



Clube karate de Ourique

Fórum Municipal

Rua Tenente Pereira, 7670-296 Ourique

Email: ouriqueclubekarate@gmail.com

TEL 919163081

Informações

- Agradece o clube a participação de todos acreditando na experiência e capacidade da LKS em organizar provas.
- Dado ao elevado número de inscrições criámos horários e soluções para que os atletas e treinadores se possam sentir o mais confortáveis possível.
- A sala de aquecimento é numa sala polivalente na escola onde serão feitas as chamadas e onde os pais poderão vestir os mais novos, não sendo a melhor é uma zona ampla onde poderão aquecer e descansar e mesmo alimentar-se.
- Existe bar com vários tipos alimentação, recomendamos ainda o Restaurante Mundial junto da escola e a Churrasqueira Páteo D'Ourique ligeiramente mais afastada.
- Agradeço que informem os atletas que só podem permanecer no espaço de competição quem realmente está em competição.
- Os treinadores devem estar devidamente equipados e poderão ter mais um elemento para cada 8 inscritos.
- Na primeira prova de kata cadetes e juvenis os atletas devem dirigir aos respetivos tatamis a partir das 8.30h onde farão o respetivo aquecimento e prova. Todos os outros serão chamados na zona de aquecimento fora do pavilhão (na escola) **AS KATAS SÃO COM SISTEMA DE BANDEIRAS!!!**
- Nas provas de kata até aos 9 anos a competição terá dupla eliminatória e poderão repetir sempre o mesmo kata dentro das regras, apenas nos mais de cinto laranja terão de fazer duas alternadas.
- No kumite 8/9 anos também será dupla eliminação e com as mesmas regras dos iniciados.
- Nas equipas a classificação terá apenas um terceiro lugar sem repescagens o que significa quem perder nas meias-finais disputará o terceiro lugar, poderão ter um suplente pois há medalha para um quarto elemento.
- Equipamento, para os mais novos infantis e iniciados achamos importante o uso de colete (que pode ser colocado por cima do kimono) bem como a proteção de boca, as luvas terão de ser da cor do cinto e as caneleiras poderão ser de qualquer cor.
- **Pagamento das inscrições até dia 7 de fevereiro para que possam fazer parte do sorteio qualquer dúvida agradecemos o vosso contacto**

A organização Carlos Cadete