



# *Associação Tavora de Karate-dô.*

## Índice:

2. Associação Tavora de Karate: .....	<b>2</b>
3. Considerações: .....	<b>3</b>
4. Atletas Inscritos na Federação de Karate Paulista. ....	<b>3</b>
4.1. Atletas X Conquistas: .....	4
Joares Tavora Ferreira da Silva: .....	4
Vanessa Duarte da Silva: .....	6
Lucimara Cristina Peralta: .....	10
Lucas Mateus Ribeiro: .....	11
Guilherme Augusto Mendonça: ....	<b>Erro! Indicador não definido.</b>
André Luiz Roseto: .....	12
Sabrina Mirella Motta: .....	13
Heloisa Vicentin Pereira: .....	15
Natalia Regina Nascimento: .....	17
Hugo Gabriel Chiuchi: .....	<b>Erro! Indicador não definido.</b>
João Paulo Prado: .....	19
Jhennifer da Motta Souza: .....	<b>Erro! Indicador não definido.</b>
5. Patrocínio: .....	<b>29</b>
5.1. Como Patrocinar uma Equipe; .....	29
5.2 Como patrocinar o Atleta; .....	29
5.3. Divulgação: .....	29
5.4. Utilização de Imagens: .....	30
5.5. Outros materiais: .....	30
5.6. Informações e contatos: .....	30
6. Calendário 2006: .....	<b>31</b>
7. Doutrina: .....	<b>31</b>
7.1. Ensinos básicos do Karate: .....	32
7.2. Os 5 mandamentos do praticante do Karatê-dô: .....	33
8. Níveis: .....	<b>34</b>

## **1. Introdução ao Karate:**

O combate desarmado nasceu desde muito antes do que a própria história que se tenha conhecimento, por isso as origens mais antigas da arte são pouco definidas, escondidas freqüentemente no folclore de uma variedade de culturas de todo o mundo. Várias formas de combate desarmado foram praticadas e Okinawa, ao sul do Japão. Em Okinawa, a luta de "mãos vazias", em certo momento, era praticada em segredo por causa da influência dos senhores feudais japoneses que tinham conquistado a ilha e, por isso, proibiam que seus subordinados carregassem as armas. Este ato de proibição das armas fez com que muitos dos povos começassem a praticar formas de combate desarmado em segredo. A partir daí, nascia a arte marcial Karate.

Karate é uma palavra japonesa que significa "mãos vazias". Isto porque um Karateka (praticante de Karate) utiliza durante sua prática suas armas naturais, como: visão, mãos, braços, corpo, pés e cérebro. É uma arte altamente científica, que faz o mais eficaz uso de todas as partes do corpo com finalidades defensivas. O objetivo maior do Karate é o aperfeiçoamento do caráter de seus praticantes, disciplinando o corpo e a mente através de treinamentos árduos. Além de ser um excelente meio de defesa pessoal, o Karate constitui uma forma ideal de exercício. Desenvolve a força, a velocidade, a coordenação e o reflexo, e é indicado para efeitos de valor terapêutico.

É esta sabedoria milenar que gostaríamos de desenvolver em nossas crianças, para que se tornem pessoas de bem e possam ser inseridas em nossa sociedade, com melhor qualidade de vida infantil através do esporte e contribuir para a melhoria da comunidade em geral.

## **2. Associação Távora de Karate - Dô:**

A Associação Távora de Karate – Dô, foi fundada em 27 de julho de 1.998 nas dependências do clube ainda ADC, hoje AMEL. Após esta mudança houve um grande desenvolvimento do Karate, com apoio da Diretoria do Clube e os bons resultados de trabalho do Professor Joares Távora F. da Silva a Associação Távora destaca-se nacionalmente. Hoje contamos com uma equipe de 200 alunos a partir dos 05 anos acima, formando uma equipe competitiva que divulga não só o nome do Clube e de seu Patrocinador, mas também incluindo a nossa cidade no cenário nacional, através deste esporte.

### **3. Considerações:**

A educação no contexto social é expressa por uma doutrina pedagógica baseada, implícita ou explicitamente em uma filosofia de vida da concepção de homem e sociedade. O processo educacional se dá através de instituições como a família e a escola.

Quando se fala em educação pelo esporte, algumas confusões e controvérsias são geradas. Não se trata de tirar o mérito da Escola, que já é sinônimo de educação, mas de propor alternativas educacionais além da Escola, fora de instituições formais. O esporte, assim o faz.

O objetivo da Associação não visa somente à formação de atletas, esta possibilidade existe e está diretamente relacionada ao interesse, à determinação da criança e do adolescente à metodologia utilizada e ao conhecimento da equipe técnica envolvida. Se os fatores citados forem positivos, a formação de personalidades poderá ser uma consequência, sem necessariamente fazer parte do processo.

### **4. Atletas Inscritos na Federação de Karate Paulista.**

- ❖ **Joares Tavora Ferreira da Silva;**
- ❖ **Vanessa Duarte da Silva;**
- ❖ **Lucimara Cristina Peralta;**
- ❖ **Lucas Mateus Ribeiro;**
- ❖ **Mathues Oliveira Santos;**
- ❖ **André Luiz Roseto;**
- ❖ **Sabrina Mirela Mota;**
- ❖ **Heloisa Vicentin Pereira;**
- ❖ **Natalia Regina Nascimento;**
- ❖ **João Paulo Prado;**
- ❖ **Franciele Bianca Andrade;**
- ❖ **Paulo Antonio da Silva;**
- ❖ **Guilherme H. S. Pereira;**
- ❖ **Francisco Pereira de Andrade;**
- ❖ **Naiara Mariano Saqueto.**

## **4.1. Atletas X Conquistas: Resultados competições oficiais.**

✓ **Joares Tavora Ferreira da Silva:**

### **Participando de 5 Jogos Regionais:**

*Em 1992 – Cidade Matão – (3º Lugar)*

*Em 1993 – Cidade Matão – (2º Lugar)*

*Em 1994 – Cidade Taquaritinga – (1º Lugar)*

*Em 1997 – Cidade Batatais – (3º Lugar)*

*Em 1998 – Cidade Matão – (4º Lugar)*

### **Participando de 1 Jogo Abertos do Interior:**

*Em 1993 – Cidade Guarulhos – (5º Lugar)*

### **CAMPEONATO PAULISTA DE KARATE**

2001-II Campeonato Paulista de Karate - foi realizado na Cidade de Araraquara dia 18 agosto.

- Categoria absoluta ate Faixa Preta Campeã Paulista de Karate.

2002-III Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Bauru de 01 setembro, o desempenho no Campeonato Paulista, sagrou-se Campeã Paulista Categoria Máster 36 a 40 anos.

2003-IV Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Votuporanga dia 18 agosto.

- Categoria máster acima de 36 anos Vice Campeão Paulista de Karate.

2004-IV Campeonato Paulista de Karate Estreante - Realizado na Cidade de Araraquara em 15 de maio.

- Categoria absoluta ate Faixa Preta Campeã Paulista – Máster acima de 36 anos.

2005 - V Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira em 15 de maio.

- Categoria absoluta ate Faixa Preta Campeã Paulista de Karate – Máster acima de 36 anos.

## **CAMPEONATO BRASILEIRO DE KARATE**

2001-II Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado em Copacabana – Rios de Janeiro, de 18 a 20 de outubro.

- Categoria absoluta ate Faixa Preta 6º Lugar acima de 36 anos.

2002-III Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Salvador – BAHIA, de 18 a 20 de outubro.

- Categoria absoluta ate Faixa Preta - Vice-Campeão acima de 36 anos.
- Categoria por Equipe Faixa Preta – Absoluto Campeão Brasileiro.

2003-IV Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Bauru – São Paulo de 18 a 20, outubro.

- Categoria absoluta ate Faixa Preta - Quarto Lugar acima de 36 anos.

2004-V Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Santa Cruz do Sul – Rio Grande do Sul de 22 a 24, outubro.

- Categoria absoluta ate Faixa Preta - Campeão acima de 36 anos.
- Categoria de kata, 5º colocado.

### **ATUANDO COMO ARBITRO DA FEDERAÇÃO KARATE PAULISTA & FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE KARATE.**

2003; 2004; 2006. CAMPEONATOS BRASILEIROS.

2001; 2002; 2003; 2004; 2005; 2006; 2007: CAMPEONATOS PAULISTAS.

### **TECNICO DA SELEÇÃO PAULISTA DE KARATE;**

- CAMPEÃO – 2006 - SANTA CATARINA (CIDADE - TUBARÃO);
- BI-CAMPEÃO – 2007 – SÃO PAULO (CIDADE - ARARAQUARA);
- TRI-CAMPEÃO – 2008 – BRASÍLIA (DF).

✓ **Vanessa Duarte da Silva:**

### **CAMPEONATO PAULISTA:**

2001-II Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Araraquara dia 18 agosto, obteve a seguinte classificação:

- Categoria Shiai Kumite de 09 a 10 anos - Terceiro colocado.

2002-III Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Bauru de 01 setembro.

- Categoria 11 a 12 anos, Vice-Campeã Paulista de Karate no Shiai-Kumite.
- Categoria 11 a 12 anos, Vice-Campeã Paulista de Karate no Kata.

2003-IV Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Votuporanga dia 18 agosto.

- Categoria de Kata de 12 a 13 anos - Vice-Campeão.
- Categoria de shiai Kumite de 12 a 13 anos - Campeão Paulista.

2004-IV Campeonato Paulista de Karate Estreante - Realizado na Cidade de Votuporanga em 18 de março.

- Categoria de Kata de 13 a 14 anos - Terceira colocada.
- Categoria de Kata de 12 a 13 anos - Vice-Campeão.
- Categoria de 13 a 14 anos - Campeã Paulista no Shiai Kumite.

2005 - V Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 15 de maio.

- Categoria de Kata de 15 a 17 anos - Campeão Paulista.
- Categoria de shiai Kumite de 15 a 17 anos - Vice-Campeão Paulista.

2006-IV Campeonato Paulista de Karate Estreante - Realizado na Cidade de Catanduva em 23 de abril.

- Categoria de Kata de 15 a 17 anos - Terceira colocada.
- Categoria de 15 a 17 anos - Campeã no Shiai Kumite.

2006 - V Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 25 de Junho.

- Categoria de Kata de 15 a 17 anos - Terceira Lugar.

- Categoria de Shiai Kumite de 15 a 17 anos – Campeã Paulista.

2007 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 19 de Junho.

- Categoria de Kata de 16 a 17 anos – Voce-Campae Paulista.
- Categoria de Shiai Kumite de 16 a 17 anos – Vice-Campeã Paulista.

2008 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 22 de Junho.

- Categoria de Kata de 16 a 17 anos – Terceiro lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 16 a 17 anos – Campeã Paulista.

2008 - VIII Copa São Paulo de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 17 de agosto.

- Categoria de Kata de 16 a 17 anos – Campeã.

2009 - X Copa São Paulo de Karate - Realizado na Cidade de São Jose do Rio Preto de 24 de maio.

- Categoria de Shiai Kumite de 16 a 17 anos – Vice-Campeã.

2009 - X Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 30 de agosto.

- Categoria de Shiai Kumite adulto

O campeão de cada categoria se Classificada para o Campeonato Brasileiro de 2009. tanto na copa são Paulo, quanto o campeão paulista e mais o campeão brasileiro do ano anterior.

### **CAMPEONATO BRASILEIRO:**

2001-II Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado em Copacabana – Rios de Janeiro, de 18 a 20 de outubro.

- Categoria de 09 a 10 anos - Terceiro Lugar no Kata.
- Categoria de 09 a 10 anos Campeão Brasileiro Karate - shiai kumite.

2002-III Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Salvador – BAHIA, de 18 a 20 de outubro.

- Categoria de 11 a 12 anos – Vice-Campeã de Kata
- Categoria de 11 a 12 anos – Bi-Campeão Brasileiro Karate - Shiai Kumite.

2003-IV Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Bauru – São Paulo de 18 a 20, outubro.

- Categoria de 13 a 14 anos – Vice-Campeão de Kata.
- Categoria de 13 a 14 anos – Tri-Campeão Brasileiro Karate - Shiai Kumite.

2004-V Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Santa Cruz do Sul – Rio Grande do Sul de 22 a 24.

- Categoria de 13 a 14 anos - Vice-Campeã de Kata.
- Categoria de 13 a 14 anos – Tetra-Campeão Brasileiro Shiai Kumite.

2005 -VI Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Juiz de Fora – Minas Gerais de 22 a 24 de Julho.

- Categoria Shiai Kumite de 15 a 17 anos – Penta-Campeã Brasileiro Karate.

2006-VII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Tubarão – Santa Catarina de 22 a 24.

- Categoria de 15 a 17 anos - Vice-Campeã de Shiai Kumite.
- Categoria de 15 a 17 anos – Campeão Brasileiro Shiai Kumite (Equipe).

2007-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Araraquara – São Paulo de 14 a 15 de setembro.

- Categoria de 15 a 17 anos – Campeão Brasileiro Shiai Kumite (Equipe).

2008-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Brasília – DF de 21 a 23 de outubro.

- Categoria de 15 a 17 anos – Campeão Brasileiro Shiai Kumite (Equipe).

2009-X Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Chapecó – SC de 23 a 25 de outubro.

Só o Campeão Brasileiro vai para o Mundial.

### **CAMPEONATO MUNDIAL:**

2006-I Campeonato Mundial de Karate - Realizado na Cidade de Virregio – Itália de 20 a 25 de setembro.

- Categoria de 13 a 15 anos - Vice-Campeã de Shiai Kumite.

2007-I Campeonato mundial de Karate - Realizado na Cidade de Marina Di Carrara – Toscana – Itália de 19 a 25 de Setembro.

- Categoria de 15 a 17 anos - Campeã de Shiai Kumite.
- Categoria de 15 a 17 anos – Vice-Campeão Mundial Shiai Kumite (Equipe).

2008-I Campeonato mundial de Karate - Realizado na Cidade de Marina Di Carrara – Toscana – Itália de 19 a 25 de Setembro

- Categoria de 15 a 17 anos – Vice-Campeã de Shiai Kumite.
- Categoria de 15 a 17 anos – Vice-Campeão Mundial Shiai Kumite (Equipe).

**Obs.:** Vanessa estará participando neste ano do Mundial de Karate na Itália.



✓ **Lucimara Cristina Peralta:**

**CAMPEONATO PAULISTA:**

2003-IV Campeonato Paulista de Karate - foi realizado na Cidade de Votuporanga dia 03/ agosto.

- Categoria de Kata de 18 a 29 anos – Campeão Paulista de Karate.
- Categoria de shiai Kumite de 18 a 29 anos – Terceiro Lugar.

2004-IV Campeonato Paulista de Karate Estreante - Realizado na Cidade de Araraquara dia 5 de maio.

- Categoria de Kata de 18 a 29 anos – Campeão Paulista de Karate.
- Categoria de shiai Kumite de 18 a 29 anos – Campeã Paulista.

2005-V Campeonato Paulista de Karate – Realizado na Cidade de Limeira em 15 de maio.

- Categoria de Kata de 18 a 29 anos – Vice-Campeão Paulista de Karate.
- Categoria de shiai Kumite de 18 a 29 anos – Campeã Paulista.

2007-VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Sorocaba – São Paulo dia 15 de maio

- Categoria adulto de 18 a 29 anos – Vice Campeão Paulista Shiai Kumite.

**CAMPEONATO BRASILEIRO:**

2004-V Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Santa Cruz do Sul – Rio Grande do Sul de 22 a 24 de outubro.

- Categoria de Kata de 18 a 29 anos – Vice-Campeão Brasileiro de Karate.
- Categoria de shiai Kumite de 18 a 29 anos – Vice-Campeã Brasileira.
- Categoria por equipe de Shiai Kumite – 18 a 29 anos – Campeã Brasileiro de Karate.

2007-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Araraquara – São Paulo de 14 a 15 de setembro.

- Categoria adulta de 18 a 29 anos – terceira colocada no Brasileiro Shiai Kumite.

✓ **Lucas Mateus Ribeiro:**

**CAMPEONATO PAULISTA:**

2003-IV Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Votuporanga dia 18 agosto, obteve a seguinte classificação:

- Categoria de shiai Kumite de 07 a 08 anos – Campeão Paulista.

2004-IV Campeonato Paulista de Karate Estreante - Realizado na Cidade de Terra Roxa em 18 março, obteve as seguintes classificações:

- Categoria de Kata de 07 a 08 anos – Vice-Campeão Paulista de Karate.
- Categoria de shiai Kumite de 07 a 08 anos – Bi-Campeão Paulista de Shiai Kumite.

2005-V Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 15 de maio.

- Categoria de Kata de 07 a 08 anos – Vice-Campeão Paulista de Karate.
- Categoria de shiai Kumite de 07 a 08 anos – Tri-Campeão Paulista de Shiai Kumite.

2006 - V Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 25 de Junho.

- Categoria de Shiai Kumite de 09 a 10 anos – Terceiro Lugar.

2007-VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Sorocaba – São Paulo dia 19 de agosto.

Categoria infanto juvenil de 11 a 12 anos – 4 lugar Shiai Kumite e kata.

**CAMPEONATO BRASILEIRO:**

2004-V Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Santa Cruz do Sul – Rio Grande do Sul de 22 a 24.

- Categoria de Kata de 07 a 08 anos – Terceiro Lugar.

2007-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Araraquara – São Paulo de 14 a 15 de setembro.

- Categoria de 11 a 12 anos – Vice-Campeão Brasileiro Shiai Kumite.

✓ **André Luiz Roseto:**

**CAMPEONATO PAULISTA:**

2005-V Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 15 de maio, obteve a seguinte classificação:

- Categoria de Shiai Kumite de 18 a 29 anos – Terceiro Lugar.

✓ **Sabrina Mirela Mota:**

**CAMPEONATO PAULISTA:**

2006 - V Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 25 de Junho.

- Categoria de Kata de 12 a 13 anos – 3º Lugar.

2007-VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Sorocaba – São Paulo dia 19 de agosto.

- Categoria infanto juvenil de 13 a 14 anos – 4º lugar Shiai Kumite e kata.

2008 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 22 de Junho.

- Categoria de Kata de 14 a 15 anos – campeã.
- Categoria de Shiai Kumite de 14 a 15 anos – 3º lugar.

2008 - VIII Copa São Paulo de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 17 de agosto.

- Categoria de Kata de 14 a 15 anos – Vice-Campeã.

2009 - X Copa São Paulo de Karate - Realizado na Cidade de São Jose do Rio Preto de 24 de maio.

- Categoria de Kata de 16 a 17 anos – Vice-Campeã.
- Categoria de Shiai Kumite de 16 a 17 anos – Campeã.

2009 - X Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 30 de agosto.

- Categoria de Kata de 16 a 17 anos – acontecerá
- Categoria de Shiai Kumite 16 a 17 anos -

O campeão de cada categoria se Classificada para o Campeonato Brasileiro de 2009. Tanto na copa são Paulo, quanto o campeão paulista e mais o campeão brasileiro do ano anterior.

**CAMPEONATO BRASILEIRO:**

2006-VII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Tubarão – Santa Catarina de 22 a 24.

- Categoria de 13 a 14 anos - Campeã de KATA.
- Categoria de 13 a 14 anos –4º LUGAR Shiai Kumite.

2007-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Araraquara – São Paulo de 14 a 15 de setembro.

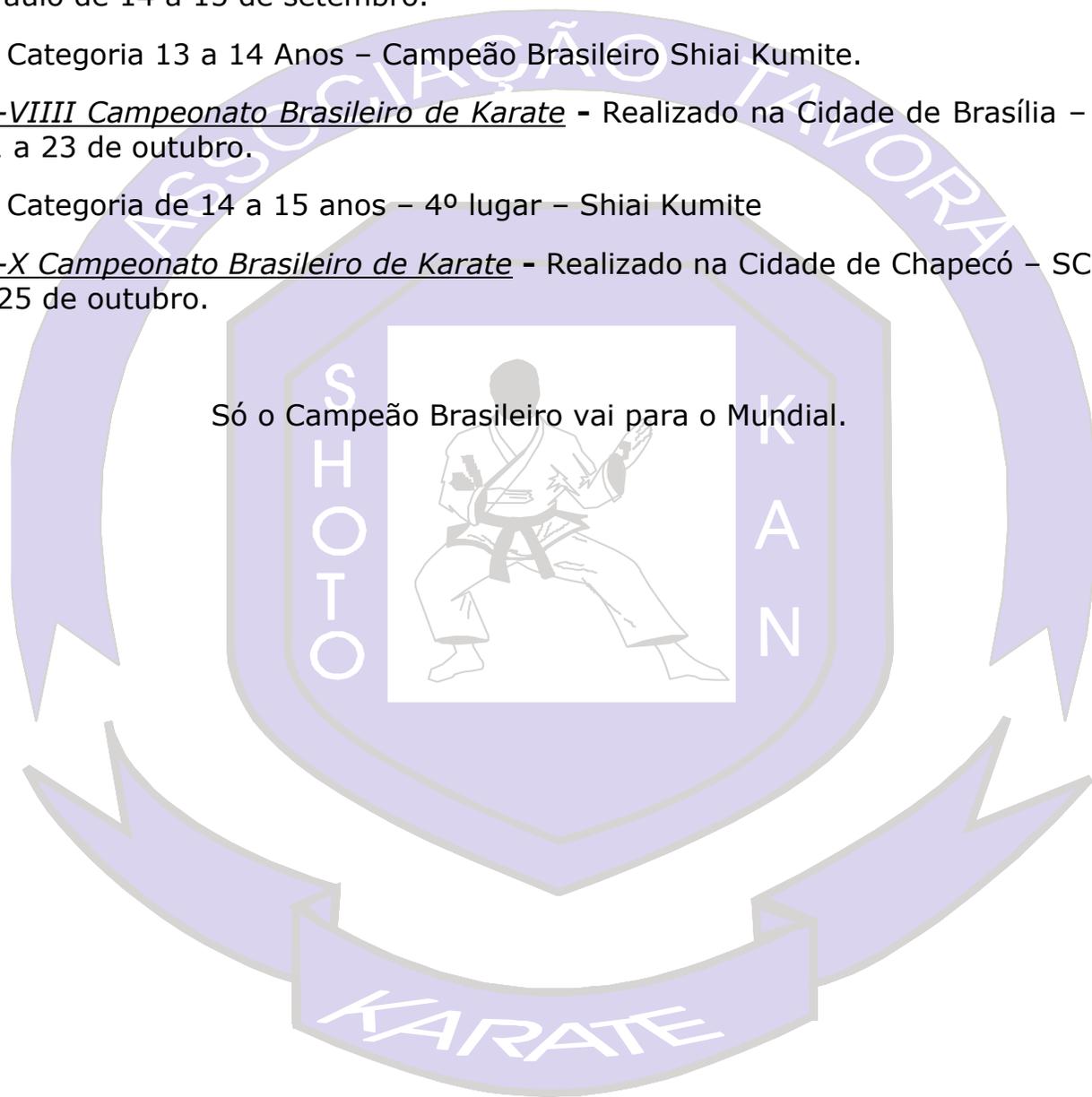
- Categoria 13 a 14 Anos – Campeão Brasileiro Shiai Kumite.

2008-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Brasília – DF de 21 a 23 de outubro.

- Categoria de 14 a 15 anos – 4º lugar – Shiai Kumite

2009-X Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Chapecó – SC de 23 a 25 de outubro.

Só o Campeão Brasileiro vai para o Mundial.



✓ **Heloisa Vicentin Pereira:**

**CAMPEONATO PAULISTA:**

2006-IV Campeonato Paulista de Karate Estreante - Realizado na Cidade de Catanduva em 23 de abril.

- Categoria de Kata de 10 a 11 anos – 3º lugar.
- Categoria Shiai Kumite de 10 a 11 anos – Vice-Campeã.

2006 - V Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 25 de Junho.

- Categoria de Kata de 10 a 11 anos – Vice-Campeã
- Categoria de Shiai Kumite de 10 a 11 anos – 3º Lugar.

2007 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 19 de Junho.

- Categoria de Kata de 12 a 13 anos – 4º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 12 a 13 anos – 4º lugar.

2008 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 22 de Junho.

- Categoria de Kata de 12 a 13 anos – 3º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 12 a 13 anos – 4º lugar.

2008 - VIII Copa São Paulo de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 17 de agosto.

- Categoria de Kata de 12 a 13 anos – 3º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 12 a 13 anos – Campeã.

2009 - X Copa São Paulo de Karate - Realizado na Cidade de São Jose do Rio Preto de 24 de maio.

- Categoria de Kata de 14 a 15 anos – Vice-Campeã.
- Categoria de Shiai Kumite de 14 a 15 anos – 3º lugar.

2009 - X Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 30 de agosto.

- Categoria de Kata de 16 a 17 anos – acontecerá

- Categoria de Shiai Kumite 16 a 17 anos -

O campeão de cada categoria se Classificada para o Campeonato Brasileiro de 2009. Tanto na copa são Paulo, quanto o campeão paulista e mais o campeão brasileiro do ano anterior.

### **CAMPEONATO BRASILEIRO:**

2007-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Araraquara – São Paulo de 14 a 15 de setembro.

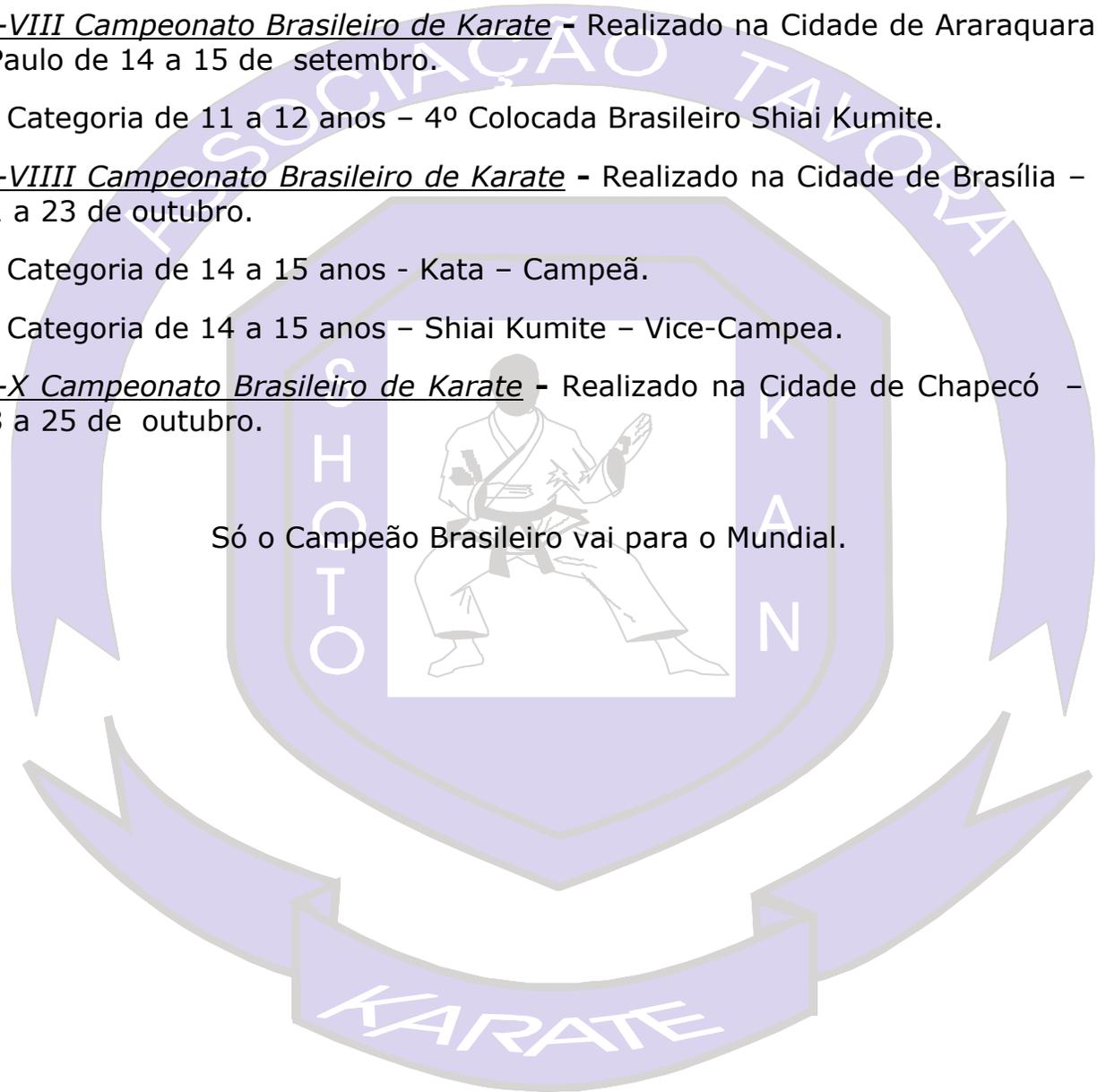
- Categoria de 11 a 12 anos – 4º Colocada Brasileiro Shiai Kumite.

2008-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Brasília – DF de 21 a 23 de outubro.

- Categoria de 14 a 15 anos - Kata – Campeã.
- Categoria de 14 a 15 anos – Shiai Kumite – Vice-Campeã.

2009-X Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Chapecó – SC de 23 a 25 de outubro.

Só o Campeão Brasileiro vai para o Mundial.



✓ **Natalia Regina Nascimento:**

**CAMPEONATO PAULISTA:**

2006-IV Campeonato Paulista de Karate Estreante - Realizado na Cidade de Catanduva em 23 de abril.

- Categoria Shiai Kumite de 15 a 17 anos – 2º LUGAR.

2007 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Sorocaba 19 de agosto.

- Categoria de Kata de 15 a 17 anos – 4º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 15 a 17 anos – 4º lugar.

2008 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 22 de Junho.

- Categoria de Kata de 16 a 17 anos – 3º Colocada.
- Categoria de Shiai Kumite de 16 a 17 anos – 4º lugar.

2008 - VIII Copa São Paulo de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 17 de agosto.

- Categoria de Kata de 16 a 17 anos – 1º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 16 a 17 anos – Vice-Campeã.

2009 - X Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 30 de agosto.

- Categoria de Kata de 16 a 17 anos – acontecerá
- Categoria de Shiai Kumite 16 a 17 anos -

O campeão de cada categoria se Classificada para o Campeonato Brasileiro de 2009. Tanto na copa são Paulo, quanto o campeão paulista e mais o campeão brasileiro do ano anterior.

**CAMPEONATO BRASILEIRO:**

2007-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Araraquara – São Paulo de 14 a 15 de setembro.

- Categoria de 15 a 17 anos – Campeão Brasileiro Kata (Equipe).

2008-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Brasília – DF de 21 a 23 de outubro.

- Categoria de 16 a 17 anos – Bi-Campeão Brasileiro Kata (Equipe).

2009-X Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Chapecó – SC de 23 a 25 de outubro.

Só o Campeão Brasileiro vai para o Mundial.



✓ **João Paulo Prado:**

### **CAMPEONATO PAULISTA:**

2006-IV Campeonato Paulista de Karate Estreante - Realizado na Cidade de Catanduva em 23 de abril.

- Categoria Shiai Kumite de 09 a 10 anos – Campeão.

2006 - V Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 25 de Junho.

- Categoria de Shiai Kumite de 09 a 10 anos – Campeão Paulista.

2007 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Sorocaba de 19 de agosto.

- Categoria de Kata de 15 a 17 anos – 4º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 15 a 17 anos – 4º lugar.

### **CAMPEONATO BRASILEIRO**

2006-VII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Tubarão – Santa Catarina de 22 a 24.

- Categoria de 09 a 10 anos – 4º LUGAR NO KATA.
- Categoria de 09 a 10 anos – 4º LUGAR Shiai Kumite.

2007-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Araraquara – São Paulo de 14 a 15 de setembro.

- Categoria 10 a 11 Anos – 4º LUGAR Brasileiro Shiai Kumite.

✓ **Franciele Bianca de Andrade:**

**CAMPEONATO PAULISTA:**

2006-IV Campeonato Paulista de Karate Estreante - Realizado na Cidade de Catanduva em 23 de abril.

- Categoria Shiai Kumite de 14 a 15 anos – 3º lugar.

2007 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Sorocaba de 19 de agosto.

- Categoria de Kata de 15 a 17 anos – 4º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 15 a 17 anos – 3º lugar.

2008 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 22 de Junho.

- Categoria de Kata de 14 a 15 anos – 3º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 14 a 15 anos – 4º lugar.

2008 - VIII Copa São Paulo de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 17 de agosto.

- Categoria de Kata de 14 a 15 anos – 2º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 14 a 15 anos – 3º lugar.

2009 - X Copa São Paulo de Karate - Realizado na Cidade de São Jose do Rio Preto de 24 de maio.

- Categoria de Shiai Kumite de 16 a 17 anos – 2º lugar.

2009 - X Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 30 de agosto.

- Categoria de Kata de 16 a 17 anos – acontecerá
- Categoria de Shiai Kumite 16 a 17 anos -

O campeão de cada categoria se Classificada para o Campeonato Brasileiro de 2009. Tanto na copa são Paulo, quanto o campeão paulista e mais o campeão brasileiro do ano anterior.

**CAMPEONATO BRASILEIRO:**

2007-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Araraquara – São Paulo de 14 a 15 de setembro.

- Categoria de 15 a 17 anos – Campeão Brasileiro Shiai Kumite (Equipe).

2008-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Brasília – DF de 21 a 23 de outubro.

- Categoria de 16 a 17 anos – Bi-Campeão Brasileiro Kata (Equipe).

2009-X Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Chapecó – SC de 23 a 25 de outubro.

Só o Campeão Brasileiro vai para o Mundial.



✓ **Francisco Pereira de Andrade:**

### **CAMPEONATO PAULISTA:**

2007 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Sorocaba de 19 de agosto.

- Categoria de Kata de adulto 18 a 38 anos – 4º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite adulto a 18 anos acima – 4º lugar.

### **CAMPEONATO BRASILEIRO:**

2007-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Araraquara – São Paulo de 14 a 15 de setembro.

- Categoria máster acima de 35 anos – Campeão Brasileiro Shiai Kumite.



✓ **Naiara Mariano Saqueto:**

**CAMPEONATO PAULISTA:**

2007 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Sorocaba de 19 de agosto.

- Categoria de Kata de 15 a 17 anos – 3º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 15 a 17 anos – 2º lugar.

2008 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 22 de Junho.

- Categoria de Kata adulto 18 anos acima – 3º Colocada.
- Categoria de Shiai Kumite adulto 18 anos acima – 4º lugar.

2008 - VIII Copa São Paulo de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 17 de agosto.

- Categoria de Kata de adulto 18 anos acima– 1º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de adulto 18 anos acima – 2º lugar.

O campeão de cada categoria se Classificada para o Campeonato Brasileiro de 2009. Tanto na copa são Paulo, quanto o campeão paulista e mais o campeão brasileiro do ano anterior.

**CAMPEONATO BRASILEIRO:**

2007 - VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Araraquara de 14 a 15 de setembro.

- Categoria de Kata de 15 a 17 anos – 4º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 15 a 17 anos – 4º lugar.

2008 - VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Brasília de 21 a 23 de outubro.

- Categoria de Kata de 18 anos acima– 4º Colocada.
- Categoria de Shiai Kumite de 18 anos acima– 2º lugar.

O campeão de cada categoria se Classificada para o Campeonato Brasileiro de 2009. Tanto na copa são Paulo, quanto o campeão paulista e mais o campeão brasileiro do ano anterior.

✓ **Paulo Antonio da Silva:**

**CAMPEONATO PAULISTA:**

2007 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Sorocaba de 19 de agosto.

- Categoria de Kata de 11 a 12 anos – 4º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 11 a 12 anos – 4º lugar.

2008 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 22 de Junho.

- Categoria de Kata de 13 a 14 anos – 3º Colocada.
- Categoria de Shiai Kumite de 13 a 14 anos – 2º lugar.

2008 - VIII Copa São Paulo de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 17 de agosto.

- Categoria de Kata de 13 a 14 anos – 1º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 13 a 14 anos – 4º lugar.

2009 - X Copa São Paulo de Karate - Realizado na Cidade de São Jose do Rio Preto de 24 de maio.

- Categoria de Kata de 14 a 15 anos – 1º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 14 a 15 anos - 1º lugar.

2009 - X Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 30 de agosto.

- Categoria de Kata de 16 a 17 anos – acontecerá
- Categoria de Shiai Kumite 16 a 17 anos -

O campeão de cada categoria se Classificada para o Campeonato Brasileiro de 2009. Tanto na copa são Paulo, quanto o campeão paulista e mais o campeão brasileiro do ano anterior.

**CAMPEONATO BRASILIERO:**

2007 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Sorocaba de 19 de agosto.

- Categoria de Kata de 11 a 12 anos – 4º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 11 a 12 anos – 4º lugar.

2008-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Brasília – DF de 21 a 23 de outubro.

- Categoria de 13 a 14 anos – Kata – 1º lugar.
- Categoria de 13 a 14 anos – Shiai Kumite – 3º lugar.

2009-X Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Chapecó – SC de 23 a 25 de outubro.

Só o Campeão Brasileiro vai para o Mundial.

Classificado para o sul-americano de 2009 – (Argentina).



✓ **Guilherme Henrique Soares Pereira:**

✓ ATLETAS REVELAÇÃO DO ANO DE 2007.

### **CAMPEONATO PAULISTA:**

2008 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Limeira de 22 de junho.

- Categoria de Kata de 13 a 14 anos – 4º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 13 a 14 anos – 3º lugar.

2008 - VIII Copa São Paulo de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 17 de agosto.

- Categoria de Kata de 13 a 14 anos – 4º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 13 a 14 anos – 4º lugar.

2009 - X Copa São Paulo de Karate - Realizado na Cidade de São Jose do Rio Preto de 24 de maio.

- Categoria de Kata de 14 a 15 anos – 4º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 14 a 15 anos - 4º lugar.

2009 - X Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Matão de 30 de agosto.

- Categoria de Kata de 15 a 17 anos – acontecerá
- Categoria de Shiai Kumite 15 a 17 anos –

### **CAMPEONATO BRASILEIRO:**

2008-VIII Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Brasília – DF de 21 a 23 de outubro.

- Categoria de 13 a 14 anos – Kata – 4º lugar.
- Categoria de 13 a 14 anos – Shiai Kumite – 6º lugar.

2009-X Campeonato Brasileiro de Karate - Realizado na Cidade de Chapecó – SC de 23 a 25 de outubro.

O campeão de cada categoria se Classificada para o Campeonato Brasileiro de 2009. Tanto na copa são Paulo, quanto o campeão paulista e mais o campeão brasileiro do ano anterior.

✓ **Matheus Oliveira Santos:**

**CAMPEONATO PAULISTA:**

2007 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Sorocaba de 19 de agosto.

- Categoria de Kata de 09 a 10 anos – 4º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 09 a 10 anos – 4º lugar.

2008 – VIII Copa Paulo de Karate – Realizado na Cidade Matão – SP\_ no dia 17 de agosto.

- Categoria de Kata de 09 a 10 anos – 3º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 09 a 10 anos – 1º lugar.

**CAMPEONATO BRASILEIRO:**

2007 - VIII Campeonato Paulista de Karate - Realizado na Cidade de Araraquara de 14 a 15 de setembro

- Categoria de Kata de 09 a 10 anos – 4º lugar.
- Categoria de Shiai Kumite de 09 a 10 anos – 4º lugar.

**Obs.:** Todos os atletas que obtiveram resultados 1º colocado no Campeonato Paulista de 2009 estão convocados para fazer parte da equipe da Seleção Paulista de Karate desse ano de 2009.

Associação Távora de Karate:

### **CAMPEONATO PAULISTA:**

Bi-campeã feminino em kata equipe: (Cidade Sorocaba e Limeira em 2007 e 2008).

- Vanassa Duarte da Silva (1);
- Franciele Bianca Andrade (2);
- Natalia Regina do Nascimento (3)

### **CAMPEONATO BRASILEIRO:**

Associação Távora de Karate:

Bi-campeã feminino em kata equipe:(Cidade Araraquara e Brasilia em 2007 e 2008).

- Vanassa Duarte da Silva (1);
- Franciele Bianca Andrade (2);
- Natalia Regina do Nascimento (3)

## 5. Patrocínio:

### 5.1. Como Patrocinar uma Equipe;

Embora a importância e necessidade da prática esportiva sejam universalmente reconhecidas, enorme dificuldade é encontrada por nossos atletas para participarem de eventos esportivos de alto nível.

Existe várias maneira de patrocinar uma Equipe. Através do fornecimento de um ajuda de custo pré-definida por Patrocinados e Patrocinador definidas num contrato de orientações e normas.

Os atletas que receberão determinado apoio deverão ceder os direitos e uso de imagens, bem como total divulgação do nome da Empresa ou Grupo Patrocinador, através de todos os meios de comunicação regionais, nacionais, e mesmo internacionais. O apoio por ser através de valores em dinheiro, materiais, ou doações.

### 5.2 Como patrocinar o Atleta;

Quando se trata de um único Atleta, pode-se definir através da negociação entre as partes. Apenas em valores mensais, por competições, por um prazo estipulado ou mesmo através do fornecimento de materiais. O atleta poderá participar de campanhas publicitárias, apresentações da marca do produto Patrocinador, promoções e etc.

### 5.3. Divulgação:

<b>Televisão</b>	<b>Jornal</b>	<b>Rádio</b>
Globo ( EPTV )		Rádio Notícias
Manchete ( TV Thathi )	Jornal do Comércio	Saudades FM
SBT	Jornal À Tribuna	<b>Revista</b>
Bandeirantes (rede nacional )	Jornal Process (Internet)	Revista Competir
TV Clube	Jornal A Comarca	Revista NetSports (Internet)
TVM		

## 5.4. Utilização de Imagens:

A empresa ou grupo patrocinador terá todo direito no uso de imagens dos atletas patrocinados, em qualquer apresentação regional, estadual, nacional e internacional, podendo sofrer modificações conforme os valores estipulados.

### Sua marca aparecerá em:

❖ Camisetas	❖ Bonés
❖ Agasalhos	❖ Bolsas
❖ Kimonos	❖

(por escolha e custos do patrocinador)

## 5.5. Outros materiais:

Banners (em competições e ou em locais pré-determinados em que o atleta esteja se apresentando).

Outdoors e outros meios de comunicação (de acordo com o interesse e despesas por conta do patrocinador).

**Obs.:** Todos materiais serão utilizadas pelo atleta em prazos pré-definidos pelo patrocinador antes, durante e após Competições, bem como em todos os treinamentos e apresentações.

## 5.6. Informações e contatos:

site:

[www.tavora10.com.br](http://www.tavora10.com.br)

[www.fbk.com.br](http://www.fbk.com.br)

[www.fkp.com.br](http://www.fkp.com.br)

Blog:

<http://flogvip.net/tavora1010>

<http://agitoflog.com.br/karate>

E-mail:

[Jo.tavora@uol.com.br](mailto:Jo.tavora@uol.com.br)

[tavora1010@yahoo.com.br](mailto:tavora1010@yahoo.com.br)

Fone:

3382- 6609 - 9125-9059

## 6. Calendário 2009:

<b>Data</b>	<b>Evento</b>	<b>Local</b>
24/01/2009	Assembléia Geral	Sorocaba/SP
15/02/2009	Curso de Arbitragem	Fernandópolis/SP
01/03/2009	Curso Preparatório Exame Faixa Preta	Monte Alto/SP
15/03/2009	Open Fernandópolis de Karate	Fernandópolis/SP
24/04/2009	Open Catanduva de Karate	Catanduva/SP
24/05/2009	Copa São Paulo e Equipe Juvenil	S.J.Rio Preto/SP
28/06/2009	Copa Orindiuva de Karate	Orindiuva/SP
25/07/2009	Jogos Regionais	Interior Estado SP
<b>30/08/2009</b>	<b>Campeonato Paulista e Equipe Adulta</b>	<b>Matão</b>
23/08/2009	Campeonato Sul-Americano	Argentina
20/09/2009	Curso Técnico Internacional *	Santa Catarina
20/09/2009	Open Nova Aliança de Karate	Nova Aliança/SP
05/10/2009	Jogos Abertos do Interior	S. Caetano do Sul/SP
23/10/2009	Campeonato Brasileiro de Karate	Chapecó/SC
25/10/2009	Open Santa Isabel de Karate	Novo Horizonte/SP
22/11/2009	Copa Palestra de Karate	S.J.Rio Preto/SP
12/12/2009	Exame de Graduação Superior	A Definir
20/12/2009	Bonenkay	A Definir

## 7. Doutrina:

### 7.1. Ensinaamentos básicos do Karate:

1. O Karate inicia-se e termina com saudações;
2. No Karate não existem golpes de agressão;
3. O Karate apóia o caminho da razão;
4. Conhece-se a si próprio, antes de julgar os outros;
5. A principio lapidar o espírito, depois a técnica;
6. Evitar o descontrole do equilíbrio mental;
7. A falha surge com acomodação mental e física;
8. O Karate não se limita apenas a academia;
9. A essência do Karate se descobre no decorrer da vida;
10. Dará frutos quando o associado á vida cotidiana;
11. O Karate é igual á água quente: se não receber calor constantemente, ele esfria;
12. Não pense em vencer, mas não pense em derrota;
13. Mude sua posição conforme o tipo de adversário;
14. A luta depende do bom manejo da teoria de "in" (negativo) e "you" (positivo);
15. Imagine que seus membros são espadas;
16. Para o homem que sai do portão, existem milhões de adversários;
17. No principio, seus movimentos são artificiais, mas com a evolução tornam-se naturais;
18. A prática de fundamentos deve ser correta. Enquanto em uso torna-se diferente;
19. Domínio do seu corpo na coordenação, na força, na velocidade e elasticidade;
20. Estudar, criar e aperfeiçoar-se constantemente.

## 7.2. Os 5 mandamentos do praticante do Karatê-dô:

A caligrafia é de Teruyuki Okazaki

HITOTSU JINKAKU KANSEI NI TSUTOMURU KOTO

- 🌐 Esforçar-se para formação do caráter

HITOTSU MAKOTO NO MICHIO MAMORU KOTO

- 🌐 Fidelidade para com o verdadeiro caminho da razão

HITOTSU DORYOKU NO SEISHIN O YASHINAU KOTO

- 🌐 Criar o intuito de esforço

HITOTSU REIGI O OMONZURU KOTO

- 🌐 Respeitar acima de tudo

HITOTSU KEKKI NO YU O IMASHIMURU KOTO

- 🌐 Reprimir o espírito de agressão

Mestre Gichin Funakoshi achou que nenhum item do Kun fosse mais importante do que outro, por isso cada item foi numerado com 1. Você deve ler e estudar o Kun , para entendê-lo cada vez melhor.



## 8. Níveis:

### Faixas no Karate Shotokan:

As faixas indicam a graduação dentro do karate. A graduação se inicia no 7º kyu, representado pela faixa branca, até chegar no 1º kyu, faixa marrom. A seguir, vem a faixa preta que representa as graduações a partir do 1º dan em diante. Há um tempo mínimo de permanência para cada faixa, verifique:

Faixa	Kyu	Carência mínima de treinamento
Branca	7º	4 meses
Amarela	6º	4 meses
Vermelha	5º	4 meses
Laranja	4º	6 meses
Verde	3º	1 ano
Roxa	2º	1 ano e seis meses
Marrom	1º	2 anos
Faixa	Dan	Carência mínima de treinamento
Preta	1º	1 ano
Preta	2º	2 anos
Preta	3º	3 anos

**Associação Távora de Karatê-dô:** vem adotando esse nível de faixa de acordo com a FKP, FBK, sendo que todos os exames de faixas, seus alunos venha respeitar a carência de tempo de uma faixa para a outra. Esse método é aplicado em todas as Associações afiliadas a Federação Paulista de Karatê, onde a associação tem por direito organizar dois exames de faixa por ano.

Faixa marrom, passar por avaliação de grau, atingindo o 5º grau dentro da associação dar direito a fazer exame de faixa preta.