

UM PROJETO SINGULAR
UMA FORÇA COLETIVA



42.^a seixaliada[®]

Desporto para todos

20 set a 25 out 2025



26 OUT
DOMINGO
9 HORAS

TORNEIO KARATÉ

1. Torneio até aos 15 anos, nos géneros Masculino e Feminino
2. Escalões: 7 anos | 8-10 anos | 11-13 anos.
3. Katas Básicas, Pinan, Heian, Gekisai Daí - Escolha do atleta.
4. Os atletas fazem 2 voltas, e podem repetir o Kata.
5. As katas intermédias e avançadas não serão aceites.
6. Arbitragem - os árbitros deverão trajar em Gi, e a graduação mínima é o cinto castanho.
7. Regras :
 - 3 ou 5 árbitros por tatami.
 - Sistema de avaliação - notas.
 - Nota mínima 6 | Nota média 7 | Nota máxima 8.
 - Retirar a nota mais baixa e retirar a mais alta.Soma-se as restantes (se existirem 5 notas)
- Pódio - 1º, 2º e 3º.
8. Em caso de empate, o atleta repete um Kata à escolha.



REGULAMENTO

Patrocínios:



Herbalife



wipdesign

protec



seixal
câmara municipal

Movimento associativo,
juntas de freguesia e escolas

cm-seixal.pt
seixaliada.pt



Informações

