

CIRCULAR Nº 048/25

ASSUNTO: CN Katas e CN Randori No Katas 2025 - Programa

Odivelas, 9 de abril de 2025

Exmos. Senhores,

Vimos por este meio proceder à divulgação do Campeonato Nacional de Katas e Campeonato Nacional Randori No Kata, a realizar dia **27 de abril de 2025**, no **Centro de Formação Técnico Competitiva do Judo Mestre Kiyoshi Kobayashi em Torres Novas**.

PROVA	Campeonato Nacional de Katas 2025 Campeonato Nacional Randori No Katas 2025
DATA	Domingo, 27 de abril de 2025
LOCAL	Centro de Formação Técnico Competitiva do Judo Mestre Kiyoshi Kobayashi (Torres Novas)
CN de Katas 2025	Nage-no-Kata Katame-no-Kata Kime-no-Kata, Ju-no-Kata Kodokan-Goshin-Jitsu
CN Randori No Katas 2025	Nage-no-Kata Três primeiros grupos, Katame-no-Kata Primeiro Grupo, Ju-no-Kata Primeiro Grupo Kodokan-Goshin-Jitsumovimentos sem armas
CONTROLO 09h00-09h30 SORTEIO 09h45-10h15 PREVISÃO DE INÍCIO PROVA 10h30	



3. Outras Informações:

1. As inscrições devem ser recebidas na secretaria da FPJ, via Associação Distrital até **dia 17 de abril**.
2. Fichas de inscrições em anexo.

Com os nossos melhores cumprimentos e cordiais,

Saudações Desportivas
O Presidente da FPJ



Joaquim Sérgio Pina

Campeonato Nacional JUDO KATA
Regulamento



Federação Portuguesa de Judo
2025

Campeonato Nacional JUDO KATA

Regulamento

Índice

- 1- CAMPEONATO NACIONAL JUDO KATA(3)
 - Campeonato Nacional de Katas
 - campeonato Nacional de Randori No Kata
- 2- Participantes(3)
- 3- Vestuário(3)
- 4- Apresentação dos Atletas(4)
- 5- Área de Competição(4)
- 6- Juízes (4)
- 7- Forma de Avaliação (5)
- 8- Atribuição de Pontuação (6)
- 9- Quando ocorre um erro no preenchimento da Folha de Avaliação (7)
- 10- Ocorrência de Lesões (7)
- 11- Briefing de juízes antes da realização dos campeonatos (7)
- 12- Acompanhamento técnico das provas (7)
- 13- Folhas de Avaliação (7)

1- Campeonato Nacional Judo Kata

1.1-CAMPEONATO NACIONAL DE KATAS

Inclui uma competição para cada um dos seguintes katas:

- Nague No Kata
- Katame No Kata
- Kime No Kata
- Ju No Kata
- KodokanGoshinJutsu

A participação no Campeonato Nacional de Katas aberta aos atletas com a idade mínima de 18 (dezoito) anos, cumpridos no ano civil em que se realiza o campeonato, e com graduação mínima de 1º Kyu.

1.2-CAMPEONATO NACIONAL DE RANDORI NOKATA

Inclui uma competição para cada um dos seguintes katas:

- Nage No kata(apenas os três primeiros grupos: Te-waza, Koshi-waza e Ashi-waza)
- Katame No kata (apenas o primeiro grupo: Osaekomi-waza)
- KodokanGoshinJutsu (apenas o grupo Toshu-No-Bu: movimentos sem armas)
- Ju No Kata (apenas o 1º grupo:Dai-ikkyo)

A participação no Campeonato Nacional de Randori No Kataé aberta aos atletas com a idade entre 16 (dezasseis)anos e 22 (vinte e dois) anos, cumpridos no ano civil em que se realiza o campeonato, e com graduação mínima de 2ºkyu.

Estas duas competições são abertas a atletas inscritos na FPJ.

2- Participantes

No Campeonato Nacional de Kata poderão participar pares masculinos, pares femininos ou pares mistos, em todos os katas. Os pares poderão ser formados por atletas de diferentes clubes.

Cada atleta poderá participar em tantos katas quantos os que estiverem em competição.

Em cada Kata, um atleta apenas pode desempenhar um papel (Tori ou Uke), não sendo permitido trocar de papeis, ou participar com outro parceiro no mesmo kata.

3- Vestuário

Atletas: Judogi branco, com dimensões regulamentares, cinto preto (para os atletas com graduação superior a 1º Kyu) ou cinto correspondente à sua graduação (no caso de atletas com graduação inferior a 1º Dan), pontas com 20cm a 30cm sem ultrapassar o comprimento da saia. T-shirt branca para as senhoras. O casaco e as calças devem ser da mesma marca.

CAMPEONATO NACIONAL JUDO KATA 2025- REGULAMENTO
Federação Portuguesa de Judo

6- Juízes

Cada kata é avaliado por 5 juízes, sentados próximo da área de competição, em cadeiras confortáveis, com mesas de apoio, virados para o público e afastados entre si cerca de 1 metro.

Em casos excecionais, uma equipa de juízes poderá ser constituída por apenas 3 juízes.

O Juiz Principal (juiz mais qualificado) senta-se ao meio, alinhado pelo centro do tapete, competindo-lhe dar a ordem para início do kata, colocando-se para isso na posição de pé com os braços abertos e palmas das mãos voltadas para cima, após verificar que estão reunidas as condições necessárias. Os juízes devem estar sentados na sua posição, antes da entrada dos atletas na área de competição, mantendo-se na sua posição durante toda a competição.

Na escolha dos juízes aplica-se a regra da neutralidade: Apenas um dos cinco juízes, poderá ter responsabilidades técnicas ou administrativas, nos clubes ou nas Associações Distritais que os atletas a avaliar representam. No caso da equipa de juízes ser constituída por apenas 3 elementos, nenhum dos juízes poderá ter responsabilidades técnicas ou administrativas, nos clubes ou nas Associações Distritais dos atletas a avaliar. Não é permitido aos juízes dar orientações ou manter contato com os atletas, enquanto estiverem a efetuar a avaliação.

A FPJ pretende assegurar a realização anual de pelo menos uma ação de formação para juízes de Judo Kata. Os participantes com uma participação efetiva e um desempenho positivo nas ações de formação da FPJ, serão preferencialmente selecionados para fazerem parte das equipas de juízes em campeonatos nacionais.

Os juízes necessários para a realização das competições nacionais de Judo Kata serão antecipadamente convocados pela FPJ, preferencialmente um mês antes da realização de cada prova. A FPJ divulga, cinco dias antes da realização de cada Campeonato Nacional de Judo Kata, a lista de juízes convocados assim como o nome dos atletas inscritos.

Após a realização das competições, é divulgada a classificação final, incluindo as pontuações atribuídas a cada par participante, por cada um dos júris, em cada uma das técnicas.

7- Forma de Avaliação

Os juízes avaliam cada uma das técnicas que compõem o kata, assim como a Cerimónia Inicial e a Cerimónia Final, atribuindo uma pontuação até dez valores, através do preenchimento das Fichas de Avaliação.

A pontuação de cada técnica é obtida somando as pontuações dos vários juízes, retirando a pontuação máxima e a pontuação mínima atribuídas (apenas no caso de existirem 5 juízes).

A pontuação final de cada par, corresponde à soma das pontuações das várias técnicas.

As pontuações atribuídas devem seguir os seguintes critérios:

PONTUAÇÃO	Avaliação da Execução	Tipo de Erros
10	PERFEITO	Sem Erros
9	QUASE PERFEITO	1 Erro PEQUENO
8	MUITO BOM	2 Erro PEQUENO
7	BOM	1 Erro MEDIO
6	QUASE BOM	1 Erro PEQUENO + 1 Erro Medio
5	SUFICIENTE	2 Erros PEQUENOS + 1 Erro MÉDIO / 1 Erro GRANDE
4	QUASE SUFICIENTE	1 Erro GRANDE + 1 Erro PEQUENO

CAMPEONATO NACIONAL JUDO KATA 2025- REGULAMENTO
Federação Portuguesa de Judo

3	POBRE	1 Erro GRANDE + 2 Erros PEQUENOS
2	MUITO POBRE	1 Erro GRANDE + 1 Erro MÉDIO
1	MAU	1 Erro GRANDE + 1 Erro MÉDIO + 1 Erro PEQUENO
0	MUITO MAU	1 Erro GRANDE + 1 Erro MÉDIO + 2 Erros PEQUENOS
0	MUITO MAU	1 ESQUECIMENTO

A FPJ poderá optar pela utilização de equipamentos informáticos para o registo da avaliação de cada júri, dispensando o preenchimento de Fichas de Avaliação em papel, mantendo-se neste caso os critérios de avaliação definidos.

8- Atribuição de Pontuação

A classificação atribuída por cada juiz regista os erros detetados, de acordo com as regras da IJF (Técnica Esquecida–Erro Grande–Erro Médio –Erro Pequeno):

Técnica esquecida (FORGOTTEN)

Uma técnica esquecida tem pontuação zero. Além disso, a pontuação final total do paré reduzida para metade. Se mais de uma técnica for esquecida, a pontuação dessa técnica também será zero, mas a pontuação final total do par não será reduzida para metade novamente. Exemplos:

- Esquecimento de uma técnica
- Alteração da sequência das técnicas. Cada sequência alterada corresponde a técnica esquecida

Erro Grande (BIG MISTAKE)

Um Erro Grande corresponde a uma execução incorreta da técnica, sendo deduzidos 5 pontos. Em cada técnica só se pode considerar um Erro Grande. Exemplos:

- Tori e Uke trocam de posição
- Perda de controle na execução duma técnica.
- Perder o cinto na execução duma técnica
- Executar uma técnica duas vezes para o mesmo lado (Nage No Kata)

Erro Médio (MEDIUM MISTAKE)

Quando um ou mais aspetos importantes da técnica não são executados de maneira correta, sendo deduzidos 3 pontos. Em cada técnica só se pode considerar um Erro Médio. Exemplos:

- Falta de Eficácia, realismo ou fluidez na execução duma técnica
- Primeiro passo, após a saudação, inferior a 60 cm
- Perda de ligaduras na cerimónia de abertura ou na cerimónia de encerramento.

Erro Pequeno (SMALL MISTAKE)

Imperfeição na aplicação da técnica, sendo deduzido um ponto.

Em cada técnica pode-se considerar no máximo dois Erros Pequenos.

Nas regras da IJF a pontuação total de cada técnica pode ser aumentada ou diminuída em 0,5 pontos, adicionando na coluna do “valor de correção” um “+” ou um “-”.

Para todas as técnicas sem grandes erros, a pontuação mínima deve ser 4, 5.

CAMPEONATO NACIONAL JUDO KATA 2025- REGULAMENTO
Federação Portuguesa de Judo

No NageNo Kata, embora as técnicas sejam executadas à direita e à esquerda, a avaliação é feita de forma abrangente (apenas uma pontuação para cada técnica).

No caso de se verificar uma pontuação igual entre dois ou mais pares, aplicam-se os seguintes critérios, considerando as fichas de pontuação de todos os juizes:

- Atribuição da vitória ao par que tiver maior número de técnicas com pontuação máxima 10 (dez). No caso de se manter o empate, consideram-se sucessivamente as notas mais altas seguintes (9, 8, 7 ...) até desfazer o empate;
- Se mesmo assim se mantiver a igualdade, os pares com a mesma pontuação deverão repetir o kata, submetendo-se a nova avaliação, com os mesmos juizes.

9- Quando ocorre um erro no preenchimento da Folha de Avaliação

No caso de erro no preenchimento da Folha de Avaliação, o júri deverá efetuar um círculo preto sobre a cruz colocada erradamente, assinar dentro da célula errada, e colocar a cruz no lugar correto. No caso de utilização de equipamentos informáticos, a correção deverá ser feita antes da validação da pontuação atribuída.

		TÉCNICAS	PONTUAÇÃO
1		CERIMÓNIA ABERTURA	8
2	Te-waza	UKI OTOSHI	7
3		SEOI NAGE	6
4		KATA GURUMA	6
5		UKI GOSHI	7

10- Ocorrência de Lesões

Quando o Tori ou o Uke não puderem continuar devido a lesão, doença ou acidente durante a execução do Kata, o par será considerado fora de competição.

No caso de lesão leve, como uma ferida sangrenta, unhas quebradas ou um problema com as lentes de contato, de acordo com a decisão dos juizes, a execução do Kata será interrompida e o atleta poderá ser assistido por um médico fora da área de competição. Neste caso a competição continuará e os atletas repetirão integralmente o Kata após o último par em prova.

Se ocorrer uma nova lesão aos mesmos atletas, durante a segunda execução do Kata, o par será considerado fora da competição.

No caso de uma lesão leve ocorrer após uma Técnica Esquecida (Forgotten), o par será considerado fora de competição.

CAMPEONATO NACIONAL JUDO KATA 2025- REGULAMENTO
Federação Portuguesa de Judo

11- Briefing de juízes antes da realização dos campeonatos

Cerca de 30 minutos antes do início de cada competição de katas realiza-se um briefing de juízes (vedado a treinadores, atletas e dirigentes), dirigido pelo responsável técnico nomeado pela FPJ, onde serão prestadas todas as informações sobre a prova e esclarecidos os aspetos técnicos considerados relevantes. É obrigatória a presença de todos os juízes neste briefing.

12- Acompanhamento técnico das provas

A FPJ nomeará para Campeonato Nacional JUDO KATA, um RESPONSÁVEL TÉCNICO, com conhecimentos técnicos e experiência comprovada em competições de katas, que terá como funções: realização de briefing de juízes, distribuição de juízes, prestação de esclarecimentos, apoio técnico sobre detalhes técnicos e organização da prova, decisão sobre situações não abrangidas pelas regras.