

# PROTOCOLO PARA RETOMADA DAS ATIVIDADES

## KARATE, KARATE INTERESTILOS E KUNG-FU EVENTOS, AULAS E PROJETOS SOCIAIS

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA



DE KARATE INTERESTILOS

FEDERAÇÃO PAULISTA



DE KARATE INTERESTILOS



FEDERAÇÃO PAULISTA DE KARATE



Federação Paulista  
de Kuoshu kung - Fu Tradicional



CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA  
DE ARTES MARCIAIS CHINESAS-KUNG-FU

# PROTOCOLO PARA RETOMADAS DE EVENTOS DE KARATÊ - KARATÊ INTERESTILOS - KUNG FU

## AS NORMATIVAS PROPOSTAS EM COMUM ACORDO SÃO AS SEGUINTE PARA A REALIZAÇÃO DE EVENTOS DE KATÁ E KATI INDIVIDUAL

A FPK – FPKI e CBKI e FPKT e CBAMC, entidades estas que promovem e fomentam eventos oficiais das Modalidades Karatê e Kung Fu no Estado de São Paulo. Propõem em conjunto às recomendações específicas para promover eventos com total segurança a todos os praticantes neste momento de pandemia.

- 1** Fica terminantemente proibido acesso ao ginásio e arredores sem máscara de proteção.
- 2** A FPK, FPKI e CBKI irão realizar triagem a 10 (dez) metros da entrada do ginásio, disponibilizando produtos desinfetantes (álcool gel 70%) .
- 3** Haverá termômetros a laser para aferição de temperatura individual obrigatória, caso seja aferida temperatura superior a 37.8° - a organização irá recomendar a toda e qualquer pessoa que se apresentem ao posto de saúde mais próximo.

### INÍCIO DA COMPETIÇÃO

- 4** Não haverá o tradicional desfile de abertura e apresentação dos atletas, a mesa central será composta pela equipe de trabalho e autoridades convidadas, seguindo as orientações da OMS, com espaçamento de 2 ms.
- 5** Os atletas poderão entrar na área de competição somente no horário pré-determinado da sua categoria, conforme programação oficial do evento.
- 6** Ao término das disputas da categoria, os atletas serão acompanhados pelos staffs do evento até a área externa do ginásio, evitando desta forma qualquer tipo de aglomeração.
- 7** A competição será realizada inicialmente sem presença de público, permitindo o acesso somente de atletas e técnicos e no caso de categorias de atletas de menor idade, será permitido o acesso de um (01) responsável.
- 8** No intuito de evitar aglomerações, a organização disponibilizará transmissão ao vivo pela internet, as imagens das competições on line pelos canais oficiais da entidade e telão de LED externo.
- 9** Passa a ser parte obrigatória do equipamento individual de competição de cada atleta, máscara e seu próprio recipiente de álcool Gel 70 %, garrafa de água e meias.
- 10** Recomendar aos atletas para que venham uniformizados de casa, evitando assim a aglomeração nos vestiários.
- 11** A desinfecção dos pisos e áreas adjacentes da competição será feita após finalização de cada categoria, com mistura de água com hipoclorito (250 ml para 01 litro de água). Estará a disposição nas laterais dos tatames, pano molhado com água sanitária. (baldes)
- 12** Fica temporariamente suspensa as disputas das categorias acima de 55 (cinquenta e cinco) anos e inclusive e todas as categorias do PCD.

- 13 Serão seguidas todas as normas preconizadas pela OMS, Ministério da Saúde e Secretaria de Saúde do Estado de São Paulo e Municipais, com relação às prevenções de contágio aos grupos de riscos.
- 14 A organização do evento usará ginásios com bom sistema de ventilação para dispersão rápida de perdigotos e renovação constante do ar.
- 15 Staffs – Árbitros – Mesários deverão utilizar máscara e a cada categoria desinfetar as mãos com álcool gel.
- 16 Poderão ser utilizados até 12 áreas de tatames simultâneos, com distância mínima de 1 metro entre áreas, buscando dinamização das provas, para que o atleta permaneça o menor tempo possível dentro das áreas e otimizando o tempo dentro do ginásio.
- 17 Demarcar com fita crepe e recomendar distanciamento mínimo de 2 metros entre os acompanhantes e atletas nas arquibancadas.
- 18 Eliminar uso de protetores compartilhados.
- 19 Recomendar para que jamais se cumprimentem com aperto de mãos ou abraços. Utilizar sempre o cumprimento tradicional do Karatê OSS
- 20 Estarão em disputa somente as **CATEGORIAS DE KATÁ INDIVIDUAL**. - Kata – modalidade individual de apresentação de rotina técnica, composta por movimentos de defesas e contra ataques em adversários imaginários, onde são avaliados as técnicas com execução para análise de força, velocidade, deslocamento e equilíbrio por forma de notas nas formas apresentadas. Os atletas se apresentam sozinhos com um distanciamento de 05 metros dos juízes sem contato com outros atletas da mesma categoria.

21 **Categorias em Disputa divididas em sexo e graduação**

Mirim -	09 e 10 anos
Infantil –	11 a 12 anos
Infanto Juvenil –	13 a 14 anos
Juvenil -	15 a 17 anos
Adulto -	18 a 35 anos
Senior -	36 a 55 anos

**José Carlos Gomes de Oliveira**  
**Presidente FPK**  
 (11) 97326.1965

**Edilson Moraes**  
**Presidente FPKT - CBAMC**  
 (11). 98401.8558

**Oswaldo Messias de Oliveira**  
**Presidente CBKI - FPKI**  
 (11) 98108.9853

Federação Paulista  
 de Kuoshu kung - Fu Tradicional

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA  
 DE ARTES MARCIAIS CHINESAS-KUNG-FU

**"JUNTOS SOMOS MUITO MAIS FORTES"**

# PROTOCOLO PARA RETOMADAS DE EVENTOS DE KARATÊ - KARATÊ INTERESTILOS - KUNG FU

AS NORMATIVAS PROPOSTAS EM COMUM ACORDO SÃO AS SEGUINTES PARA A REALIZAÇÃO DE

## PROJETOS CONTINUADOS - TEMÁTICOS - ACADEMIAS

Recomendações para retomada de atividades esportivas durante e após a **PANDEMIA**.

*Esse material foi elaborado seguindo as orientações e as informações dos órgãos públicos, tais como Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde.*

### **1. DO LOCAL**

- Manter ambiente limpo, arejado, janelas e entradas de ar livres.
- Não utilizar de maneira alguma o ar condicionado nem ventiladores.
- Desinfetar os tatames (piso), paredes, móveis, aparelhos, banheiros e demais superfícies de contato antes e após o uso – (Hipoclorito) popularmente conhecido como água sanitária.

### **2. TRIAGEM E CONTROLE DE ENTRADA**

Jamais cumprimentar com aperto de mãos, abraços ou beijos, utilizar sempre o cumprimento das artes marciais - a palavra OSS.

- Realizar checagem do aluno e colaboradores para coleta de informações pertinentes ao histórico:
  - Estado geral de saúde
  - Possível contato com indivíduos portadores de COVID-19
  - Frequência a ambientes com risco de contaminação
  - Viagens realizadas recentemente.
  - Atividade profissional
- Realizar triagem com uso de termômetro de testa (impedir o acesso ao ambiente caso seja aferida temperatura superior a 37.8°- recomendar busca de auxílio médico).
- Disponibilizar álcool 70% gel e líquido para higienização de superfícies e mãos, obrigatório na chegada de cada aluno e acompanhantes.
- Retirar os calçados, depositando-os em um local específico determinado pela Academia (caixa de papelão ou madeira) longe dos tatames, se possível borrifar álcool 70% na sola do calçado.

- e. Disponibilizar em locais de fácil acesso, boletins informativos quanto à prevenção do COVID 19.
- f. Uso integral e obrigatório de máscara por alunos e colaboradores, tempo máximo de utilização 2 horas cada máscara.

## **2. DAS AULAS:**

- a. Distanciamento mínimo de 1,50 metros entre alunos e colaboradores.
- b. Tempo reduzido de atividades.
- c. Espaçamento entre aulas de aproximadamente 20 MINUTOS, para desinfecção OBRIGATÓRIA do ambiente (Parágrafo 1, item C)
- d. Os atletas deverão vir vestidos com seus respectivos uniformes (kimonos) afim de não compartilhar vestiários.
- e. Uniformes de treino de uso único e diário (exigir lavagem e desinfecção após cada aula, apresentarem-se limpos e passados a cada aula.
- f. Contato físico entre aluno e colaboradores proibido.
- g. Cada aluno levar seu frasco de álcool gel na aula e nos intervalos passar nas mãos.
- h. Cada aluno levar sua garrafinha de água bem tampada, evitando o contato dela com outras garrafas dos amigos.
- i. Utilização equipamentos de proteção individual – sem compartilhamento- (luvas, caneleiras, protetor de peito, tórax e bucal).
- j. Os horários das aulas devem ser reformulados, para que atendam à todos os alunos de forma segura, mantendo a distância permitida de 1,5m.
- k. Chegar somente no horário de aula e, ao término, retornar para sua residência.
- l. Ficam suspensos em aulas presenciais os alunos pertencentes ao grupo de risco, sendo permitidas para esse grupo as aulas online, até novo pronunciamento da OMS e/ou outro órgão oficial de saúde.
- m. Recomendação para que os alunos evitem horários de pico e se programem para treinar em horários alternativos.

## **4. ATIVIDADES FÍSICAS DE CONTATO:**

- a. Orientar colaboradores para que desenvolvam atividades alternativas, eliminando o contato.
- b. Havendo espaço externo ou outra sala disponível, separar por grupos, uns fazem Katá e outros Kihon ou movimentação de Kumite frente à frente sem contato físico.
- c. Criar exercícios de recreação com movimentos das Artes Marciais.