



REGULAMENTO INTERNO DE RECONHECIMENTO DE GRADUAÇÕES

1. O objectivo do karate-do não reside na vitória ou na derrota mas sim no aperfeiçoamento do carácter dos seus praticantes.
Guinchin Funakoshi
2. Todas as graduações terão que ser reconhecidas pelo Conselho Técnico.
3. As graduações serão atribuídas pelo Conselho Técnico ou por quem o C.T. designar como examinador reconhecido, através de exame, de acordo com os programas de exame da UDKS.
4. Para reconhecimento de graduações atribuídas por outras associações ou entidades, deverá ser solicitado um parecer ao C.T., que decidirá ou não, o reconhecimento provisório das mesmas.
5. O reconhecimento provisório passa a definitivo, depois da aprovação em exame da U.D.K.S.

Escalões:

1. INFANTIL (até 13 anos inclusive)
2. ADULTO (A partir dos 14 anos inclusive)



1. INFANTIL

- a. Todos os praticantes desta classe, fazem exame para graduações intermédias.
- b. Caso o examinador entenda que o praticante teve uma excelente prestação, técnica, física e psicológica, poderá passar directamente para Kyu.
- c. Caso o praticante não obtenha aprovação no exame, será acrescida uma penalização ao tempo mínimo do próximo exame.
- d. O praticante é proposto a exame pelo seu instrutor, segundo os seguintes critérios:
 - a) Tempo mínimo de treino (anexo 1);
 - b) Assiduidade aos treinos;
 - c) Comportamento do praticante;
 - d) Esforço, concentração e evolução no treino.
- e. O praticante só poderá fazer exame da classe de adulto quando tiver uma graduação de Kyu.
- f. A graduação máxima atingida pelo praticante nesta classe será de 4º Kyu.



2. ADULTO

- a. Todos os praticantes fazem exame para Kyu.
- b. Caso o examinador entenda que o praticante teve uma excelente prestação técnica, física e psicológica, poderá passar directamente para Kyu superior ao proposto.
- c. Até 4º Kyu (inclusive) o praticante propõe-se a exame, ao seu instrutor directo.
- d. Para todas as graduações iguais ou superiores a 3º Kyu, o praticante é proposto ao Conselho Técnico, pelo seu instrutor.
- e. A Idade mínima para exame de Dan é de 17 anos.
- f. Tempo mínimo de treino (anexo 2)
- g. Créditos para Exame (Anexo3)
- h. Condições de aprovação;
 - h1) Sempre que o praticante não alcance os objectivos pretendidos numa das 3 áreas que compõem o exame (Kihon, Kata, Kumité), poderá repeti-la oportunamente, até ao máximo de 2 vezes. Após 3 tentativas não conseguidas, terá que se propor novamente a exame.
 - h2) Sempre que o praticante não alcance o objectivo pretendido em mais que 1 das área que compõe o exame, considerar-se-à não apto.

ANEXO 1

TEMPOS MÍNIMO DE TREINO INFANTIL	
9 Kyu a Branco / Amarelo	4 meses
Branco / Amarelo a 8º Kyu	4 meses
8º Kyu a Amarelo / Laranja	6 meses
Amarelo / Laranja a 7º Kyu	6 meses
7º Kyu a Laranja / Verde	6 meses
Laranja / Verde a 6º Kyu	6 meses
6º Kyu a Verde / Azul	8 meses
Verde / Azul a 5º Kyu	8 meses
5º Kyu a Azul / Vermelho	8 meses
Azul / Vermelho a 4º Kyu	8 meses

Estes tempos aplicam-se a praticantes que treinem 3 vezes por semana no mínimo.

O conteúdo deste programa é de carácter informativo, reservando-se a *udks* o direito de proceder a qualquer alteração, sem aviso prévio.

ANEXO 2

TEMPOS MÍNIMO DE TREINO ADULTO	
9º Kyu 8º Kyu 7º Kyu	6 meses
6º Kyu 5º Kyu 4º Kyu	8 meses
3º Kyu 2º Kyu 1º Kyu	10 meses
1º Dan	2 anos
2º Dan	3 anos
3º Dan	4 anos
4º Dan	5 anos
5º Dan	6 anos

Estes tempos aplicam-se a praticantes que treinem 3 vezes por semana no mínimo.

O conteúdo deste programa é de carácter informativo, reservando-se a *udks* o direito de proceder a qualquer alteração, sem aviso prévio.

ANEXO 3

SISTEMA DE CRÉDITOS DE GRADUAÇÕES

1. Todos os praticantes adultos com graduação igual ou superior a 4º KYU são abrangidos pelo sistema de crédito,
2. Independentemente do tempo que cada praticante se encontra na mesma graduação, os créditos são sempre acumuláveis e não perdem a validade;
3. Por cada época desportiva a UDKS fará constar do seu calendário de actividades estágios e treinos de graduados, onde os atletas podem obter créditos,
4. Os créditos mínimos para realizar os exames das respectivas graduações são os seguintes:

3º KYU	8 Créditos
2º KYU	10 Créditos
1º KYU	12 Créditos
1º DAN	14 Créditos
2º DAN	28 Créditos
3º DAN	42 Créditos
4º DAN	56 Créditos
5º DAN	80 Créditos

5. Após qualquer exame, os créditos acumulados passam a 0 (zero).
6. As actividades onde os atletas podem obter créditos são:

ACTIVIDADES	POR ANO	CRÉDITOS
Estágio UDKS Internacional	1 vez por ano	5
Estágio UDKS Nacionais	1 a 2 vezes por ano	3
Estágios UDKS Regionais	1 a 3 vezes por ano	2
Treino Graduados	7 a 10 vezes por ano	1

Todas as actividades para entrarem no regime de crédito têm que estarem devidamente reconhecidas pela UDKS.

O conteúdo deste programa é de carácter informativo, reservando-se a *udks* o direito de proceder a qualquer alteração, sem aviso prévio.