21	CADETES	JUNIORES	<ul style="list-style-type: none"> <li>A competição durará 5 dias</li> <li>Os combates por equipas ocorrerão depois dos individuais</li> <li>Cada Federação Nacional pode registrar um (1) competidor por categoria</li> <li>No sorteio, os quatro finalistas dos campeonatos anteriores serão separados tanto quanto possível (os competidores, no caso de combates individuais e as Federações Nacionais, no caso de combates por equipas).</li> <li>Os campeonatos decorrerão em 4 áreas de competição alinhadas (3 dias) e em 1 área elevada para os combates para medalhas e para as Finais (2 dias)</li> <li>Para serviço de catering para os Árbitros e técnicos, deverão providenciar-se áreas e horários específicos.</li> <li>A duração dos combates de kumite é de 3 minutos para a categoria masculino e 2 minutos para a categoria feminino, excepto nas finais individuais e combates individuais por uma medalha, cuja duração é de 4 minutos para a categoria masculino e 3 para a categoria feminino.</li> <li>O Bunkai em Kata por equipas (masculino e feminino) é realizado nas finais e nos combates por medalhas.</li> </ul>	Kata Individual (+18 anos)
	Kata Individual (18/19/20 anos)	Kata Individual (14/15 anos)	Kata Individual (16/17 anos)		Masculino (+18 anos)
	Masculino Feminino	Masculino Feminino	Masculino Feminino		Kumite Individual Masculino (+18 anos)
	Kumite Individual Masculino (18/19/20 anos)	Kumite Individual Masculino (14/15 anos)	Kumite Individual Masculino (16/17 anos)		- 60 Kg. - 67 Kg. - 75 Kg. - 84 Kg. + 84 kg.
	-68 kg -78 kg +78 kg	-52 kg -57 kg -63 kg -70 kg +70 kg	-55 kg -61 kg -68 kg -76 kg +76 kg		Kumite Individual Feminino (+18 anos)
	Kumite Individual Feminino (18/19/ 20 anos)	Kumite Individual Feminino (14/15 anos)	Kumite Individual Feminino (16/17 anos)		-50 kg -55 kg -61 kg -68 kg +68 kg
	-53 kg -60 kg +60 kg	-47 kg -54 kg +54 kg	-48 kg -53 kg -59 kg +59 kg		Kata Equipas (+18 anos)
			Kata Equipas (14/17) anos		Masculino Feminino
			masculino Feminino		Kumite Equipas (+18 anos)
					Masculino Feminino
TOTAL	8	10	13	16	

GUIA DE COR – CALÇAS PARA ÁRBITROS E JUÍZES

