

ASSUNTO:

Ação de Formação de Arbitragem de Poomsae | Novos e Reciclagem

Promotor:

Federação Portugal Taekwondo – UPD

Organização:

Grupo Desportivo e Cultural de Fernão Ferro

Apoios:

- Câmara Municipal do Seixal
- Junta de Freguesia de Fernão Ferro
- Associação Portugal Taekwondo Sul e Ilhas (PTSI)

Data:

28 e 29 de março de 2026

Local:

Grupo Desportivo e Cultural de Fernão Ferro
Rua António Aleixo, 312A, 2865-609 Fernão Ferro

Horário:

- Sábado: 9h00–12h30 e 14h00–18h00
- Domingo: 9h00–18h00 (almoço 12h30–14h00)

Formador:

Paulo Martins – Árbitro Internacional 1.ª Classe

Quota de Participação

- Novos Árbitros / Novo Grau: 25 €
- Reciclagem: 10 €

Inscrições

- Limitadas a 30 formandos
- Preencher o formulário: [Ação de Formação de Arbitragem de Poomsae \(Novos e Reciclagem\) – Preencher o formulário](#)

- Prazo: até 15 de março
- A transferência bancária deve ser realizada apenas após confirmação da inscrição pelo Conselho de Arbitragem da PORTKD.

Condições de Participação

- Licença federativa e seguro desportivo válidos para **2026**
- Equipamento obrigatório: Dobok tradicional de Taekwondo

Programa Formativo

- Regulamento de Competição de Poomsae e Freestyle WT em vigor
- Regulamento das Provas Regionais e Nacionais de Poomsae e Freestyle (Kup e Dan)

Situações Excecionais

Formandos que tenham frequentado curso de árbitros de Poomsae há mais de 2 anos, seja na PORTKD, Associações Regionais filiadas ou outras instituições, devem realizar novamente esta formação.

Devem apresentar:

- Certificados anteriores
- Grau que pretendem validar

O Conselho de Arbitragem da PORTKD informará a forma de frequência aplicável.

Programa Detalhado – Curso/Reciclagem (Loures 2026)

Sábado – 28 março

- 09h00–12h00: Teórica
- 14h00–18h00: Prática

Domingo – 29 março

- 09h00–12h00: Revisão teórica e prática
- 14h00–18h00: Teste teórico, teste de pontuação e prova prática

Estrutura dos Módulos

Módulo Teórico

- Regulamento WT em português
- Funções do controlador de área
- Folha de pontuação Freestyle
- Testes (20 perguntas cada), ajustados por nível:
 - Grau 1
 - Grau 2A
 - Grau 2B
 - Grau 3

Módulo Prático

Grau 1 – Juizes de Kup

- 2h prática Taegeuks
- 1h controlador + pontuação (APP e vídeos)
- 1h teste prático e de pontuação

Grau 2A – Juizes de Dan (até Jitae)

- 2h prática Poomsae: Koryo, Kumgamg, Taebaek, Pyongwon, Sipjin
- 1h pontuação (APP e vídeos)
- 1h testes prático + pontuação

Grau 2B – Juizes de Dan (todas as Poomsae)

- 1h prática nível 1: Koryo, Kumgamg, Taebaek, Pyongwon, Sipjin, Jitae
- 1h prática nível 2: Chonkwon, Hansu
- 1h pontuação (APP e vídeos)
- 1h testes prático + pontuação

Grau 3 – Juizes de Dan (todas as Poomsae + Freestyle)

- 1h prática Poomsae todos os níveis + conceitos Freestyle
- 1h pontuação (APP e vídeos)

- 30 min teste de pontuação

Observações Importantes

- O teste teórico é composto por 20 perguntas ajustadas ao grau.
- O teste prático consiste na execução de duas Taeguks/Poomsae sorteadas.
- O teste de pontuação inclui dois vídeos (exceto Grau 3, que tem 1 Poomsae + 1 Freestyle).

Distribuição de vídeos por grau:

- Grau 1: 2 Taegeuks
- Grau 2A: 2 Poomsae (Koryo, Kumgamg, Taebaek, Pyongwon, Sipjin, Jitae)
- Grau 2B: 2 Poomsae (inclui Chonkwon e Hansu)
- Grau 3: 1 Poomsae Dan + 1 Freestyle (individual, pares ou equipas)