



World Karate Federation

Federação Nacional de Karaté - Portugal



REGRAS DE COMPETIÇÃO

(Kumite e Kata)

CONTEÚDO

REGRAS DE KUMITE

ARTIGO 1:	Área de Competição em Kumite	2
ARTIGO 2:	Equipamento Oficial	2
ARTIGO 3:	Organização da Competição em Kumite	4
ARTIGO 4:	O Painel de Arbitragem	5
ARTIGO 5:	Duração do combate	6
ARTIGO 6:	Pontuação	6
ARTIGO 7:	Critérios para decisão	8
ARTIGO 8:	Comportamento proibido	9
ARTIGO 9:	Penalizações	12
ARTIGO 10:	Lesões e acidentes na competição	13
ARTIGO 11:	Protesto oficial	14
ARTIGO 12:	Poderes e deveres	15
ARTIGO 13:	Início, suspensão e fim dos combates	17
ARTIGO 14:	Modificações	18

REGRAS DE KATA

ARTIGO 1:	Área de competição em Kata	19
ARTIGO 2:	Uniforme oficial	19
ARTIGO 3:	Organização da competição em kata	19
ARTIGO 4:	O painel de Juízes	20
ARTIGO 5:	Critérios para decisão	21
ARTIGO 6:	O decorrer da competição	21

APÊNDICES

APÊNDICE 1:	Terminologia	23
APÊNDICE 2:	Gestos e Sinais com as Bandeiras	25
	<i>Anúncios e gestos do Árbitro</i>	
	<i>Os sinais com bandeiras dos Juízes</i>	
APÊNDICE 3:	Guião Operacional para Árbitros e Juízes	31
APÊNDICE 4:	Marcas de Anotação	34
APÊNDICE 5:	Desenho da Área de Competição de Kumite	35
APÊNDICE 6:	Desenho da Área de Competição de Kata	36
APÊNDICE 7:	A Lista dos Kata Obrigatórios WKF (SHITEI)	37
APÊNDICE 8:	A Lista dos Kata Livres WKF (TOKUI)	37
APÊNDICE 9:	O Karate-Gi	39

NOTA: Quando, neste texto, é referido o género masculino, referimo-nos também ao género feminino.

Revistas e corrigidas em 20/11/2000

Revistas e corrigidas em 16/02/2001

Revistas e corrigidas em 21/05/2002

Revistas e corrigidas em Nov. 2002 (Madrid)

REGRAS DE COMPETIÇÃO DE KUMITE

ARTIGO 1: A ÁREA DE COMPETIÇÃO EM KUMITE

1. A área de competição deverá ser plana e sem obstáculos.
2. A área de competição, formada com peças de tatami próprias, deverá ser um quadrado de 8 metros de lado (medidos a partir do exterior) e deverá ter uma área de segurança com dois metros adicionais em cada um dos lados. A área pode ser elevada até um metro de altura a partir do solo. A plataforma elevada deverá medir no mínimo 12 metros de lado a fim de incluir a área de competição e a área de segurança.
3. Dever-se-á marcar uma linha com meio metro de comprimento, a dois metros de distância, a partir do centro da área de competição, a fim de situar o árbitro central.
4. Dever-se-ão marcar duas linhas paralelas entre si, cada uma com um metro de comprimento e perpendiculares à linha de árbitros, a uma distância de um metro e meio do centro da área de competição, a fim de situar os competidores.
5. Os Juízes sentar-se-ão na área de segurança, estando um de frente para o Árbitro Central, e os outros por trás dos competidores, e a um metro no sentido da linha do tatami por onde o Árbitro entra. Cada um deverá estar equipado com uma bandeira vermelha e uma azul.
6. O Arbitrador sentar-se-á numa mesa pequena fora da área de segurança, por detrás e à esquerda do Árbitro Central. Deverá estar equipado com uma bandeira vermelha ou outro sinal, e uma buzina.
7. O Supervisor de pontuação deverá estar sentado na mesa oficial de pontuação, entre o anotador e o cronometrista.
8. A zona com um metro de largura antes da linha limite da área de competição deverá ser de uma cor diferente do resto da área de competição.

EXPLICAÇÃO:

- I. *Não deve haver cartazes publicitários, paredes, pilares, etc. dentro do perímetro exterior da área de competição, devendo estar afastados cerca de um metro para além da área de segurança.*
- II. *O tatami utilizado deve ser antiderrapante na sua parte inferior e ter pouca rugosidade na parte superior. Não deve ser tão grosso como os tapetes utilizados no Judo, uma vez que deve permitir uma maior liberdade de movimentos. O Árbitro deve assegurar-se que as peças do tatami não se separem durante a competição, visto que os espaços livres entre os tapetes são perigosos e podem causar lesões e acidentes. Devem estar aprovados pela WKF.*

ARTIGO 2: EQUIPAMENTO OFICIAL

1. Os competidores e os seus treinadores deverão vestir o uniforme oficial tal como está definido no presente regulamento.

2. O Conselho de Arbitragem poderá eliminar qualquer oficial ou competidor que não cumpra este requisito.

ÁRBITROS

1. Os Árbitros e Juízes devem usar o uniforme oficial designado pelo Conselho de Arbitragem. Este uniforme deverá usar-se em todas as competições e cursos.
2. O uniforme oficial será o seguinte:
 - Casaco azul marinho com dois botões prateados (abotoamento simples e não cruzado).
 - Camisa branca de mangas curtas.
 - Gravata oficial usada sem alfinete de gravata.
 - Calças cinzentas claras sem dobras de bainha.
 - Peúgas azuis escuras ou pretas, e sapatilhas pretas para uso dentro da área de competição.
 - Os Árbitros ou Juízes do sexo feminino devem usar o cabelo preso.

COMPETIDORES

1. Os competidores deverão usar um karate gi branco sem marcas, riscas ou canelados. Poder-se-á usar o emblema ou a bandeira do país (clube ou associação na FNK-P), que deverá estar na parte superior esquerda do casaco do karate gi, à altura do peito, e não pode ser maior do que um quadrado de dez centímetros de lado (no apêndice 9 refere 12x8 cm). O karate gi só pode exibir as marcas originais do fabricante. Poder-se-á também usar um dorsal identificativo fornecido pela organização. Um competidor deve usar um cinto vermelho e outro, um cinto azul. Estes cintos deverão ter uma largura de cerca de cinco centímetros e um comprimento suficiente para permitir duas pontas livres de cerca de quinze centímetros livres para além do nó.
2. Sem prejuízo do assinalado em 1, o Comité Director da WKF (Direcção da FNK-P no caso das provas Portuguesas) poderá permitir marcas ou anúncios especiais de patrocinadores autorizados.
3. O casaco do karate gi, depois de ajustado com o cinto à volta da cintura, deverá ter um comprimento mínimo que cubra as ancas mas não pode exceder o comprimento de três quartos das coxas. As mulheres deverão usar uma “T-shirt” branca sem marcas, por debaixo do karate gi.
4. As mangas do casaco do karate gi deverão cobrir, no mínimo, até à metade superior do antebraço e, no máximo, até ao pulso. Não poderão estar dobradas.
5. As calças do karate gi deverão ser suficientemente compridas para cobrir pelo menos dois terços da perna (canela) e não podem ficar abaixo dos ossos do tornozelo. Não poderão estar dobradas.
6. Os competidores deverão ter o seu cabelo limpo e cortado de modo a que não prejudique o bom desenrolar do combate. Não é permitido o *bachimaki* (fitas para a cabeça). Se o árbitro considerar que o cabelo de qualquer competidor se encontra muito comprido e/ou sujo, poderá excluí-lo do combate. Em kumite não é permitido usar no cabelo puxos laterais nem ganchos metálicos. Em kata um gancho discreto é permitido. Fitas e outros adornos são proibidos.
7. Os competidores deverão estar com as unhas curtas e não usar objectos duros ou metálicos que possam lesionar o oponente. O uso de aparelhos metálicos correctores de dentes deve ser aprovado pelo Árbitro e pelo Médico Oficial da Prova. A responsabilidade de qualquer lesão é exclusivamente do competidor.
8. O uso das luvas aprovadas pela WKF é obrigatório. Um dos competidores usará um par de luvas vermelhas e, o outro, azuis.
9. O uso de protector de boca (dentes) é obrigatório.
10. O uso de coquilha e de caneleiras moles é permitido. As caneleiras com protector de peito do pé são proibidas.

11. O uso de óculos é proibido. O uso de lentes de contacto maleáveis é permitido, desde que o competidor assuma esse risco.
12. O uso de equipamento não autorizado é proibido. As mulheres podem usar equipamento de protecção adicional, tal como protectores de peito.
13. Todo o equipamento de protecção deve estar homologado pela WKF (FNK-P para os torneios ou campeonatos do calendário Federativo).
14. A utilização de ligaduras ou protectores de pulso, por lesão, deverá ser aprovada pelo Árbitro depois de ouvido o Médico da prova.

TREINADORES

1. Durante todo o torneio, o treinador deverá usar o fato de treino e ter, de forma visível, a identificação oficial.

EXPLICAÇÃO:

- I. *Os participantes devem usar um só cinto. 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. As coquilbas com um copo amovível de plástico não são permitidas, e as pessoas que as usarem podem ser penalizadas.*
- III. *Por motivos religiosos pode haver quem deseje usar apetrechos, tais como turbantes, amuletos, etc.. Todos aqueles que, devido à sua religião, queiram usar algo que não seja o equipamento autorizado, deverão notificar o Conselho de Arbitragem antes do Torneio ou Campeonato. O Conselho de Arbitragem examinará cada requerimento caso a caso. Não são aceites pedidos de última hora.*
- IV. *Se um competidor se apresentar no tatami vestido inadequadamente, não será desclassificado imediatamente; em vez disso, dar-se-á um minuto para corrigir as deficiências.*
- V. *Os Técnicos de Arbitragem poderão exercer as suas funções sem o casaco, se o Conselho de Arbitragem o autorizar.*

ARTIGO 3: ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO EM KUMITE

1. Um torneio ou campeonato de Karaté é composto pela competição de Kumite e/ou a competição de Kata. A competição de Kumite poderá dividir-se em Provas de equipas e Provas individuais. As provas individuais poderão, por sua vez, dividir-se em categorias de peso e categoria *open*. As categorias são depois divididas em Combates ou Encontros. O termo “combate” descreve igualmente a competição entre pares de participantes nos Encontros de Kumite equipa. (Na prova de equipa, o confronto entre equipas deverá ser designado por encontro, enquanto na de individuais, cada combate coincide com um encontro – também se pode usar o termo “eliminatória” para os sistemas de eliminatória e “volta” para os sistemas de todos contra todos.).
2. Nenhum participante pode ser substituído por outro numa competição individual.
3. Os competidores individuais ou as equipas que não se apresentem quando chamados serão desclassificados (KIKEN) dessa categoria.
4. As equipas masculinas são constituídas por sete membros, com cinco competidores em cada encontro. As equipas femininas são constituídas por quatro membros, com três competidoras em cada encontro.

5. Os competidores fazem todos parte da equipa. Não há suplentes fixos.
6. Antes de cada encontro, um representante de cada equipa deverá entregar à mesa um impresso oficial definindo os nomes dos competidores e a ordem pela qual combatem os membros da equipa. Os participantes, escolhidos da equipa de sete ou de quatro, assim como a ordem pela qual os competidores da equipa combatem, poderá mudar entre eliminatórias (encontros), no entanto, uma vez notificada a mesa, já não é possível qualquer mudança até ao final desse encontro.
7. Uma equipa poderá ser desclassificada se qualquer dos seus membros ou o Treinador mudar a composição da equipa ou a ordem de entrada para os combates, sem notificar a mesa de controlo antes do encontro.

EXPLICAÇÃO:

- I. *Uma eliminatória é uma etapa dentro da competição para a eventual identificação dos finalistas. Numa competição de kumite por eliminatórias, uma eliminatória elimina 50% dos competidores, contando os espaços livres na folha de eliminatórias que não foram preenchidos no sorteio (bye) como competidores. De acordo com isto, uma eliminatória aplica-se tanto nas primeiras etapas de uma prova, como nas repescagens. Numa competição organizada em forma de liguilha (todos os competidores combatem contra todos), o termo eliminatória deve ser substituído pelo termo “volta” e é quando todos os competidores da liguilha realizaram um combate, ou todas as equipas um encontro.*
- II. *A utilização dos nomes dos competidores pode acarretar problemas de dicção, pronúncia e identificação. Devem, por isso, utilizar-se dorsais identificativos com números.*
- III. *Quando uma equipa alinha antes de um encontro, deve apresentar só os membros que vão competir. Os suplentes e o treinador devem estar sentados na zona previamente designada para eles.*
- IV. *Para competir, as equipas masculinas devem apresentar pelo menos três competidores e as femininas pelo menos duas competidoras.*
- V. *A ordem dos combates pode ser apresentada pelo treinador, ou por um competidor da equipa designado para o efeito. Se é o treinador que o faz, deve estar claramente identificado; em caso contrário, pode ser rejeitada. A lista deve incluir o nome do país (associação e clube na FNK-P), cor do cinto atribuída à equipa para o encontro e a ordem dos combates. Devem incluir-se tanto os nomes dos competidores como os números dos seus dorsais e a folha deve ser assinada pelo treinador ou pelo representante designado.*
- VI. *Se, por erro de listagem, competem outros competidores no lugar dos que deveriam tê-lo feito, esse combate será declarado nulo e sem valor para contabilizar o resultado. Para reduzir estes erros, o vencedor de cada combate deve confirmar a sua vitória na mesa de controlo antes de abandonar o tatami.*

ARTIGO 4: O PAINEL DE ÁRBITROS

1. O painel de arbitragem para cada encontro consistirá num Árbitro (Shushin), três Juízes (Fukushin) e um Arbitrador (Kansa).
2. O árbitro e os juízes de um combate ou encontro, não devem ter a mesma nacionalidade dos competidores (a mesma associação na FNK-P).
3. No sentido de facilitar o decorrer da competição, nomear-se-ão igualmente Oficiais de Mesa (cronometristas, marcadores e anunciadores) e um Supervisor de Pontuação (Juiz de mesa).

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 situar-se-ão à sua esquerda e à sua direita colocar-se-ão o Arbitrador e o Juiz 3.*
- II. *Depois do intercâmbio formal de saudações entre o painel de arbitragem e os competidores, o árbitro retrocederá um passo, os Juízes e Arbitrador voltar-se-ão em direcção ao Árbitro e os cinco saudar-se-ão, dirigindo-se de seguida para as suas posições.*
- III. *Quando se faz a mudança do painel de arbitragem inteiro, o painel que está de saída assume as posições como no início do encontro ou combate, saúdam os colegas que entram e abandonam a área de competição.*
- IV. *Quando mudam apenas os Juízes, o Juiz que entra dirigir-se-á ao que está de saída, saúdam-se e mudam de posições.*

ARTIGO 5: DURAÇÃO DE UM COMBATE

1. A duração de um combate será de três minutos nas categorias Seniores Masculinos (provas individuais ou por equipas) e de dois minutos para as categorias Seniores Femininos e para as de Júnior e Cadetes (Masculinos e Femininos).
2. O tempo de combate começa a contar-se quando o árbitro dá o sinal de começo e é interrompido ou termina quando o árbitro diz YAME.
3. O cronometrista assinalará, por meio de um gongo claramente audível, quando faltarem 30 segundos para terminar o combate. O sinal de final de tempo é o que marca o fim do combate.

ARTIGO 6: PONTUAÇÃO

1. A pontuação será a seguinte:

a) SANBON	Três pontos
b) NIHON	Dois pontos
c) IPPON	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 (tempo de entrada / timing);
 - f) Distância correcta.
3. **SANBON** é atribuído a:
 - a) Pontapés JODAN.
 - b) Projecções ou varrimentos do oponente ao tapete seguindo-se uma técnica pontuável.
4. **NIHON** é atribuído a:
 - a) Pontapés CHUDAN.
 - b) Socos nas costas, incluindo a parte de trás da cabeça e pescoço.
 - c) Combinações técnicas de mão, em que cada uma delas seja pontuável por si só.
 - d) Desequilíbrio do oponente seguindo-se uma técnica pontuável.

5. **IPPON** é atribuído a:
- CHUDAN ou JODAN TSUKI.
 - UCHI.
6. Os ataques são limitados às seguintes áreas:
- Cabeça;
 - Face;
 - Pescoço;
 - Abdómen;
 - Peito;
 - Costas;
 - Flancos.
7. Uma técnica pontuável executada ao mesmo tempo que se assinala o final do combate, será considerada válida. Um ataque, embora efectivo, que se realize depois da ordem de suspender ou terminar o combate, não poderá ser pontuado, podendo penalizar-se o infractor.
8. Não se pontuarão técnicas, embora efectivas, se realizadas quando os competidores estão fora da área de competição. No entanto, se um dos competidores sai fora da área de competição e o seu oponente realiza uma técnica efectiva estando dentro da área de competição, e antes do árbitro dizer “YAMÉ”, a técnica será pontuada.
9. As técnicas pontuáveis que se realizem em simultâneo não serão pontuadas (AIUCHI).

EXPLICAÇÃO:

Para pontuar, uma técnica tem de ser aplicada a uma área pontuável das definidas 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.

Denominação	Crítérios Técnicos
<i>Sanbon (3 pontos) é atribuído por:</i>	<ol style="list-style-type: none"> Pontapés jodan (cara, cabeça e pescoço). Qualquer técnica pontuável executada depois de uma projecção regulamentar que leve o oponente ao solo.
<i>Nibon (2 pontos) é atribuído por:</i>	<ol style="list-style-type: none"> Pontapés chudan (abdómen, peito, costas e flancos). Socos executados às costas, incluindo parte de trás do pescoço e da cabeça. Combinações de socos (tsuki e uchi) a qualquer das sete áreas pontuáveis, desde que cada uma delas pontuassem por si só. Qualquer técnica pontuável executada depois de uma acção regulamentar causadora de desequilíbrio do oponente durante a respectiva pontuação.
<i>Ippon (1 ponto) é atribuído por:</i>	<ol style="list-style-type: none"> Qualquer soco (tsuki) executado a qualquer das sete áreas pontuáveis excepto as costas e a parte de trás da cabeça e do pescoço. Qualquer golpe circular de mãos (uchi) executado a qualquer das sete áreas pontuáveis.

- Por razões de segurança, são proibidas e podem incorrer num aviso ou numa penalização, as projecções em que o oponente é projectado de forma perigosa ou sem controlo, ou ainda em que o pivot de projecção seja acima do nível da anca. Excepções são as técnicas de varrimento convencionais de Karaté, que não requerem que a queda do oponente seja controlada tal como o ashi-barai, ko uchi gari, kani waza, etc. Depois da projecção ter sido executada, o Árbitro dará dois ou três segundos que o competidor tente executar uma técnica pontuável.*
- Quando um competidor escorrega, cai, ou perde o equilíbrio como resultado das suas próprias acções, e lhe é marcada uma técnica pelo seu opositor, a pontuação será dada como se o competidor estivesse em pé.*
- Uma técnica com **Boa Forma** diz-se quando as suas características lhe conferem eficácia provável dentro dos parâmetros conceptuais do Karaté tradicional.*

- IV. *A **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 da técnica ter sido executada, mantém-se enquadrado de frente para o 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 em que se tem o seu maior efeito 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. Para marcar, a técnica deve ter o potencial de penetrar profundamente no alvo. Um soco ou pontapé executados algures entre o toque na pele e 2-5 cm da cara, pode dizer-se com a distância correcta. No entanto, e sempre que a técnica cumpra os outros critérios, pontuar-se-ão os socos jodan que parem a uma distância razoável do objectivo e em que o oponente não esboce nenhuma tentativa de defesa ou esquiva.*
- X. *Uma técnica que não seja válida, é-o independentemente de onde e como seja executada. Assim, qualquer técnica que seja deficiente, ou 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 executadas acima do púbis. 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 toque.*
- XII. *Podem-se pontuar 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 de final do combate indica que já não se pode marcar, mesmo se o Árbitro, por não o ouvir, não pára de imediato o combate. No entanto esse sinal não significa que se não 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.*
- XIV. *São raros os verdadeiros AIUCHI, pois que, para que ocorram as duas técnicas, não só devem atingir o alvo simultaneamente, como também devem ser técnicas válidas, com boa forma, etc. Duas técnicas podem atingir o alvo simultaneamente, mas raramente as duas são verdadeiramente pontuáveis. O Árbitro não deve considerar como AIUCHI uma situação em que apenas uma das ações simultâneas é pontuável. Isto não é AIUCHI.*

ARTIGO 7: CRITERIOS 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 por imposição de HANSOKU, SHIKKAKU ou KIKEN a um competidor.

1. Quando um combate termina com igual pontuação ou com ausência de pontuação, o Árbitro anunciará um empate (HIKIWAKE) e o início de um prolongamento (ENCHO-SEN) se aplicável.
2. Nas provas individuais, se houver um empate, será feito um prolongamento que não ultrapasse um minuto (ENCHO-SEN). O ENCHO-SEN é uma extensão do combate e todos os avisos e

penalizações dadas durante o combate devem ser tomadas em consideração. O primeiro competidor que obtenha um ponto será imediatamente declarado vencedor. Num combate em que nenhum dos competidores consiga pontuar, a decisão é tomada por voto final do Árbitro e Juízes (HANTEI). A decisão a favor de um dos competidores é obrigatória e é tomada com base no seguinte:

- a) A atitude, o espírito de luta e a força demonstrada pelos competidores.
 - b) A superioridade tática e técnica demonstradas.
 - c) A quantidade de iniciativas de acção tomadas pelos competidores.
3. Nas provas por equipa, não haverá lugar a prolongamento (ENCHO-SEN) dos combates empatados, excepto na situação referida no parágrafo 5.
 4. A equipa que ganha é aquela que mais combates ganhar. Se obtiverem o mesmo número de vitórias, a equipa vencedora é que obteve o maior número de pontos, contando quer os combates ganhos quer os perdidos.
 5. Se as duas equipas obtiverem o mesmo número de vitórias e de pontos, far-se-á um combate suplementar. Se este combate continuar empatado, proceder-se-á a um prolongamento (ENCHO-SEN) que, não deverá exceder um minuto. O primeiro competidor que obtenha um ponto é declarado vencedor. Se nesse combate não houver lugar a pontuação, a decisão será tomada por votação do Árbitro e dos Juízes (HANTEI).
 6. 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:

- I. *Ao decidir o resultado de um combate por votação (HANTEI) no fim de um ENCHO-SEN inconclusivo, o Árbitro recua para a linha que marca o perímetro no tatami e anunciará "HANTEI" seguido de duas apitadelas. Os Juízes indicarão as suas opiniões por intermédio das bandeiras e o Árbitro, ao mesmo tempo, indica o seu voto levantando o seu braço para o lado da sua preferência. O Árbitro dará uma apitadela breve, retomará a sua posição original e anunciará a decisão maioritária.*
- II. *No combate em que houver uma decisão de empate, o Árbitro anunciará o empate (HIKIWAKE) e iniciará o prolongamento ENCHO-SEN, se for aplicável.*
- III. *No caso de uma votação empatada, o Árbitro fará uso do seu voto de qualidade. Assim, ao voltar à sua posição original, o Árbitro colocará um dos braços cruzado à frente do peito, e levantará o outro braço flectido, para o lado da sua preferência para mostrar o uso do voto de qualidade. Indicará então o vencedor do modo normal.*

ARTIGO 8: COMPORTAMENTO PROIBIDO

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 às 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. Saídas consecutivas da área de competição (JOGAI).
3. Colocar-se a si próprio em perigo por comportamento indulgente, expondo-se a ser lesionado pelo oponente, ou falta de utilização das medidas adequadas de auto-protecção (MUBOBI).
4. Evitar combater como forma de impedir que o oponente tenha oportunidades de pontuar.
5. Agarrar, brigar, empurrar ou prender sem tentar uma projecção ou outra técnica.
6. Técnicas que, pela sua natureza, não possam ser controladas, tendo em conta a segurança do oponente e ataques descontrolados e perigosos.
7. Ataques com a cabeça, joelhos ou cotovelos.
8. Falar ou ridicularizar o oponente, não obedecer às ordens do árbitro, comportamento descortês em relação aos Técnicos de Arbitragem, ou quaisquer outras faltas de etiqueta.

EXPLICAÇÃO:

- I. *A competição em Karaté é um desporto, e esta é a razão pela qual todas as técnicas têm que ser controladas, tendo sido banidas as técnicas mais perigosas. Os competidores treinados podem absorver golpes relativamente poderosos em zonas musculadas, tal como o abdómen, mas o facto é que zonas como a cabeça, cara, pescoço, virilha e articulações são particularmente susceptíveis a lesões. Assim, qualquer técnica que resulte em lesão, deve ser penalizada, a não ser que seja causada pelo próprio. Os competidores devem executar todas as técnicas com controlo e boa forma. Se não o fizerem, deve ser imposto um aviso ou uma penalização tendo em conta a técnica mal executada.*

CONTACTO À CARA — SENIORES E JUNIORES

- II. *No caso dos competidores Seniores e Juniores, e desde que não provoque qualquer lesão, é permitido um leve e bem controlado toque de contacto à cara, cabeça e pescoço, (mas não à garganta). Quando o contacto for considerado demasiado forte pelo Árbitro, mas que não diminuiu a hipótese do competidor ganhar, deve-se dar um aviso (CHUKOKU). Se acontecer um segundo contacto nas mesmas circunstâncias deve ser penalizado com KEIKOKU e IPPON (um ponto) para o oponente. A uma terceira falta do mesmo género deve ser dado HANSOKU CHUI e NIHON (dois pontos) ao oponente lesionado. A falta seguinte resultará numa desclassificação por HANSOKU.*

CONTACTO À CARA — CADETES

- III. *No caso dos **Cadetes**, todas as técnicas de mão à cabeça, cara e pescoço devem ser feitas com controlo absoluto. Se a luva tocar o alvo, o Painel de Árbitros **não** deve dar nenhuma pontuação. As técnicas de pé à cabeça, cara e pescoço é permitido somente um “toque na pele”. No caso das técnicas que toquem o alvo ligeiramente, que se considere que é mais do que um toque de luva ou um toque de pele, o Painel de Árbitros deve dar um aviso ou uma penalização. Qualquer técnica executada à cabeça, cara, ou pescoço que cause qualquer lesão, por mais pequena que seja a lesão, deve ser penalizada com um aviso ou uma penalização mais séria, a não ser que seja causada pelo próprio.*
- IV. *O Árbitro deve observar constantemente o competidor lesionado. Deve-se esperar um pouco antes de se pronunciar qualquer decisão, no sentido de se deixar desenvolver os sintomas da lesão, como por exemplo, o sangrar de um nariz atingido. A observação serve igualmente para verificar se o competidor faz esforços para agravar a sua lesão com o fim de obter vantagem táctica. São exemplos disto, expirar violentamente estando o nariz lesionado, ou esfregar a cara fortemente.*
- V. *Lesões pré-existentes podem produzir sintomas agravados em relação ao contacto produzido. Assim, os Árbitros devem levar este facto em consideração ao atribuir uma penalização. Por exemplo, aquilo que aparentemente é um leve contacto, pode resultar numa lesão em que o competidor não possa continuar o seu combate, por efeito acumulado de lesões em combates anteriores no mesmo local. Antes de começar o combate, o Chefe de Tatami deve examinar o cartão médico do competidor, no sentido de assegurar que ele se encontra em condições de combater. O Árbitro deve ser avisado de que aquele competidor foi tratado por uma lesão anterior.*

- VI. *Os competidores que exagerem as suas reacções causadas por um contacto leve, num esforço para que o árbitro penalize o seu oponente, tal como levar as mãos à cara, cambaleando, ou cair desnecessariamente, devem ser imediatamente avisados ou penalizados.*
- VII. *Simular uma lesão, que não tenha existido, é uma séria infração às regras. Exagerar uma lesão que de facto existiu é menos grave. Uma penalização de SHIKKAKU deve ser dada ao competidor que simulou uma lesão que não existiu, tal como fingir um colapso e rolar no chão e não sendo estas ações resultado de uma verdadeira lesão, observada por um médico neutral. Um aviso ou uma penalização deve ser imposta por exagero de lesão.*
- VIII. *Os competidores que receberem um SHIKKAKU por terem simulado uma lesão devem ser retirados da área de competição e serem levados directamente à Comissão Médica da WKF, que o examinará imediatamente. A Comissão Médica deve entregar o seu relatório antes do final do Campeonato, a fim de que o Conselho de Arbitragem o possa tomar em consideração. Os competidores que simulem lesões são alvo de penalizações muito graves, que podem ir até à suspensão por toda a vida da competição, no caso de ser reincidente.*
- IX. *A garganta é particularmente vulnerável e até um leve contacto deve ser motivo de aviso ou penalização, a não ser que seja por falta do próprio.*
- X. *As técnicas de projecção dividem-se em dois tipos. As convencionais técnicas de varrimento do Karaté tal como o ashi-barai, ko uchi gari, etc., em que o oponente é colocado em desequilíbrio, ou é projectado sem que primeiro tenha sido agarrado – e aquelas em que se requer que o oponente seja agarrado para que haja projecção. Não é permitido que o ponto de projecção seja acima da anca, e o oponente deverá ser agarrado durante toda a projecção de modo a que possa ser feita uma queda segura. As projecções acima do ombro, tais como sei-o-nage, kata-guruma, etc., são expressamente proibidas, bem como as chamadas projecções de sacrifício tais como tomoe nage, sumi gaeshi, etc. Se o oponente se lesionar, resultado de uma projecção deste tipo, o painel de arbitragem decidirá qual a penalização a aplicar.*
- XI. *Os ataques de mão aberta à cara são proibidos uma vez que constituem um perigo para a vista do oponente.*
- XII. *JOGAI refere-se à situação em que o pé do competidor, ou qualquer outra parte do corpo, toca o chão fora da área de competição. São excepções as situações em que o competidor é fisicamente empurrado ou atirado para fora da área de competição pelo seu oponente.*
- XIII. *Um competidor que realiza uma técnica pontuável e sai do tatami antes do Árbitro dizer “Yame” terá o valor da pontuação e não terá a penalização por Jogai. Se o movimento não obtiver êxito a saída contará como jogai.*
- XIV. *Se AO sair logo a seguir ao ponto de AKA, não se contará a saída uma vez que o “Yame” é dito no instante da marcação do ponto. Se AO sair, ou se sair enquanto AKA marca (com Aka dentro do tatami) então deve contar-se tanto o ponto de AKA como o jogai de AO.*
- XV. *O competidor que constantemente recua sem esboçar menção de um contra-ataque efectivo, e impede o seu oponente de marcar, deve ser avisado ou penalizado. Esta situação ocorre normalmente durante os últimos segundos do combate. Se esta situação ocorrer quando faltarem dez segundos ou mais para que o combate termine, o Árbitro deve avisar o prevaricador. Se anteriormente já tiver ocorrido uma falta ou faltas da Categoria 2, então deve ser dada uma penalização. Se, no entanto, a situação ocorrer quando faltarem menos de dez segundos para o fim do combate, o Árbitro deverá penalizar o competidor com um Keikoku (tenha havido previamente um Chukoku de categoria 2 ou não) e dar um Ippon ao oponente. Se anteriormente já tiver ocorrido um Keikoku da Categoria 2, o Árbitro penalizará o competidor faltoso com Hansoku Chui dando Nihon ao opositor. Se já houver anteriormente Hansoku Chui de Categoria 2, o árbitro penalizará o ofensor com Hansoku e vitória para o opositor. No entanto, o Árbitro deve assegurar-se que o competidor não está a recuar porque o seu oponente o está a atacar de um modo descontrolado ou perigoso, o que, se for este o caso, este competidor deve ser avisado ou penalizado.*
- XVI. *Um exemplo de MUBOBI é o caso em que um competidor lança um ataque sem ter em conta a sua própria integridade física. Há quem se lance em longos socos cruzados, não sendo capaz de parar um contra ataque. Tais ataques abertos são Mubobi e não são pontuáveis. Alguns competidores, depois de terem executado uma técnica, como manobra teatral, voltam as costas ao seu oponente, a fim de festejar um eventual ponto. Ao fazer isto, perdem a guarda, deixando de vigiar o seu oponente. O propósito desta acção é chamar a atenção do*

Árbitro para a técnica que acabaram de executar e que acham que é ponto. Esta acção é um claro Mubobi. Se o competidor, que executou este tipo de acção, ficar lesionado por contacto excessivo numa acção de contra-ataque, o Árbitro deve dar um aviso ou penalização de categoria 2, podendo não dar qualquer penalização ao contra-atacante.

XVII. *Qualquer comportamento descortês de um membro de uma delegação oficial, pode levar à desclassificação do competidor, da equipa completa, ou da própria delegação, nesse torneio ou campeonato.*

ARTIGO 9: PENALIZAÇÕES

AVISO: (CHUKOKU) Pode ser imposto para infracções menores concomitantes ou na primeira vez da realização de uma infracção menor.

KEIKOKU: Esta é uma penalização à qual se junta um IPPON (um ponto) à pontuação do oponente. KEIKOKU impõe-se por infracções menores às quais se deu em primeira instância um aviso nesse combate, ou por infracções que não forem suficientemente sérias para merecer um HANSOKU-CHUI.

HANSOKU-CHUI: Esta é uma penalização à qual se junta um NIHON (dois pontos) à pontuação do oponente. HANSOKU-CHUI é normalmente imposto por infracções às quais se deu anteriormente KEIKOKU nesse combate ou pode ser dado directamente por infracções sérias que não mereçam HANSOKU.

HANSOKU: Penalização imposta por uma infracção muito grave ou quando se impôs HANSOKU-CHUI previamente. Esta penalização leva o competidor a ser desclassificado imediatamente. Nos combates das provas de equipa, o competidor lesionado fica com o resultado de oito pontos e o seu opositor com o resultado de zero.

SHIKAKKU: É a desclassificação do torneio ou campeonato, da competição ou do encontro. Com a finalidade de definir o limite do SHIKAKKU dever-se-á consultar o Conselho de Arbitragem. Pode-se dar SHIKAKKU quando um competidor não obedece às ordens do Árbitro, actua com malícia ou quando comete um acto que atente contra o prestígio e a honra do Karate-do, ou ainda quando realiza acções que violem as regras e o espírito do torneio ou campeonato. Nos combates das provas de equipa, a pontuação do competidor faltoso fica estabelecida com zero pontos e a do vencedor fica estabelecida em oito pontos.

EXPLICAÇÃO:

- I. *As penalizações das Categoria 1 não são cumulativas com as da Categoria 2 e vice-versa.*
- II. *Para uma infracção às regras pode impor-se directamente uma penalização, mas uma vez dada, a reincidência na respectiva categoria de infracções deve ser acompanhada por um aumento na severidade da penalização. Por exemplo, não é possível dar um aviso (KEIKOKU) ou penalização por contacto excessivo e de seguida uma advertência por um segundo contacto excessivo.*
- III. *As advertências (CHUKOKU) dão-se quando houver claramente uma infracção leve das regras, e o outro competidor, na opinião do Painel de Arbitragem, não vê coarctadas as suas potenciais possibilidades de vitória por causa da infracção do oponente.*

- IV. *Um KEIKOKU pode impor-se directamente sem haver uma advertência prévia. O KEIKOKU impõe-se normalmente quando a infracção diminui ligeiramente o potencial de vitória do oponente (na opinião do Painel de Arbitragem).*
- V. *Um HANSOKU CHUI pode impor-se directamente, ou depois de uma advertência ou de um KEIKOKU, e aplica-se quando o potencial de vitória de um competidor se vê seriamente reduzido pela infracção do seu oponente (na opinião do Painel de Arbitragem).*
- VI. *Um HANSOKU impõe-se por acumulação de penalizações, mas também se pode impor directamente por infracções graves às regras. Aplica-se quando o potencial de vitória de um competidor se viu reduzido virtualmente a zero pela infracção do seu oponente (na opinião do Painel de Arbitragem).*
- VII. *Qualquer competidor que tenha recebido um HANSOKU por ter causado uma lesão, e que, na opinião do Painel de Arbitragem ou Chefe de Tatami, actue de forma reiterada, perigosamente e com malícia, ou que se considere não possuir as requeridas habilidades técnicas de controlo dos impactos necessárias para competir segundo as regras da WKF, deve ser objecto de relatório para o Conselho de Arbitragem. O Conselho de Arbitragem decidirá se o competidor deve ser suspenso do resto da competição e/ou de outras competições seguintes.*
- VIII. *Um SHIKAKU pode ser imposto directamente, sem qualquer tipo de aviso anterior. Não é necessário que o competidor tenha feito algo para o merecer — é suficiente que o Treinador, ou qualquer membro da sua delegação se comporte de modo a denegrir o prestígio e a honra do Karate-Do. Se o Árbitro achar que o competidor agiu de forma maliciosa, quer tenha provocado uma lesão quer não, a penalização correcta é o SHIKAKU e não HANSOKU.*
- IX. *O SHIKKAKU deve anunciar-se publicamente.*

ARTIGO 10: LESÕES E ACIDENTES NA COMPETIÇÃO

1. KIKEN ou desistência é a decisão dada quando um competidor ou competidores não se apresentam quando chamados, não podem continuar, abandonam o combate, ou são retirados por ordem do Árbitro. As razões para abandonar podem incluir lesões não atribuíveis às acções do oponente.
2. Se dois competidores se lesionam entre si ao mesmo tempo ou sofrem os efeitos de uma lesão anterior, e se o médico da prova os declaram incapazes para continuar o combate, a vitória dar-se-á ao competidor que tenha conseguido mais pontos até esse momento. Nas provas individuais, se a pontuação é igual, então o resultado do combate decidir-se-á por votação (HANTEI). Nas provas de equipa, o Árbitro anunciará um empate (HIKIWAKE). No caso desta situação ocorrer num combate decisório do encontro entre equipas (ENCHO-SEN), decidir-se-á por votação (HANTEI).
3. Um competidor lesionado que tenha sido declarado incapaz de combater pelo médico da prova, não poderá voltar a combater nessa competição.
4. Um competidor lesionado que ganhe um combate por desclassificação devida a uma lesão, não poderá competir outra vez sem a permissão do médico. Poderá ganhar um segundo combate por desclassificação devido a lesão, mas será automaticamente retirado da competição de kumite nesse torneio ou campeonato.
5. Quando um competidor se lesiona, o Árbitro deverá parar imediatamente o combate e chamar o médico. O médico está somente autorizado a diagnosticar e tratar a lesão.
6. O competidor que se lesione durante o decorrer do combate, e cuja lesão necessite de tratamento médico, só pode ser assistido durante três minutos. Se o tratamento não estiver terminado dentro

desse tempo, o Árbitro Central decidirá que o competidor não está em condições de combater (Artigo 13, Parágrafo 9d), ou deverá ser dada uma extensão para que se complete o tratamento.

7. Qualquer competidor que caia, seja projectado, ou que fique sem sentidos, e que não consiga pôr-se de pé em dez segundos, considera-se que não está em condições de continuar a combater e será automaticamente retirado da competição de kumite. Caso o competidor caia, seja derrubado ou fique sem sentidos e não consiga pôr-se de pé imediatamente, o Árbitro dará sinal ao cronometrista, com uma apitadela, para começar a contagem dos dez segundos, ao mesmo tempo chamará o médico, se for necessário. O cronometrista parará a contagem quando o Árbitro levantar o seu braço.

EXPLICAÇÃO:

- I. *Quando o médico considera um competidor incapaz de continuar, esta circunstância deve ser registada na sua ficha. O grau de incapacidade deve ser claro, para que possa ser apreciado pelos diferentes painéis de arbitragem.*
- II. *Um competidor pode ganhar por desclassificação do seu oponente que cometeu infracções leves acumuladas de Categoria 1. Pode acontecer o vencedor não ter tido lesões significativas. Uma segunda vitória obtida deste modo deve levar à retirada do competidor que ganha, mesmo que esteja em condições físicas para continuar.*
- III. *O árbitro só deve chamar o médico quando o competidor lesionado necessitar de tratamento médico.*
- IV. *O médico é obrigado a fazer recomendações sobre segurança apenas no que concerne ao tratamento adequado do competidor lesionado.*
- V. *Ao aplicar a “Regra dos Dez Segundos”, este tempo deve ser controlado por um cronometrista especificamente nomeado para esse efeito. Deverá soar um aviso sonoro aos 7 segundos, seguido do toque final aos 10 segundos. O cronometrista porá o cronómetro a funcionar apenas quando o árbitro mandar. Parará o cronómetro quando o competidor se puser de pé e o árbitro levantar o seu braço.*
- VI. *O Painel de Arbitragem decidirá se é aplicável a uma situação KIKEN, HANSOKU ou SHIKKAKU.*
- VII. *Nas provas por equipas, se um competidor receber um KIKEN, a sua pontuação, se alguma, será anulada e registada como zero, assim como a do seu oponente que ficará registada como oito pontos.*

ARTIGO 11: PROTESTO OFICIAL

1. Ninguém poderá protestar acerca de uma decisão dos membros do painel de arbitragem.
2. Quando aparentemente se infrinja este regulamento, o Presidente da Federação (nível internacional) ou o representante oficial do clube é o único autorizado a elaborar um protesto.
3. O protesto fundamentar-se-á 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 chefe do painel de arbitragem deverá ser notificado imediatamente, logo que se detectou o erro administrativo).
4. O protesto deverá ser enviado a um representante do Júri de Protestos. Em devida altura, o Júri analisará as circunstâncias que levaram ao protesto. Terá em conta todas as ocorrências, realizará uma informação, 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 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 deverá depositar uma quantia em dinheiro fixada pelo Comité Director da WKF ou pela Direcção da FNK-P. O protesto e o duplicado do recibo devem ser entregues ao Júri de Protestos.
7. O Júri de protestos é composto por um representante do Conselho de Arbitragem, um da Comissão Técnica e outro da Comissão Médica. Nos Torneios e Campeonatos da FNK-P, o júri de protestos é composto por três representantes do Conselho de Arbitragem nomeados pelo seu Presidente.

EXPLICAÇÃO:

- I. *O protesto deve incluir os nomes dos competidores e do painel de arbitragem correspondente, assim como os detalhes precisos sobre o motivo do protesto. Não se aceitarão protestos sobre as normas e regras gerais vigentes. Compete a quem reclama provar que o protesto é válido.*
- II. *O protesto será analisado pelo Júri de Protestos e, como parte dessa análise, o Júri estudará as provas submetidas como suporte do protesto. O Júri pode também analisar vídeos e interrogar pessoas com a intenção de decidir sobre a validade do protesto.*
- III. *Se o Júri de Protestos decidir que o protesto é válido, determinará as acções adequadas. Tomar-se-ão de seguida todas as medidas tendentes a evitar a repetição das circunstâncias que motivaram o protesto em futuras competições. Neste caso, o tesoureiro devolverá a quantia depositada.*
- IV. *Se o protesto for considerado inválido pelo Júri de Protestos, a quantia depositada reverterá para os cofres da WKF ou da FNK-P.*
- V. *Os combates seguintes não devem ser atrasados, mesmo se um protesto estiver a ser preparado. Assegurar-se de que o combate está a ser conduzido de acordo com as regras de competição é responsabilidade do Arbitrador (Arbitrator).*
- VI. *No caso de uma irregularidade administrativa ocorrida num combate, o Treinador pode dirigir-se directamente ao Chefe do Tatami que, por sua vez notificará 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, considerando o arranjo das áreas de competição, a provisão de todos os equipamentos necessários para o controlo e supervisão dos combates, precauções de segurança, etc.
2. Nomear e situar os Chefes de Tatami nas suas zonas respectivas e actuar de acordo com as informações fornecidas por eles.
3. Supervisionar e coordenar a actuação geral dos Técnicos de Arbitragem.
4. Nomear substitutos para as áreas que deles necessitarem.
5. Realizar um juízo final sobre questões de índole técnica que possam aparecer durante um combate e que para a qual não existam regras estipuladas.

Chefes de Tatami

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

1. Nomear, delegar e supervisionar os Juizes e Árbitros nos combates que se realizam nas áreas de competição sob o seu controlo.
2. Vigiar a actuação dos Juizes e Árbitros na sua zona de influência e assegurar de que os Técnicos de Arbitragem são capazes de realizar as tarefas para que foram designados.
3. Ordenar ao Árbitro Central que pare o combate quando o Arbitrador assinala uma contravenção às Regras da Competição.

4. Preparar diariamente um relatório escrito sobre cada Técnico de Arbitragem debaixo da sua supervisão, incluindo eventuais recomendações para o Conselho de Arbitragem.

Árbitros Centrais

Os poderes do Árbitro são os seguintes:

1. O Árbitro (SUSHIN) tem o poder de conduzir as provas, incluindo o início, a suspensão e o final do combate.
2. Atribuir os pontos.
3. Explicar ao Chefe de Tatami, ao Conselho de Arbitragem, ou ao Júri de Protestos, se necessário, as bases do seu julgamento.
4. Impor penalizações e advertências, antes, durante e depois do combate.
5. Obter e actuar com base na(s) opinião(ões) dos Juízes.
6. Anunciar os prolongamentos dos combates.
7. Conduzir o procedimento de votação do Painel de Arbitragem (HANTEI) e anunciar o resultado.
8. Anunciar o vencedor.
9. A autoridade do Árbitro não está limitada somente à área de competição mas também a todo o seu perímetro mais próximo.
10. O Árbitro dará todas as ordens e fará todos os anúncios.

Juízes

Os poderes dos Juízes (FUKUSHIN) são os seguintes:

1. Assistir o Árbitro através de sinais de bandeiras.
2. Exercer o direito de voto quando se toma uma decisão.

O Juiz deve 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 está prestes a cometer uma acção e/ou técnica proibidas.
- c) Quando perceber que um competidor está ferido ou incapacitado.
- d) Quando um dos competidores ou ambos saírem para fora da área de competição (JOGAI).
- e) Noutros casos em que considere necessário chamar a atenção do árbitro.

Arbitradores

O Arbitrador (KANSA) assistirá o Chefe de Tatami, observando o decorrer dos combates. Se as decisões do Árbitro e/ou dos Juízes não estiverem de acordo com as Regras de Competição, o Arbitrador deve levantar imediatamente a sua bandeira vermelha ou sinal e fazer soar a sua buzina. O Chefe de Tatami dará então instruções ao Árbitro para parar o combate e corrigir a irregularidade. Os registos dos combates têm carácter oficial após terem sido aprovados e assinados pelo Arbitrador.

Supervisores de pontuação (Juiz de Mesa)

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

EXPLICAÇÃO:

- I. *Quando três Juízes fizerem o mesmo sinal, ou indicarem ponto para o mesmo competidor, o Árbitro deve mandar parar o combate e conceder o que a maioria decidiu. Se o Árbitro não o fizer, o Arbitrador deverá levantar a sua bandeira vermelha e fazer soar o seu sinal.*
- II. *Quando dois Juízes fizerem o mesmo sinal, ou indicarem ponto para o mesmo competidor, o Árbitro deverá considerar a sua opinião, mas pode não mandar parar o combate se decidir que a opinião por eles emitida não é válida.*
- III. *No entanto, quando o combate for interrompido, a decisão maioritária deve prevalecer. O Árbitro pode pedir aos Juízes que reconsiderem a sua opinião, mas não pode dar nenhuma decisão contra a opinião de dois Juízes, a não ser que a sua opinião seja suportada positivamente pelo outro Juiz.*

- IV. ⇒ *Quando o Árbitro vir um ponto, dirá “YAME” e utilizará o gesto adequado para parar o combate. A seguir indicará a sua preferência colocando o braço flectido com a palma da mão para cima, do lado do competidor que pontua.*
- V. ⇒ *No caso de votações dois a dois, o árbitro anunciará com o gesto apropriado a razão pela qual o ponto do outro competidor não é considerado e dará o ponto ao seu oponente.*
- VI. *O Árbitro pode pedir aos Juízes reconsideração se achar que eles estão enganados, ou quando a decisão for uma violação das regras.*
- VII. *Quando os três Juízes têm todas opiniões diferentes, o Árbitro pode dar uma decisão que seja suportada por um dos Juízes.*
- VIII. *No HANTEI o Árbitro e os Juízes têm um voto, cada um. No caso de ENCHO-SEN, o Árbitro tem voto de qualidade.*
- IX. *Os Juízes só devem pontuar aquilo que de facto vêem. Se não tiverem a certeza de que a técnica atingiu uma área pontuável, devem assinalar que não viram (MIENAI).*
- X. *O papel do Arbitrador é o de assegurar que o combate ou encontro está a ser conduzido de acordo com as Regras de Competição. Ele não é um Juiz adicional. Não vota, nem tem qualquer autoridade em matéria de julgamento, tal como se um ponto é válido ou se ocorreu um JOGAI. A sua responsabilidade é exclusivamente em matéria de procedimentos.*
- XI. *Se o Árbitro não tiver ouvido o sinal da mesa para terminar o combate, o Supervisor de Pontuação deve fazer soar o seu apito.*
- XII. *O Painel de Arbitragem só deve explicar as bases do seu julgamento ao Chefe de Tatami, ao Conselho de Arbitragem ou ao Júri de Protestos. Não devem explicações a mais ninguém.*

ARTIGO 13: INÍCIO, SUSPENSÃO E FIM DOS COMBATES

1. Os termos e gestos usados pelo Árbitro e pelos Juízes durante o decorrer do combate são os que se indicam nos anexos 1 e 2.
2. O Árbitro e os Juízes ocuparão as suas posições e farão os cumprimentos iniciais entre os competidores, o árbitro anunciará “SHOBU HAJIME”, e o combate iniciar-se-á.
3. O Árbitro parará um combate dizendo “YAME”, quando ocorrer uma técnica pontuável. Se necessário, o árbitro ordenará aos competidores para que ocupem as posições iniciais (MOTO NO ICHI).
4. O Árbitro regressa à sua posição e os Juízes indicam a sua opinião por meio de sinais com as bandeiras. O Árbitro identifica o competidor que pontuou (AKA ou AO), a área atacada (Chudan ou Jodan), a técnica pontuada (Tsuki, Uchi, ou Keri), e depois dará a pontuação correspondente indicando-a com o respectivo gesto. O Árbitro recomeçará o combate anunciando “TSUZUKETE HAJIME”.
5. Quando um competidor estabelecer uma clara vantagem de oito pontos durante um combate, o Árbitro dirá “YAME” e ordenará aos competidores que retornem aos seus lugares, ao mesmo tempo que volta ao seu. O vencedor é anunciado, sendo indicado pelo Árbitro que levanta o braço do lado do vencedor, anunciando “AO(AKA) NO KACHI”. O combate terminará nesse momento.
6. Quando tiver terminado o tempo do combate, o competidor que tiver mais pontos é declarado vencedor, que é assinalado pelo Árbitro levantando o braço do lado deste, anunciando “AO(AKA) NO KACHI”. O combate terminará nesse momento.

7. Quando o tempo do combate chegar ao fim, e a pontuação seja um empate, o Árbitro anunciará “YAME” e voltará à sua posição. Anunciará um empate (HIKIWAKE) e começará o prolongamento (ENCHO-SEN), quando aplicável
8. No HANTEI os Juízes e o Árbitro têm um voto, cada um. No caso de uma votação empatada, no final de um ENCHO-SEN inconclusivo, o Árbitro fará uso do seu voto de qualidade para quebrar o empate.
9. O Árbitro deve mandar parar o combate temporariamente, anunciando “YAME”, nas seguintes situações.
 - a. Quando um ou ambos os competidores saírem da área de competição.
 - b. Quando ordena que um ou ambos os competidores ajustem o seu Karate-gi ou equipamento de protecção.
 - c. Quando um competidor cometeu uma infracção às regras.
 - d. Quando se apercebe que um ou ambos os competidores não podem continuar o combate devido a lesões, incapacidades ou outras causas. Depois de observados pelo médico, o Árbitro decidirá se o combate pode continuar.
 - e. Quando um competidor agarrar o seu oponente sem executar uma técnica ou projecção em três segundos.
 - f. Quando um ou ambos os competidores caem ou são projectados e nenhuma técnica efectiva seja aplicada em dois ou três segundos.
 - g. Quando ambos os competidores estiverem no chão por queda ou tentativa de projecção e começam a lutar agarrando-se mutuamente.
 - h. Quando um ponto for observado.
 - i. Quando os três Juízes fazem o mesmo sinal, ou indicam ponto para o mesmo competidor.
 - j. Quando o Chefe de Tatami requer essa paragem.

EXPLICAÇÃO:

- I. *Ao começar um combate, o Árbitro convidará primeiro os competidores a ocupar as suas posições. Se um competidor entrar prematuramente na área, deve pedir-se para se retirar dela. Os competidores devem saudar-se adequadamente entre si - uma rápida inclinação de cabeça é descortês e insuficiente. O Árbitro pode ordenar a saudação quando não é logo feita voluntariamente, movimentando os seus antebraços tal como se indica no anexo 2 das regras.*
- II. *Ao recomendar o combate, o Árbitro deve comprovar que os competidores estão colocados nas suas linhas comportando-se correctamente. Se um competidor estiver a saltitar ou a movimentar-se, deve pedir-se que fique quieto para que se possa recomendar o combate. O árbitro deve demorar o mínimo tempo para recomendar o combate.*

ARTIGO 14: MODIFICAÇÕES

Só a Comissão Desportiva da WKF, com a aprovação do Comité Director da WKF pode alterar ou modificar este Regulamento de competição e só o Conselho de Arbitragem com aprovação da Direcção pode alterar a sua tradução.

REGRAS DE COMPETIÇÃO DE KATA

ARTIGO 1: ÁREA DE COMPETIÇÃO DE KATA

1. A área de competição deverá ser plana e sem obstáculos.
2. A área de competição deverá ter tamanho suficiente que permita a execução ininterrupta do Kata.

Explicação:

- I. *Para uma execução correcta do Kata é necessária uma superfície lisa e estável. Normalmente as áreas de competição de Kumite são suficientes.*

ARTIGO 2: UNIFORME OFICIAL

1. Os participantes e Juízes devem estar vestidos com o uniforme definido no artigo 2 das Regras de competição de Kumite.
2. Alguém que não cumpra esta regulamentação deverá ser dispensado.

Explicação:

- I. *O casaco do karate gi não deverá ser tirado durante a execução do Kata.*
- II. *Os participantes que se apresentem equipados incorrectamente, terão um minuto para corrigir o erro.*

ARTIGO 3: ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO DE KATA

1. A competição de kata divide-se em prova por equipas e prova individual. As provas de equipa consistem em encontros entre equipas de três competidores. Cada equipa é exclusivamente masculina, ou exclusivamente feminina. A prova individual de Kata consiste no desempenho individual do Kata, separadamente, nas divisões masculina e feminina.
2. Na Competição de Kata, aplicar-se-á o sistema de eliminatória com repescagem.
3. Durante a competição os participantes deverão executar quer os Kata obrigatórios (“SHITEI”) quer os de selecção livre (“TOKUI”). Os Kata a desempenhar deverão estar de acordo com as escolas de Karate-do reconhecidas pela WKF com base nos sistemas Goju, Shito, Shoto, e Wado. A tabela dos Kata obrigatórios encontra-se no Apêndice 6 e a lista de Kata de escolha livre no Apêndice 7.
4. Na execução do Kata SHITEI não se permitem variações.
5. Na execução do Kata TOKUI, o competidor pode escolher da lista no Apêndice 7. São permitidas variações de acordo com a escola do competidor.
6. A mesa de controlo deverá ser notificada da escolha do Kata antes de cada eliminatória.

7. Os competidores deverão desempenhar um Kata diferente em cada eliminatória. Uma vez desempenhado um Kata não poderá ser repetido.
8. Os competidores nas repescagens podem executar Kata SHITEI ou TOKUI tendo em conta o referido no parágrafo 7.
9. Nas finais das provas de Equipa da competição de Kata, as duas equipas finalistas desempenharão um Kata escolhido de entre os que constam da lista de Kata Tokui, (Apêndice 7) na sua forma normal. Em seguida desempenharão uma demonstração do significado do Kata (BUNKAI). O tempo permitido para a demonstração do BUNKAI é de cinco minutos. O cronometrista iniciará a contagem do tempo na saudação feita no fim da execução do Kata e parará a cronometragem do tempo na saudação final após a execução do BUNKAI. A equipa que ultrapasse os cinco minutos permitidos será desqualificada. O uso de armas tradicionais, equipamentos auxiliares ou aparelhos adicionais não é permitido.

Explicação

- I. *O número e tipo de Kata requeridos ficam dependente do número de competidores ou equipas participantes, tal como definido na tabela seguinte. “Byes” contam como competidores ou equipas.*

Competidores ou Equipas	Nº de Kata Requeridos	Tokui	Shitei
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 três ou cinco Juízes para cada encontro é designado pelo Conselho de Arbitragem ou pelo Chefe de Tatami.
2. Os Juízes do encontro de Kata não podem ter a mesma nacionalidade da dos participantes nas provas internacionais (WKF) ou a mesma associação nas provas regionais e nacionais (FNK-P).
3. Serão também designados Oficiais de Mesa (anotadores, cronometrista e anunciador).

Explicação

- I. *O Juiz Chefe de Kata sentar-se-á junto ao perímetro da área de competição de frente para o(s) competido-re(s). Os outros dois Juízes sentar-se-ão ao lado esquerdo e ao lado direito, a dois metros da linha central da área e para as proximidades do ponto de entrada dos competidores.*
- II. *Quando houver Técnicos de Arbitragem suficientes para permitir neutralidade de nacionalidades e de escolas de Karaté podem ser utilizados cinco Juízes. No caso da utilização de cinco juízes, o Juiz Chefe sentar-se-á junto ao perímetro da área de competição de frente para o(s) competido-re(s) e os outros quatro em cada canto da área de competição.*
- III. *Todos os juízes terão uma bandeira encarnada e uma azul ou, se estiverem a ser usados quadros electrónicos, um terminal de input.*

ARTIGO 5: CRITÉRIOS PARA DECISÃO

1. O Kata deve ser desempenhado com competência, e deve demonstrar uma clara compreensão dos princípios tradicionais nele contidos. Na avaliação do desempenho dos competidores Individuais ou em Equipa, os Juízes deverão observar:
 - a. Uma demonstração realística do significado do Kata.
 - b. Compreensão das técnicas utilizadas (BUNKAI).
 - c. Bom *timing*, ritmo, velocidade, equilíbrio, e foco correcto da potência (KIME).
 - d. Utilização correcta e apropriada da respiração, ajudando à demonstração do KIME.
 - e. Correcto foco da atenção (CHAKUGAN) e concentração.
 - f. Posições correctas (DACHI) com a adequada tensão nas pernas, e as plantas dos pés completamente apoiadas no solo.
 - g. Adequada tensão no abdómen (HARA), sem movimentos oscilatórios verticais das ancas durante os deslocamentos.
 - h. Forma correcta (KIHON) referente ao estilo praticado.
 - i. O desempenho deve também ser avaliado tendo em conta outros pormenores tais como o nível de dificuldade do Kata executado.
 - j. No Kata Equipa a sincronização sem estímulos externos é um factor a considerar.
2. O competidor que variar o Kata SHITEI será desclassificado.
3. O competidor que pare durante a execução de Kata SHITEI ou TOKUI, ou que execute um Kata diferente do anunciado ou designado à mesa, será desclassificado.
4. O Competidor que execute um Kata que não venha na lista ou que repita a execução de um Kata será desclassificado.

Explicação:

- I. *A execução de um Kata não é uma dança ou uma performance teatral. Tem que conter os valores e princípios tradicionais. Terá que ser real em termos de combate e deve demonstrar concentração, potência e potencial de impacto nas técnicas utilizadas. Deve demonstrar força, potência, e velocidade – bem como graça, ritmo e equilíbrio.*
- II. *Em Kata Equipa, os três elementos devem começar o Kata, virados na mesma direcção e de frente para o Juiz Chefe.*
- III. *Os membros da equipa devem demonstrar competência em todos os aspectos no desempenho do Kata, bem como sincronização.*
- IV. *Comandos para começar ou parar o desempenho, bater com os pés no chão, bater no peito, nos braços, ou no karate-gi, assim como uma expiração inadequada, são exemplos de estímulos externos e devem ser levados em conta pelos Juízes na sua tomada de decisão.*
- V. *A notificação à mesa do Kata adequado à respectiva eliminatória é da exclusiva responsabilidade do competidor ou do seu treinador.*

ARTIGO 6: O DECORRER DA COMPETIÇÃO

1. No início de cada eliminatória, os participantes devem responder à chamada, usando um deles um cinto vermelho (AKA), e o outro um cinto azul (AO), e devem alinhar no perímetro da área de competição, de frente para o Juiz Chefe. Depois da saudação ao painel de juízes, AO recuará saindo da área de competição. Depois de entrar para o ponto de início do Kata e de anunciar claramente o nome do Kata a executar, AKA começará. Ao terminar a sua execução, AKA sairá da área de competição, aguardando o desempenho de AO. Depois deste terminar, devem aguardar os dois junto ao perímetro da área de competição pela decisão do painel.

2. Se o Kata não estiver conforme com as Regras, ou se houver alguma irregularidade, o Juiz Chefe poderá chamar os restantes Juízes afim de chegarem a uma decisão.
3. Se um dos participantes for desclassificado, o Juiz Chefe cruzará e descruzará as bandeiras (tal como o sinal de Torimassen no Kumite).
4. Depois da execução de ambos Kata, os participantes deverão estar lado a lado no perímetro da área. O Juiz Chefe pedirá uma decisão (HANTEI) fazendo soar o seu apito em dois tons e os Juízes votarão imediatamente.
5. A decisão será ou AKA ou AO. Não são permitidos empates. O competidor que receber dois ou três votos será declarado vencedor da eliminatória pelo anunciador.
6. Os competidores farão saudação entre si, seguida de saudação ao Painel de Juízes, abandonando depois a área de competição.

Explicação:

- I. *O ponto de início do Kata é dentro do perímetro da área de competição.*
- II. *Se estiverem a ser utilizadas bandeiras, o Juiz Chefe pedirá uma decisão (HANTEI) fazendo soar o seu apito em dois tons. Os juízes levantarão as bandeiras simultaneamente. Depois de dar o tempo suficiente para a contagem dos votos, as bandeiras serão baixadas a uma apidadela curta do Juiz Chefe.*
- III. *No caso de um competidor desistir ou faltar à apresentação quando chamado (KIKEN), a decisão será dada automaticamente ao oponente, sem necessidade de executar o Kata previamente comunicado à mesa.*

APÊNDICE 1: A TERMINOLOGIA

SHOBU HAJIME	Começo do combate	<i>Depois do anúncio, o Árbitro dá um passo atrás.</i>
ATOSHI BARAKU	Falta pouco tempo	<i>O cronometrista dará um sinal sonoro 30 segundos antes de terminar o combate e o Árbitro anuncia "Atoshi Baraku".</i>
YAME	Parou o combate	<i>Interrupção ou final do combate. Simultaneamente ao anúncio, o Árbitro executa com a sua mão um movimento de corte para baixo.</i>
MOTO NO ICHI	Posição original	<i>Os competidores e o Árbitro voltam às posições originais</i>
TSUZUKETE	Continuação do combate	<i>Ordem para continuar a combater, quando alguma interrupção não autorizada ocorre.</i>
TSUZUKETE HAJIME	Continuação do combate - Comecem	<i>Enquanto diz "Tsuзukete" o Árbitro retrocede em Zenzutsu dachi e 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, e ao mesmo tempo dá um passo atrás.</i>
SHUGO	Os Juizes são chamados	<i>O Árbitro chama os Juizes no final do combate ou para analisar uma penalização de Shikaken.</i>
HANTEI	Decisão	<i>O Árbitro consulta o Juiz para produzir uma decisão no final de um Encho-Sen inconclusivo. Depois de um curto sinal do apito, os Juizes mostram o seu voto através de um sinal de bandeira e o Árbitro mostra o seu voto levantando o seu braço.</i>
HIKIWAKE	Empate	<i>No caso de empate, o Árbitro cruza os braços no peito, descruza-os e sustenta-os esticados ao lado do corpo com as palmas das mãos viradas para a frente.</i>
TORIMASEN	Não é aceitável como técnica pontuável	<i>O Árbitro cruza os braços no peito, descruza-os em movimento de corte com as palmas viradas para baixo.</i>
ENCHO-SEN	Extensão do combate	<i>O Árbitro reinicia o combate com o comando "Shobu Hajime"</i>
AIUCHI	Técnicas pontuáveis e simultâneas	<i>Nenhum dos competidores pontua. O Árbitro junta os punhos à frente do peito</i>

AKA (AO) NO KACHI	Vermelho (azul) ganha	<i>O Árbitro levanta o braço obliquamente para o lado vencedor</i>
AKA (AO) SANBON	Vermelho (azul) marca três pontos	<i>O Árbitro levanta o braço a 45° do lado do competidor que marcou.</i>
AKA (AO) NIHON	Vermelho (azul) marca dois pontos	<i>O Árbitro levanta o braço ao nível do ombro do lado do competidor que marcou.</i>
AKA (AO) IPPON	Vermelho (azul) marca um ponto	<i>O Árbitro estende o seu braço para baixo a 45° do lado do competidor que marcou.</i>
CHUKOKU	Primeiro aviso da Categoria 1 ou da Categoria 2 sem penalização	<i>Para a Categoria 1 o Árbitro vira-se para o competidor que cometeu a infração e cruza os braços ao nível do peito. Para a Categoria 2 o Árbitro aponta o seu dedo indicador (com o braço dobrado) para a cara do competidor que cometeu a infração.</i>
KEIKOKU	Penalização, atribuindo um Ippon ao oponente	<i>O Árbitro indica uma penalização de categoria 1 ou 2 e depois aponta com o dedo indicador para baixo a 45° o infractor e atribui Ippon (um ponto) ao oponente.</i>
HANSOKU-CHUI	Penalização, atribuindo um Nihon ao oponente	<i>O Árbitro indica uma penalização de categoria 1 ou 2 e depois aponta com o dedo indicador horizontalmente o infractor e atribui Nihon (dois pontos) ao oponente.</i>
HANSOKU	Desclassificação	<i>O Árbitro indica uma penalização de categoria 1 ou 2 e depois aponta com o dedo indicador para cima a 45° o infractor e atribui a vitória ao oponente.</i>
JOGAI	Saída da área de competição	<i>O Árbitro aponta o seu dedo indicador para a linha limitadora da área de competição do lado do competidor que cometeu a infração</i>
SHIKKAKU	Desclassificação “Saia da competição”	<i>O Árbitro aponta com o dedo indicador para cima a 45° o infractor e move-o para fora e para trás anunciando “AKA (AO) Shikkaku”, anunciando de seguida a vitória do seu oponente.</i>
KIKEN	Desistência	<i>O Árbitro aponta com o dedo indicador a linha do competidor que desiste ou que está ausente</i>
MUBOBI	Advertência por pôr em perigo a sua segurança	<i>O Árbitro toca na sua cara, depois voltando o cutelo da mão para a frente, move-a para os lados indicando aos Juizes que o competidor está a pôr em perigo a sua própria segurança.</i>

APÊNDICE 2: GESTOS E SINAIS COM AS BANDEIRAS

ANÚNCIOS E GESTOS DO ÁRBITRO

SHOMEN-NI-REI

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



OTAGAI-NI-REI

O Árbitro indica aos competidores que façam a sua saudação.



SHOBU HAJIME

“Começo do combate”

O Árbitro está situado na sua linha e dá um passo atrás.



YAME

“Parem”

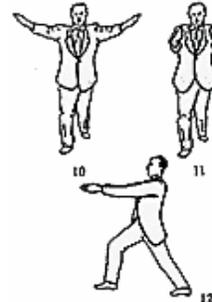
Interrupção ou final do combate. O Árbitro separa os competidores executando com a sua mão um sinal de corte. O cronometrista pára o cronómetro



TSUZUKETE HAJIME

“Continuação do combate. Comecem!”

O Árbitro retrocede em Zenzutsu dachi, estende as palmas das mãos em direcção aos competidores e quase as junta ao centro.



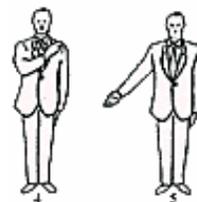
OPINIÃO DO ÁRBITRO

Depois de dizer “Yame” utilizando o sinal prescrito, o Árbitro indica a sua preferência mantendo o braço flectido com a palma da mão virada para cima do lado do respectivo competidor.



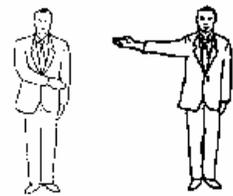
IPPON (Um Ponto)

O Árbitro estende o seu braço para baixo a 45° do lado do competidor que marcou.



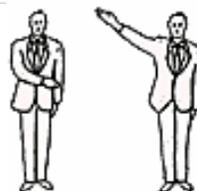
NIHON (Dois Pontos)

O Árbitro levanta o braço ao nível do ombro do lado do competidor que marcou dois pontos)
The Referee extends his arm at shoulder level on the side of the scorer.



SANBON (Três Pontos)

O Árbitro levanta o braço a 45° do lado do competidor que marcou.



CANCELAMENTO DA ÚLTIMA DECISÃO

O Árbitro vira-se na direcção do competidor, anuncia “aka” ou “ao”, cruza os seus braços, faz o gesto de cortar, palmas da mão para baixo, a fim de indicar que a última decisão foi cancelada.



NO KACHI

O Árbitro levanta o braço em oblíquo (45°) para o lado vencedor



KIKEN

“Desistência”

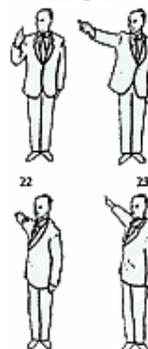
O Árbitro aponta com o dedo indicador para o local do competidor indicado na área de competição, anuncia a sua desistência e a vitória do seu oponente.



SHIKKAKU

“Desclassificação, Saia da área da competição”.

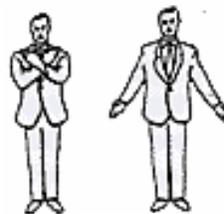
O Árbitro utiliza dois gestos, anunciando «aka (Ao) shikkaku», apontando com o indicador a cara do competidor e de seguida aponta para trás dele, expulsando-o da competição, anunciando de seguida a vitória do seu oponente com o gesto atrás descrito



HIKIWAKE

“Empate”

O Árbitro cruza os braços no peito, descruza-os e sustenta-os esticados ao lado do corpo com as palmas das mãos viradas para fora.



Infracção de CATEGORIA 1

O Árbitro vira-se para o competidor que cometeu a infracção e cruza os braços ao nível do peito.



Infracção de CATEGORIA 2

O Árbitro aponta o seu dedo indicador (com o braço dobrado) para a cara do competidor que cometeu a infracção.



CHUKOKU

Fazendo o sinal apropriado, o Árbitro dá um aviso de Categoria 1 ou Categoria 2. Não é dada nenhuma penalização.



KEIKOKU

“Penalização, atribuindo um Ippon ao oponente”.

O Árbitro indica uma penalização da Categoria 1 ou 2 e aponta com o dedo indicador o pé do infractor



HANSOKU CHUI

“Penalização de Nihon”.

O Árbitro indica a penalização de Categoria 1 ou 2 e aponta com o dedo indicador horizontalmente na direcção do prevaricador e dá Nihon (dois pontos), ao oponente.



HANSOKU

“Desclassificação”

O Árbitro indica a penalização da Categoria 1 ou 2 e aponta com o seu dedo indicador para cima a 45° graus na direcção do prevaricador, e dá a vitória ao oponente.



AIUCHI

“Técnicas simultâneas”.

Nenhum dos competidores pontua. O Árbitro junta os punhos à frente do peito



TORIMASEN

“Não é aceitável como técnica pontuável”

O Árbitro cruza os braços e faz o gesto de cortar, com as palmas das mãos viradas para baixo. Quando o árbitro usa este sinal seguido do de reconsideração, significa que a técnica foi deficiente num ou mais dos seis critérios de pontuação.



“RECONSIDERAÇÃO”

Depois de indicar a sua motivação, o Árbitro pede aos Juízes que reconsiderem a sua opinião.



AKA (AO) MARCOU PRIMEIRO

O Árbitro indica aos Juízes que o Aka marcou primeiro colocando a sua mão direita aberta em direcção à palma da outra mão. Se Ao marcou primeiro, faz a posição inversa.



TÉCNICA BLOQUEADA

O Árbitro coloca uma das mãos aberta sobre o outro braço indicando aos Juízes que aquela técnica foi bloqueada ou atingiu uma área não pontuável



TÉCNICA FALHADA

O Árbitro move o seu punho fechado ao longo do seu corpo indicando aos Juízes que aquela técnica falhou.



CONTACTO EXCESSIVO

O Árbitro indica aos Juízes que houve contacto excessivo, uma infracção da Categoria 1.



FALSEAR OU EXAGERAR LESÃO

O Árbitro leva as duas mãos à cara para indicar uma falta de categoria 2.



JOGAI

“Saída da área de competição”

O Árbitro aponta o seu dedo indicador para a linha limitadora da área de competição do lado do competidor que cometeu a infracção



SHUGO

“Chamar os Juízes”

O Árbitro chama os Juízes no final do combate ou para analisar uma penalização de Shikaku.



MUBOBI (Pôr em perigo a sua própria segurança)

O Árbitro toca na sua face e vira o cutelo da sua mão em frente, move-se para trás indicando aos Juízes que o competidor está a pôr em perigo a sua própria segurança.



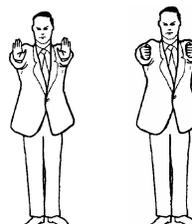
EVITAR COMBATER

O Árbitro faz um movimento circular com o dedo indicador apontando para baixo, indicando aos Juízes falta de Categoria 2.



AGARRAR, BRIGAR, EMPURRAR OU PRENDER SEM TENTAR UMA PROJECCÃO OU OUTRA TÉCNICA

O Árbitro posiciona os punhos fechados à frente e ao nível dos ombros ou faz um movimento de empurrar, indicando falta de Categoria 2.



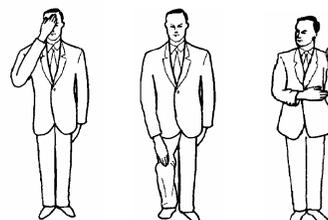
ATAQUES DESCONTROLADOS E PERIGOSOS

O Árbitro faz o seu punho fechado passar ao lado da cabeça, indicando aos Juízes falta de Categoria 2.



ATAQUES COM A CABEÇA, JOELHOS OU COTOVELO

O Árbitro toca na sua testa, joelho ou cotovelo com a mão aberta, indicando a seguir falta de Categoria 2.



FALAR OU RIDICULARIZAR O Oponente, OU COMPORTAMENTO DESCORTÊS

O Árbitro coloca o seu dedo indicador nos lábios, indicando uma falta de categoria 2.



SHUGO

“Chamada dos Juízes”

O Árbitro Chama os Juízes no final do combate ou encontro ou para recomendar Shikaku.



OS SINAIS COM BANDEIRAS DOS JUÍZES

IPPON



NIHON



SANBON



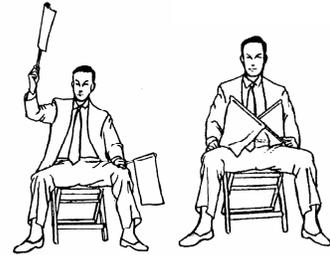
FALTA

Aviso de falta. A bandeira apropriada é acenada em círculos, seguindo-se o sinal de que a falta é de Categoria 1 ou 2.



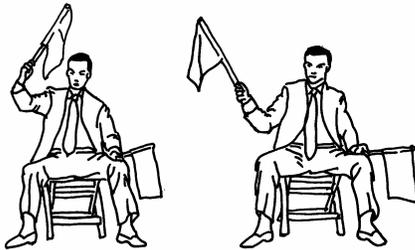
FALTA DA CATEGORIA 1

As bandeiras cruzam-se com os braços esticados.



FALTA DA CATEGORIA 2

O Juiz aponta a bandeira com o braço dobrado.



JOGAI

O Juiz bate no chão com a bandeira apropriada.



KEIKOKU



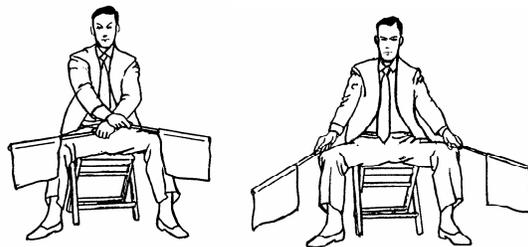
HANSOKU CHUI



HANSOKU



TORIMASEN



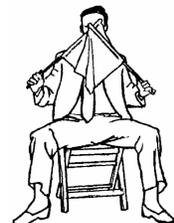
AIUCHI

Movem-se as bandeiras, uma em direcção à outra, em frente ao peito.



MIENAI

As bandeiras são colocadas em frente à cara.



APÊNDICE 3: GUIÃO OPERACIONAL PARA ÁRBITROS E JUÍZES

Este Apêndice serve de guia aos Árbitros e Juizes em aspectos cujo procedimento não se torne óbvio nas Regras ou Explicações.

CONTACTO EXCESSIVO

Quando um competidor executa uma técnica pontuável imediatamente seguida de outra penalizável por contacto excessivo, o Painel de Arbitragem não atribuirá a pontuação mas sim o aviso ou a penalização de Categoria 1 (a não ser que a causa desse contacto excessivo seja do receptor).

CONTACTO EXCESSIVO E EXAGERO

Quando um competidor se comporta como tendo recebido um contacto excessivo e o Painel de Arbitragem decide que a técnica em questão foi controlada, satisfazendo os seis critérios de pontuação, então será atribuída a pontuação e um aviso ou penalização de Categoria 2 por falseamento ou exagero de lesão será atribuído. (Ter sempre em conta que os casos mais graves de falseamento de lesão podem ser objecto de Shikaku).

MUBOBI

Um aviso ou penalização por Mubobi é dado quando um competidor é **atingido ou lesionado por sua própria causa ou negligência**. Isto pode acontecer ao voltar as costas ao seu opositor, atacar com um longo e baixo gyaku zuki chudan sem ter em conta o contra-ataque jodan do opositor, parar de combater sem o árbitro dizer “Yame”, baixar a guarda ou concentração e repetidas falhas ou recusas em defender os ataques do opositor. A Explicação XVI do Artigo 8 refere:

Se o competidor, que executou este tipo de acção, ficar lesionado por contacto excessivo numa acção de contra-ataque, o Árbitro deve dar um aviso ou penalização de categoria 2, podendo não dar qualquer penalização ao contra-atacante.

Um competidor atingido por sua própria culpa e que exagera o efeito no sentido de enganar o Painel de Arbitragem, pode receber um aviso ou penalização por Mubobi, assim como uma penalização **adicional** por exagero, dado que duas faltas são cometidas.

Deve-se notar que se não houver qualquer circunstância demonstrativa que a técnica pontuável foi feita com contacto excessivo, deve ser dada a respectiva pontuação.

ZANSHIN

Zanshin é descrito como um estado de manutenção da motivação no qual o competidor permanece totalmente concentrado, vigiando atentamente a possibilidade do oponente contra-atacar. Alguns competidores depois de executarem uma técnica rodam o seu corpo parcialmente o corpo afastando-se do seu adversário continuando atentos e prontos para continuar a sua acção. O Painel de Arbitragem deve ser capaz de distinguir entre este estado de prontidão e aquele em que o competidor roda saindo completamente, baixa a sua guarda e concentração e, com efeito, interrompe o combate.

AGARRAR UM PONTAPÉ CHUDAN

Deverá o Painel de Arbitragem atribuir pontuação quando o competidor executa um pontapé chudan e o adversário agarra a perna antes que possa ser retirada?

Desde que o competidor que executa o pontapé mantenha ZANSHIN, não há razão porque esta técnica não possa ser pontuada se com os seis critérios de pontuação. É normal que no caso de dois gyaku zuki quase simultâneos é prática normal premiar com ponto o competidor considerado o primeiro a atingir o alvo mesmo que as duas técnicas sejam efectivas. Teoricamente, numa situação real de combate, um pontapé potente diminuiria a integridade do adversário e provavelmente a perna não seria agarrada. Controlo apropriado, área alvo atingida e satisfação dos seis critérios de pontuação são os factores decisores para decidir se uma técnica é pontuável ou não.

PROJECCÕES E LESÕES

Dado que agarrar o adversário e projectar é permitido em determinadas circunstâncias, cabe aos treinadores assegurarem-se que os seus competidores treinem de forma a serem capazes de utilizar as técnicas de queda.

Um competidor que tente técnicas de projecção deve atender as condições impostas nas explicações dos Artigos 6 e 8. **Se um competidor projecta o adversário em total concordância com o requerido regulamentarmente e resulta uma lesão pela queda mal executada por parte do adversário, então o lesionado é responsável e o atacante não deve ser penalizado.** Lesões auto causadas podem resultar quando um competidor a ser projectado, na vez de fazer uma queda adequada, cai sobre um braço ou cotovelo esticado, ou agarra quem o projecta e puxa-o para baixo por cima de si próprio.

Uma situação potencialmente perigosa acontece quando o competidor agarra as duas pernas do adversário para o projectar sobre as costas. O artigo 8, Explicação X refere que “...o oponente deverá ser agarrado durante toda a projecção de modo a que possa ser feita uma queda segura.” Dado que é difícil assegurar uma queda segura, uma queda como esta pode ser considerada na categoria de comportamento proibido. Se resultar numa lesão, deverá ser abordada no âmbito da Categoria 1. Se não houver lesão ou o processo de projecção for interrompido pelo Árbitro, então dever-se-á impor um aviso ou falta de Categoria 2, em coerência com o Artigo 8º, Categoria 2, Parágrafo 6. É de enfatizar que este tipo de projecção não é proibido *per se*; a forma como se realiza é que será o factor decisor.

TRÊS MIENAI

Se três juízes assinalam “Mienai” depois do Árbitro parar o combate, pode o Árbitro atribuir um ponto ou uma falta?

O parágrafo III das Explicações do Artigo 12º refere “No entanto, quando o combate for interrompido, a decisão maioritária deve prevalecer.” Dado que os Juízes nada viram, não se considera que estejam a emitir uma opinião ou um voto, pelo que, o Árbitro está em maioria. Esta situação pode ocorrer quando a acção decorre próxima do perímetro da área do lado do Árbitro e onde os Juízes não têm ângulo de visão.

DOIS AKA, UM MIENAI

Se depois do Yame, dois juízes assinalam ponto para AKA e o outro Juiz assinala Mienai, pode o Árbitro atribuir ponto ao AO?

As regras referem que o Árbitro não pode ir contra dois juízes a não ser que tenha o apoio positivo do outro juiz. Mienai não é apoio positivo porque indica que o juiz não viu uma técnica pontuável. Assim, o Árbitro não tem apoio de nenhum juiz e deve pedir reconsideração de decisão, indicando as razões porque julga que o devem fazer.

RECONSIDERAÇÃO

O Árbitro pode pedir que os Juízes reconsiderem quando “...achar que eles estão enganados, ou quando a decisão for uma violação das regras.” (Explicação VI do Artigo 12º). No entanto, a reconsideração só deve ser pedida uma vez. Se o pedido do Árbitro não for atendido, então a decisão maioritária deve ser dada.

SINAIS CLAROS

Para evitar confusões, os Juízes devem fazer um sinal de cada vez. Se uma técnica falha pontuar não é necessário indicar porque em primeiro lugar. O procedimento correcto é cruzar e descruzar as bandeiras (Torimassen). Sinais como “blocada”, “falha”, etc., só devem ser feitos se e quando o Árbitro pede reconsideração. No sentido de evitar erros desnecessários, e pedidos de reconsideração, todos os Juízes devem declarar a sua opinião relativa quando o Árbitro para o combate e volta à sua posição.

JOGAI

Os Juízes devem lembrar-se que quando indicam Jogai, devem bater no chão com a respectiva bandeira. Quando o Árbitro para o combate e retoma a sua posição devem então indicar uma infracção de Categoria 2.

RECONSIDERAÇÃO E PROCEDIMENTOS PARA JUÍZES

Quando o Árbitro pede para reconsiderarem, o Juiz deve em primeiro lugar ter em conta esse pedido. No entanto, caso o Juiz não concorde, deve então indicar a razão porquê e confirmar a sua decisão inicial.

Se o Juiz considerar retrospectivamente que o Árbitro estava numa posição melhor para ver ou interpretar a acção, então pode mudar a sua opinião para suportar a do Árbitro.

Quando um Juiz sabe que foram feitas duas técnicas mas apenas viu uma atingir a área pontuável e, apesar disso, está seguro que a sua decisão é correcta, deve indicar “Mienai” para a escolha do Árbitro e depois reconfirmar a sua própria escolha.

Quando um Juiz sabe que foram feitas duas técnicas mas apenas viu uma atingir a área pontuável, e crê que a escolha do Árbitro aconteceu primeiro (o Juiz pôde ver a acção do corpo do competidor mas não a chegada à área pontuável), então o Juiz deve indicar “Mienai” para a escolha do Árbitro e **não** deve indicar o ponto para o outro competidor. Isto indica que não tem preferência nem voto e dá responsabilidade ao Árbitro para resolver a situação.

INDICAÇÃO DE INFRINGIMENTO DAS REGRAS

Para as faltas de Categoria 1, os Juizes devem primeiro fazer círculos com a bandeira respectiva e depois esticar as bandeiras cruzadas para a sua esquerda pondo a bandeira vermelha à frente para AKA, e para a sua direita pondo a bandeira azul à frente para AO. Isto permite ao Árbitro ver claramente qual o competidor a ser considerado faltoso.

APÊNDICE 4: AS MARCAS UTILIZADAS PELOS ANOTADORES

	Sanbon	Três pontos
	Nihon	Dois pontos
	Ippon	Um ponto

	Kachi	Vencedor
	Make	Vencido
	Hikiwake	Empate

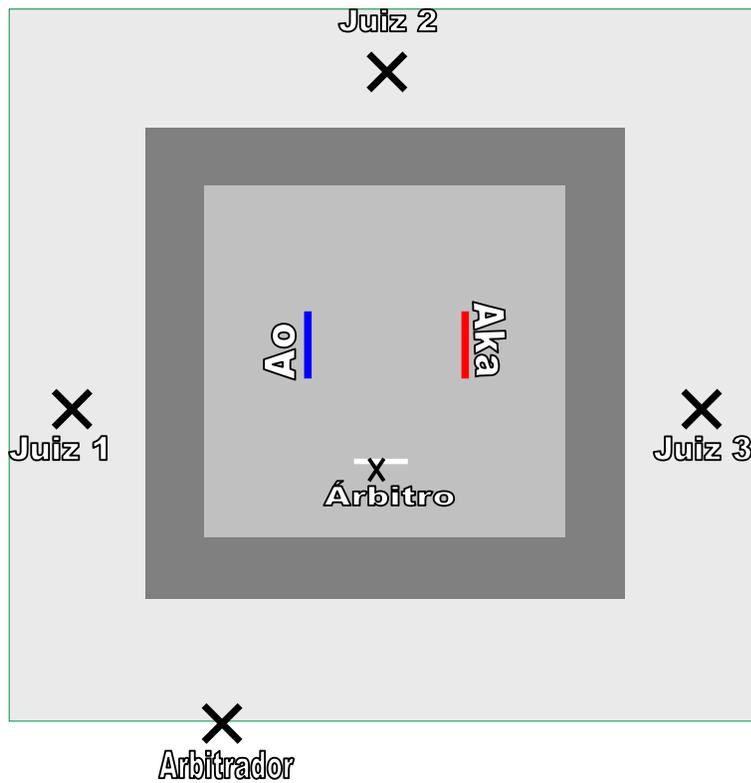
C1W	Infracção da Categoria 1 — Aviso	Aviso sem penalização
C1K	Infracção da Categoria 1 — Keikoku	Um ponto para o oponente
C1HC	Infracção da Categoria 1 — Hansoku Chui	Dois pontos para o oponente
C1H	Infracção da Categoria 1 — Hansoku	Desclassificação

C2W	Infracção da Categoria 2 — Aviso	
C2K	Infracção da Categoria 2 — Keikoku	Um ponto para o oponente
C2HC	Infracção da Categoria 2 — Hansoku Chui	Dois pontos para o oponente
C2H	Infracção da Categoria 2 — Hansoku	Desclassificação

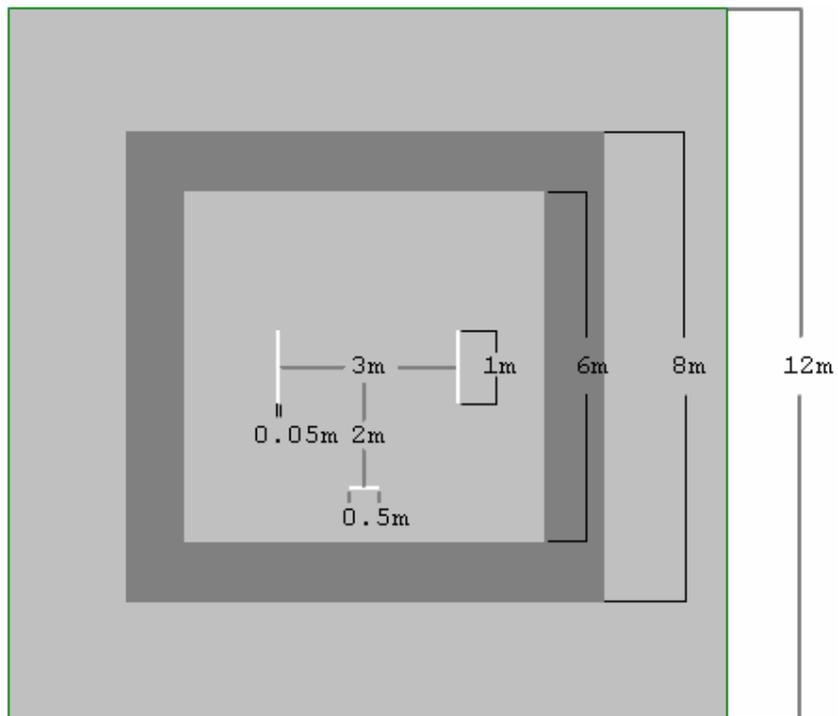
KK	Kiken	Desistência
----	-------	-------------

S	Shikkaku	Desclassificação da competição
---	----------	--------------------------------

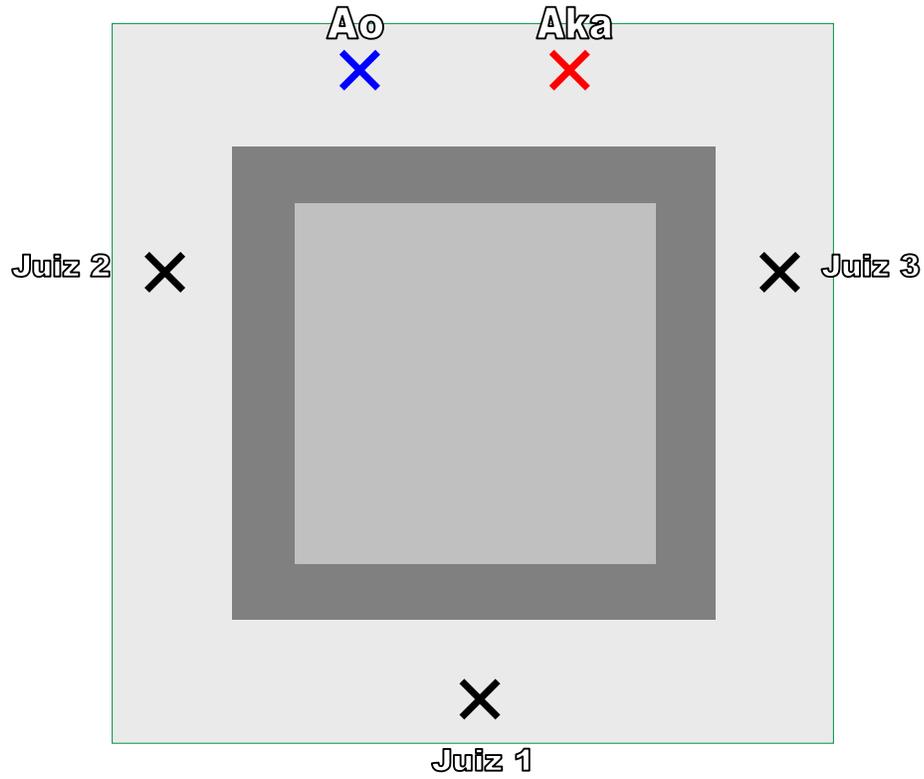
APÊNDICE 5: DESENHO DA ÁREA DE COMPETIÇÃO DE KUMITE



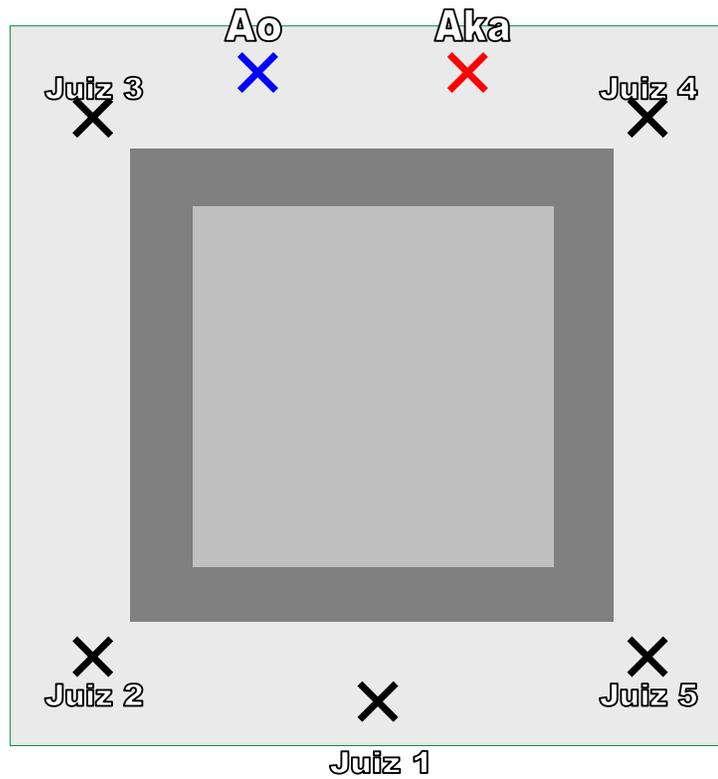
Medidas da Área de Competição de Kumite



DISPOSIÇÃO DE TRÊS JUÍZES



DISPOSIÇÃO DE CINCO JUÍZES



APÊNDICE 7: A LISTA DOS KATA OBRIGATÓRIOS (SHITEI)

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

APÊNDICE 8: A LISTA MAIOR DOS KATA LIVRES (TOKUI)

KATA GOJU-RYU

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

KATA WADO-RYU

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

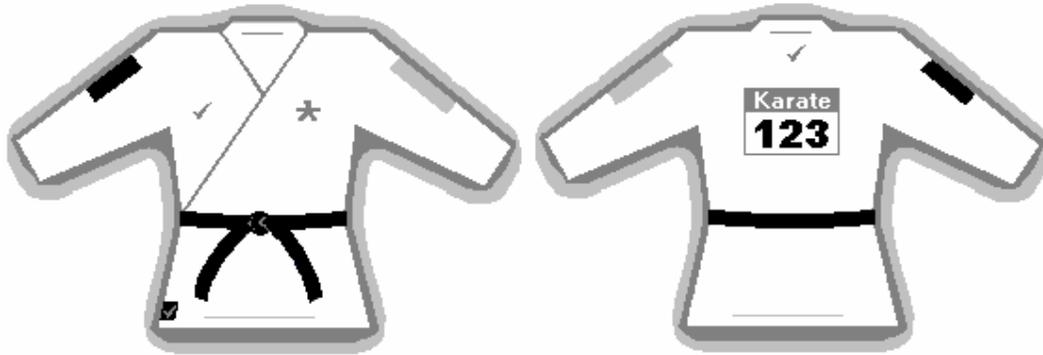
KATA SHOTOKAN

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

KATA SHITO-RYU

- | | |
|-----------------------------------|----------------------------|
| 1. Jitte | 22. Naifanchin Shodan |
| 2. Jion | 23. Naifanchin Nidan |
| 3. Jiin | 24. Naifanchin Sandan |
| 4. Matsukase | 25. Aoyagi (Seiryu) |
| 5. Wanshu | 26. Jyuroku |
| 6. Rohai | 27. Nipaipo |
| 7. Bassai Dai | 28. Sanchin |
| 8. Bassai Sho | 29. Tensho |
| 9. Tomari no Bassai | 30. Seipai |
| 10. Matsumura Bassai | 31. Sanseiru |
| 11. Kosokun Dai | 32. Saifa |
| 12. Kosokun Sho | 33. Shisochin |
| 13. Kosokun Shiho (Shiho Kosokun) | 34. Kururunfa |
| 14. Chinto | 35. Suparimpei |
| 15. Chinte | 36. Hakucho |
| 16. Seienchin | 37. Pachu |
| 17. Sochin | 38. Heiku |
| 18. Niseishi | 39. Paiku |
| 19. Gojushiho | 40. Annan |
| 20. Unshu | 41. Annanko |
| 21. Seisan | 42. Papuren |
| | 43. Chatanyara no Kushanku |

APÊNDICE 9: O KARATE-GI



	PROVAS WKF	PROVAS FNK-P
	Publicidade WKF (20x10cm)	Publicidade Clube (10x10cm)
	Publicidade Fed. Nacional (15x10cm)	Publicidade FNK-P (15x10cm)
	Dorsal reservado Federação Organizadora (30x30cm)	Dorsal reservado Organização Prova (30x30cm)
	Emblema Federação Nacional (12x8cm)	Emblema Associação ou Clube (12x8cm)
	Espaços para Fabricantes de Gi (5x4cm)	Espaços para Fabricantes de Gi (5x4cm)

APONTAMENTOS PESSOAIS:
