

3ª ETAPA 22 Fevereiro



ESCALÃO A

ALEKSANDR PROKOPENKO
ALEKSANDR SHTUPUN
DÉBORA GRAÇA
DINIS CAÇÃO
FRANCISCA CARVALHO
LUÍS MELO
MANUEL CAPITÃO
MARIANA NEGRÃO
NOORES KANDER
JOÃO MELO
VIGGOPALSSON

HORÁRIO: MANHÃ
INÍCIO - 11:30H

MODALIDADES: KATA
KUMITE

KATAS: TAIKYOKU GEDAN

EQUIPAMENTO: KARATEGI
(não serão necessárias luvas
e caneleiras)

ESCALÃO B

DUARTE LEITE
DÂNIA GOMES
FRANCISCO SOEIRO
GUILHERME MOREIRA
HELENA TORRES
HENRIQUE SOUSA
NUNO PIMENTEL
RITA RIÇO
RUSLAN VAKHRUSHEV
SANCHA ALMEIDA
SOFIA SILVA

HORÁRIO: MANHÃ
INÍCIO - 09:30H

MODALIDADES: KATA
KUMITE

KATAS: TAIKYOKU GEDAN

EQUIPAMENTO: KARATEGI
(não serão necessárias luvas
e caneleiras)

3ª ETAPA 22 Fevereiro



ESCALÃO C

AFONSO CASTRO
ANA JOÃO BASTOS
DIOGO FERREIRA
FRANCISCO ALVES
GASPAR COSTA
LUÍS GOMES
MAFALDA MATOS
MARIA LARETH
MÁRIO PARCHÃO
MATILDE GOMES
MIGUEL PEIXOTO

HORÁRIO: TARDE
INÍCIO - 14:30H

MODALIDADES: KATA
KUMITE

KATAS: TAIKYOKU KAKE UKE

EQUIPAMENTO: KARATE GI
LUVAS
CANELEIRAS

ESCALÃO D

ANA CAMPOS
DUARTE GUIMARÃES
GEORGIA TESCHNER
GONÇALO ABREU
GUILHERME GUIMARÃES
JAIME PEREIRA
Mª ELISABETE RIBEIRO
NOÉMIO REMELGADO
SOFIA CACHIM
TIAGO VAREJÃO

HORÁRIO: TARDE
INÍCIO - 18:30H

MODALIDADES: KATA
KUMITE

KATAS: TAIKYOKU KAKE UKE

EQUIPAMENTO: KARATEGI
(não serão necessárias luvas e caneleiras)

3ª ETAPA 22 Fevereiro


LIGAZEN
2019/2020



ESCALÃO E

DINIS ALMEIDA
HUGO VIDAL
JORGE RICARDO
MANUEL GRANJA
MÁRIO GONÇALVES
MATEUS CAJÃO
NILS SAUNIÈRE
NUNO LAMEIRAS
RAUL MARINHO
TOMÁS MATOS
VICENTE CAMPOTA

HORÁRIO: TARDE
INÍCIO - 16:30H

MODALIDADES: KATA
KUMITE

KATAS: TAIKYOKU MAWASHI
UKE

EQUIPAMENTO: KARATE GI
LUVAS
CANELEIRAS