



FEDERAÇÃO PORTUGUESA
LOHAN TAO
KEMPO



PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO **2026**

ÍNDICE

- **Mensagem da Presidente da Direção**
- **Nota Introdutória**
- **Visão, Valores e Missão**
- **Realidade Federativa**
- **Plano de Atividades**
- **Orçamento de Rendimentos e Despesas**



Mensagem da Presidente da Direção



Vera Rebelo

Presidente da Federação Portuguesa Lohan Tao Kempo

O ano de 2025 constituiu um marco significativo na história da Federação Portuguesa Lohan Tao Kempo. Foi um período de afirmação, crescimento e consolidação da nossa comunidade, em que reforçámos os laços entre dirigentes, atletas, treinadores, árbitros, clubes e todos quantos, com dedicação e entusiasmo, contribuem diariamente para o desenvolvimento e dignificação da nossa modalidade.

Demonstrámos, dentro e fora do tatami, a verdadeira essência do Kempo: disciplina, respeito, superação e espírito de união. Foram doze meses intensos, marcados por trabalho árduo, conquistas relevantes e aprendizagens valiosas. Cada campeonato, exame, treino e ação de formação refletiu o empenho e a entrega de todos aqueles que acreditam no Kempo como um caminho de vida.

Em 2025, comprovámos que a união e o compromisso com os nossos valores fundamentais constituem as maiores forças da nossa Federação. Com este espírito, projetamos o ano de 2026 com renovada motivação e ambição. Será um período de continuidade e inovação, com o desenvolvimento de novos projetos, o reforço da formação técnica e pedagógica, o apoio acrescido aos clubes e treinadores, e o fortalecimento da presença do Kempo no panorama desportivo nacional e internacional. Pretendemos que cada praticante, independentemente da idade ou graduação, sinta orgulho em integrar esta grande família.

O futuro da Federação Portuguesa Lohan Tao Kempo constrói-se diariamente, com humildade, respeito e paixão. Com a energia e o espírito guerreiro que nos caracterizam, entraremos em 2026 prontos para mais um ciclo de crescimento e todos os que envergam com orgulho as cores da nossa Federação e acreditam neste projeto, expressamos o mais profundo reconhecimento e gratidão. Juntos, continuaremos a edificar um desporto mais forte, mais justo e mais inspirador para as gerações vindouras.

Com respeito e gratidão,
Vera Rebelo
Presidente da Federação Portuguesa
Lohan Tao Kempo



Nota Introdutória



Bruno Rebelo
Diretor Técnico da Federação Portuguesa Lohan Tao
Kempo

O Plano de Atividades e Orçamento para o ano de 2026 da Federação Portuguesa de Lohan Tao Kempo (FPLK) enquadra-se na prossecução dos objetivos estratégicos definidos pela Direção e em conformidade com os princípios orientadores do movimento desportivo nacional.

A Federação reafirma, através deste documento, o seu compromisso com o desenvolvimento sustentado da modalidade, a promoção da prática regular e organizada do Kempo em todo o território nacional, internacional e a consolidação da sua estrutura federativa, técnica e formativa.

As ações previstas para 2026 refletem a continuidade de um trabalho baseado na valorização dos praticantes, técnicos, árbitros e dirigentes, bem como na criação de condições que assegurem a qualidade, a ética e a integridade desportiva. Serão reforçadas as vertentes da formação, da competição, da certificação técnica, da promoção da modalidade e da cooperação institucional com entidades públicas e privadas.

Em matéria orçamental, a FPLK mantém uma política de gestão criteriosa e transparente, orientada para a otimização dos recursos disponíveis e para o cumprimento rigoroso das normas legais e regulamentares aplicáveis, garantindo a sustentabilidade financeira das suas atividades.

Este Plano de Atividades e Orçamento constitui, assim, um instrumento de planeamento e gestão essencial à prossecução da missão da Federação Portuguesa de Lohan Tao Kempo: representar, promover e desenvolver o Kempo, de forma organizada, ética e em alinhamento com os valores fundamentais do desporto.

A FPLK reconhece e valoriza o apoio institucional do Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ) e mantém a sua articulação com a Confederação do Desporto de Portugal (CDP), o Comité Olímpico de Portugal (COP) e o Comité Paralímpico de Portugal (CPP), entidades fundamentais para o fortalecimento do sistema desportivo nacional e para o reconhecimento da importância do Kempo no contexto das artes marciais e do desporto federado em Portugal.

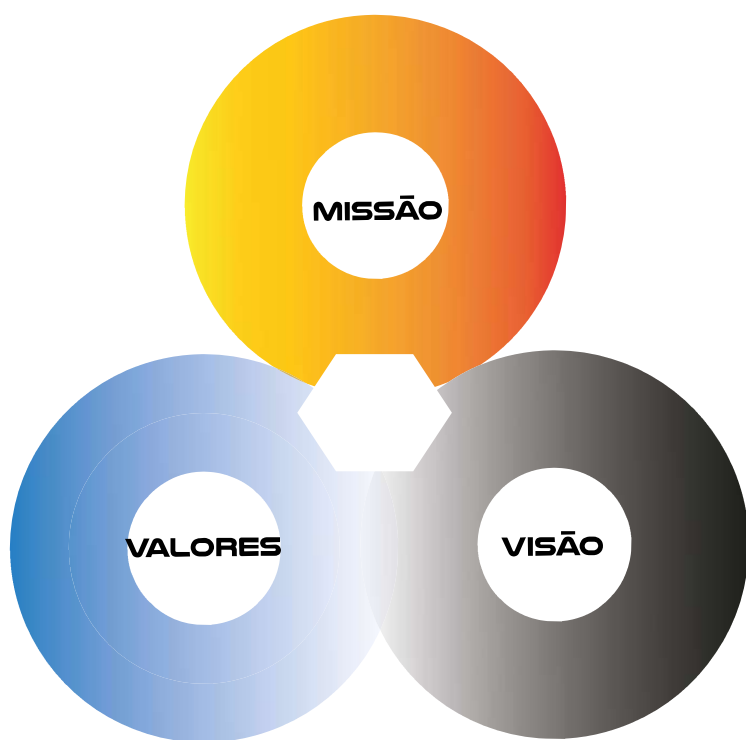


Visão, Valores e Missão

MISSÃO

A nossa Missão passa por promover, regulamentar e desenvolver a prática do Kempo em Portugal, assegurando a preservação dos seus valores tradicionais e filosóficos, bem como a excelência desportiva.

Através da formação contínua de atletas, treinadores e árbitros, da organização de competições e da representação nacional e internacional, a Federação visa contribuir para a educação integral dos praticantes, fomentando o respeito, a disciplina, a ética, a equidade e o espírito de superação.



VISÃO

Promovemos uma cultura assente no respeito mútuo, integridade, compromisso com o crescimento equilibrado, sustentável e na valorização do ser humano em todas as suas dimensões.

Defendemos uma atuação ética exemplar, com sentido de justiça, responsabilidade cívica e ambiental, incentivando à prática desportiva limpa, inclusiva e acessível a todos. Valorizamos a aprendizagem contínua, a promoção de hábitos saudáveis e uma vivência desportiva que respeite de forma inequívoca qualquer forma de racismo, discriminação, violência ou manipulação de resultados desportivos.

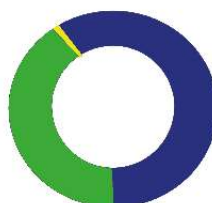
VALORES

Promover, estruturar e impulsionar o desenvolvimento do KEMPO em todas as suas vertentes e categorias, garantindo a sua expansão e continuidade em todo o país, com o objetivo de o afirmar como uma das modalidades marciais mais competitivas e ecléticas a nível nacional e internacional.



Realidade Federativa

Realidade federativa

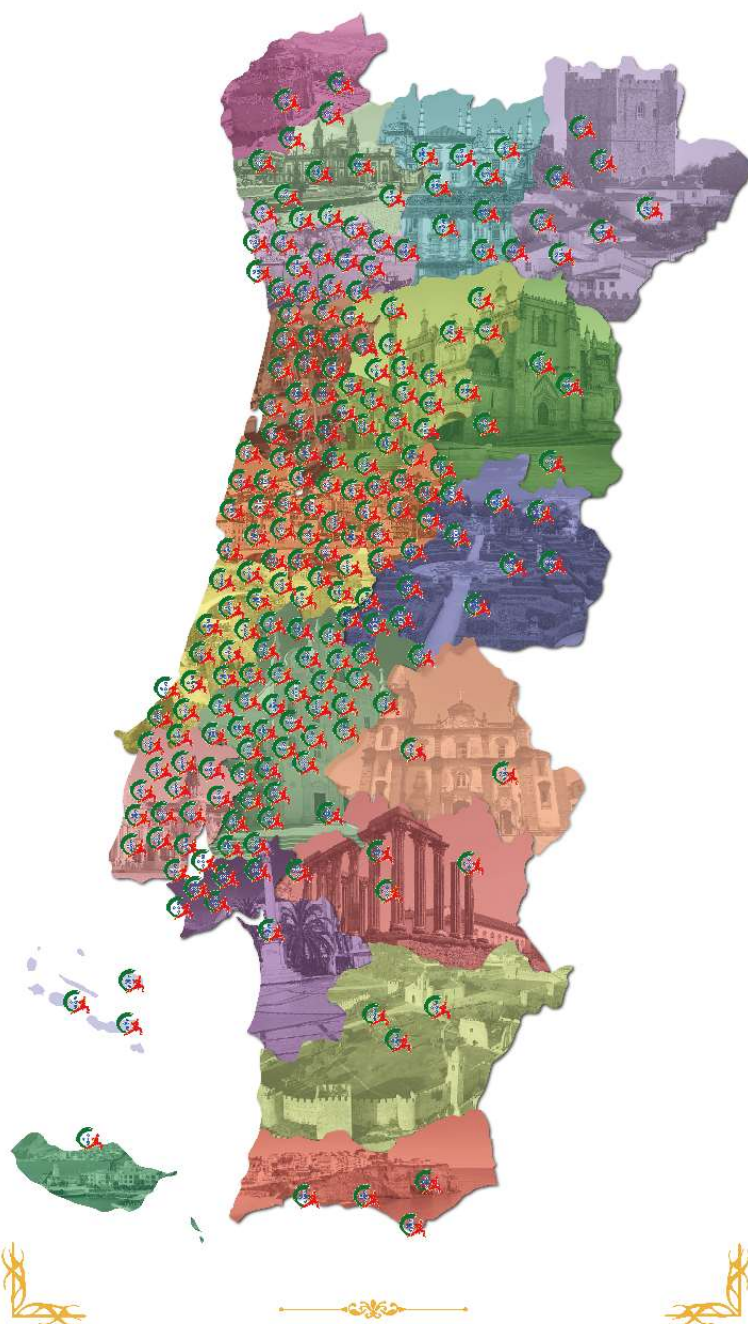


■ Regime Federado com competição - 6363
■ Regime Federado Kempo Adaptado - 234
■ Regime Kempo Escolas - 10.667

Total de atletas 2025 - 17.264

ASSOCIAÇÕES FEDERADAS.....195

Aveiro.....	11
Açores.....	01
Beja.....	01
Bragança.....	02
Castelo Branco.....	03
Coimbra.....	14
Évora.....	04
Faro.....	07
Guarda.....	06
Madeira.....	0
Leiria.....	35
Lisboa.....	51
Portalegre.....	05
Porto.....	25
Santarém.....	12
Setúbal.....	12
Viana dos Castelo.....	01
Vila Real.....	01





ATLETAS FEDERADOS: 6363

ATLETAS REGIME KEMPO ESCOLAS: 10667

Distribuição por Género:

Feminino: 3086

Masculino: 3277

Distribuição por Escalão:

Até Júnior.....3128

Júnior.....1046

Sénior.....1217

Veteranos.....390



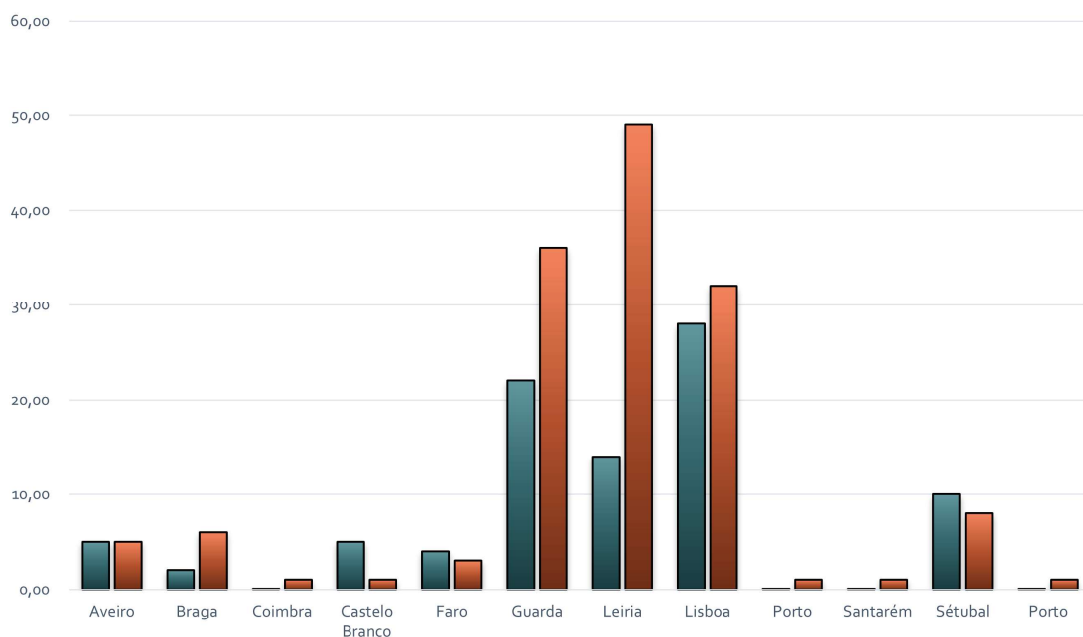
**ADAPTADO
KEMPO**

ATLETAS FEDERADOS: 234



Distrito	Fem	Masc	Total
Aveiro	5	5	10
Braga	2	6	8
Coimbra	0	1	1
C. Branco	5	1	6
Faro	4	3	7
Guarda	22	36	58
Leiria	14	49	63
Lisboa	28	32	60
Porto	0	1	1
Santarém	0	1	1
Setúbal	10	8	18
Porto	0	1	1
	90	144	234

Divisão por Género e por Distrito





Distrito	Fem	Masc	Total
Aveiro	4	16	20
Açores	0	1	1
Beja	0	1	1
Braga	3	14	17
Bragança	1	2	3
C. Branco	3	5	8
Coimbra	3	14	17
Évora	2	3	5
Faro	1	10	11
Guarda	0	2	2
Madeira	0	0	0
Leiria	13	24	37
Lisboa	9	63	72
Portalegre	1	5	6
Porto	6	41	47
Santarém	10	15	25
Setúbal	1	10	11
V. Castelo	1	1	2
Vila Real	0	0	0
Viseu	1	3	4
TREINADORES FEDERADOS:	59	230	289

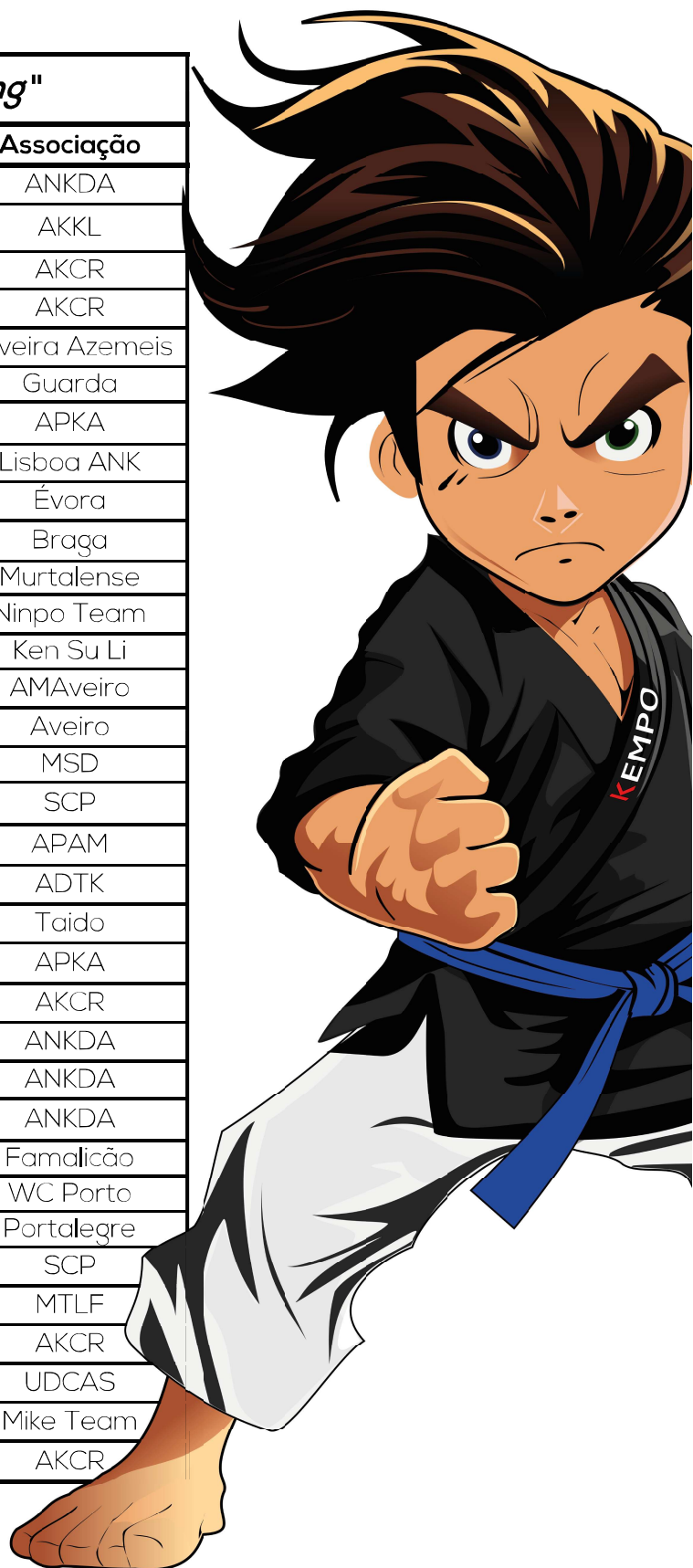
Plano de Formação 2025/2028

Previsão do número total por época de treinadores formados

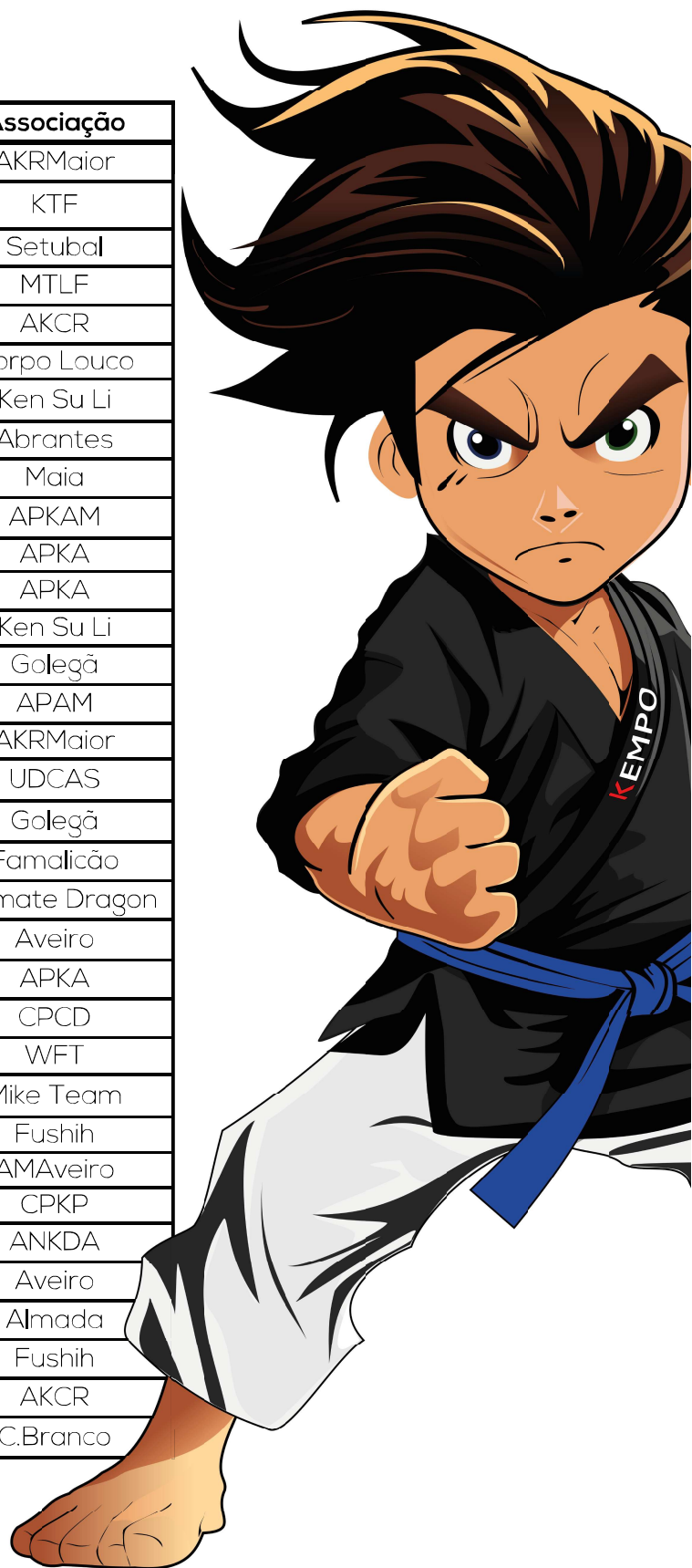
	2025	2026	2027	2028	2024 Valor atual
Treinadores Grau 1	404	455	500	550	349
Treinadores Grau 2	152	153	185	230	123
Treinadores Grau 3	16	45	45	70	16

TREINADORES EM "good standing"

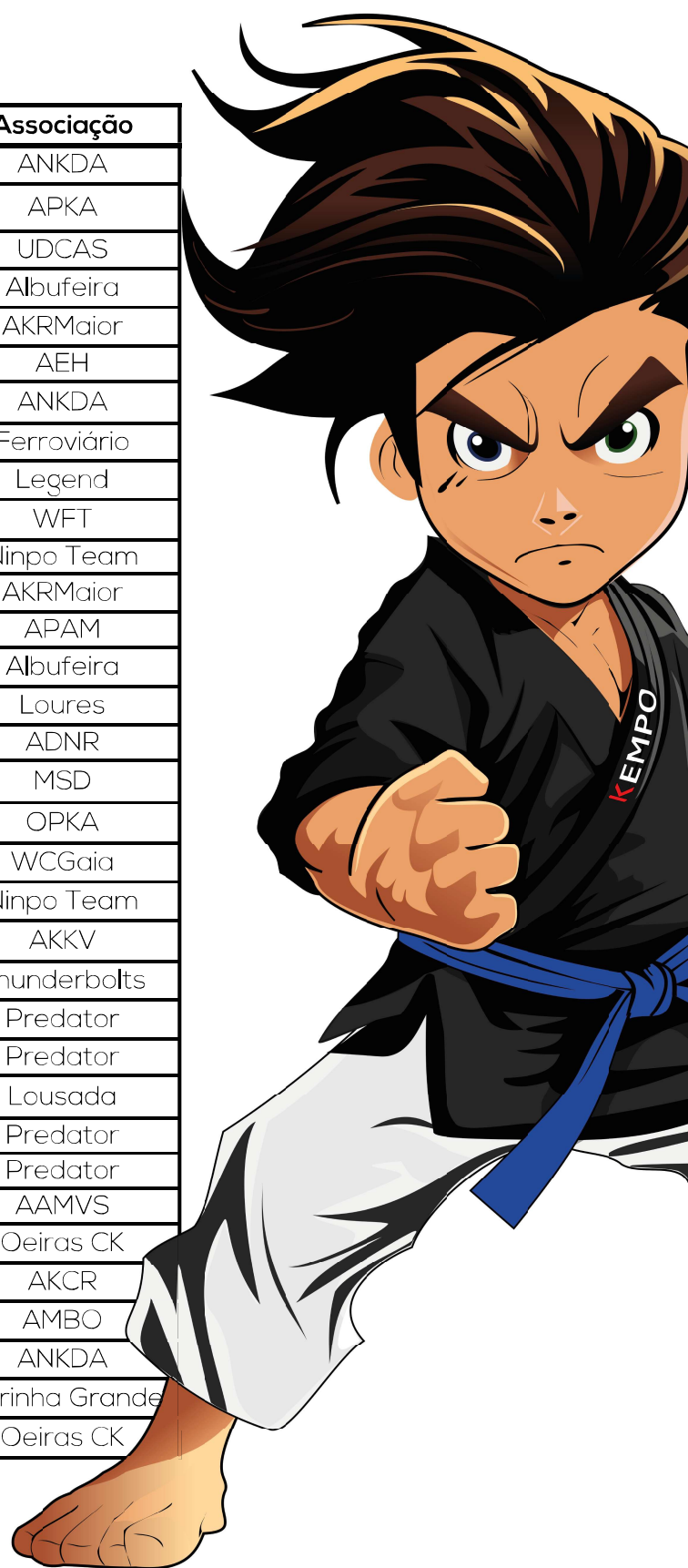
Nome	Grau 3	Grau 2	Grau 1	Associação
Adriana Marinho			2025	ANKDA
Afonso Martins			2025	AKKL
Afonso Morais			2024	AKCR
Afonso Santos			2019	AKCR
Agostinho Oliveira			2015	Oliveira Azemeis
Alcindo Henriques	2024	2015	2012	Guarda
Alexandre Ribeiro		2025	2021	APKA
Ana Freitas			2025	Lisboa ANK
Ana Sampaio		2017	2015	Évora
Anabela Macieira			2021	Braga
André Anjos	2024	2022	2017	Murtalense
André Bondarenko			2025	Ninpo Team
André Dias			2024	Ken Su Li
André Doutor			2025	AMAveiro
André Prior			2019	Aveiro
Angelo Manuel			2024	MSD
António Albuquerque			2025	SCP
António Alves			2022	APAM
António Concelo		2025	2021	ADTK
António Ferreira			2025	Taido
António Lopes			2021	APKA
António Nunes		2015	2012	AKCR
António Oliveira			2017	ANKDA
António Sousa			2025	ANKDA
Arlindo Carvalho			2025	ANKDA
Armando Alves		2015	2012	Famalicão
Aurélio Marques		2017	2012	WC Porto
Avelino Crespo		2025	2024	Portalegre
Barbara Silva			2022	SCP
Beatriz Amorim			2019	MTLF
Beatriz Clemente	2026	2024	2019	AKCR
Beatriz Marques			2024	UDCAS
Beatriz Costa			2021	Mike Team
Beatriz Silva			2022	AKCR



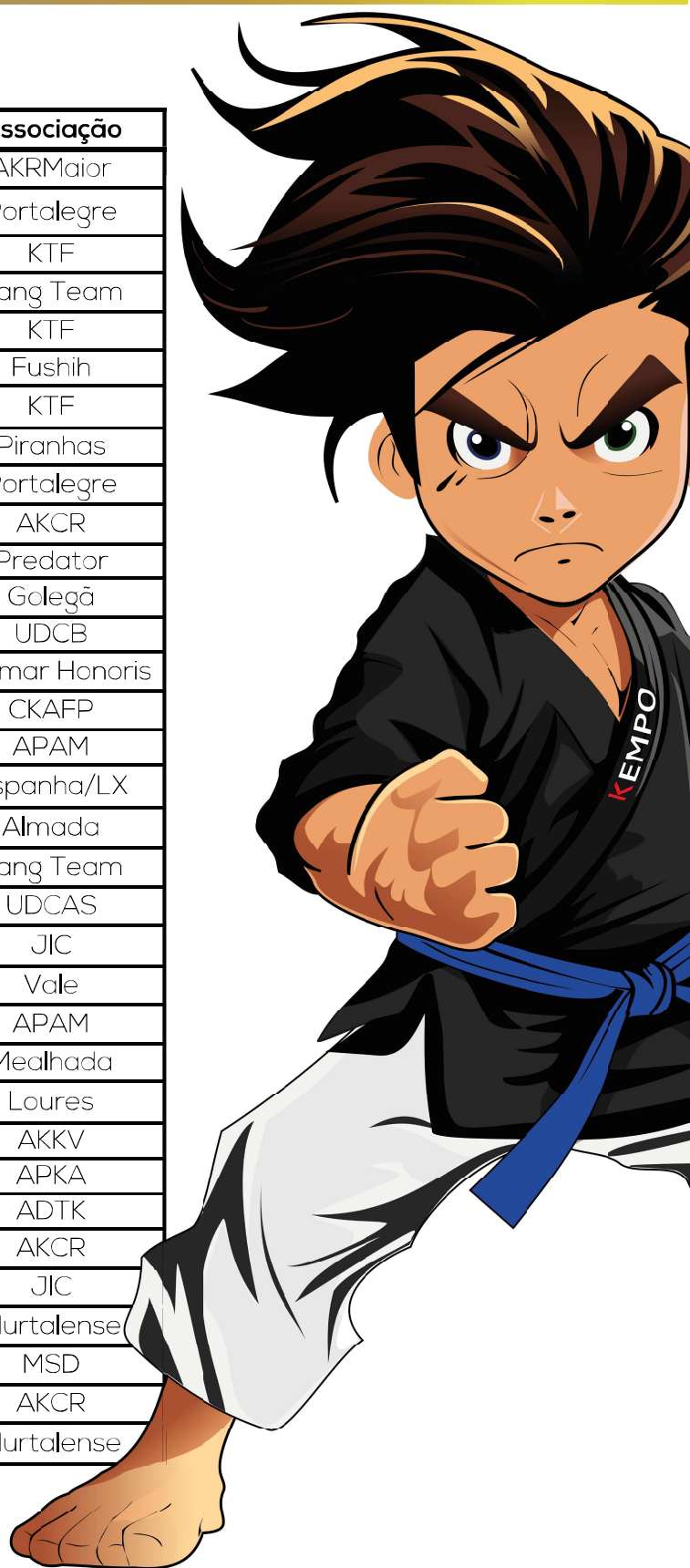
Nome	Grau 3	Grau 2	Grau 1	Associação
Beatriz Simão			2019	AKRMaior
Bruno Almeida			2021	KTF
Bruno Marinheiro			2025	Setubal
Bruno Marques			2025	MTLF
Bruno Rebelo	2024	2015	2003	AKCR
Bruno Suzano			2025	Corpo Louco
Candido Villar		2025	2021	Ken Su Li
Carla Ferreira			2025	Abrantes
Carlos A. Dias			2021	Maia
Carlos Branco		2024	2021	APKAM
Carlos Costa		2025	2022	APKA
Carlos Costa		2025	2021	APKA
Carlos Dias		2025	2023	Ken Su Li
Carlos Gonçalves			2024	Golegã
Carlos Tavares		2015	2003	APAM
Carlota Soares			2019	AKRMaior
Carolina Fonseca		2025	2019	UDCAS
Catarina Oliveira			2025	Golegã
Cidália Silva			2015	Famalicão
Cristiana Pacheco			2025	Ultimate Dragon
Daniela Santos		2024	2019	Aveiro
Daniela Simões			2025	APKA
David Marques			2025	CPCD
David Seabra			2025	WFT
Diana Silva		2024	2021	Mike Team
Diogo Baraça			2024	Fushih
Diogo Doutor			2025	AMAVEIRO
Diogo Cabral			2025	CPKP
Diogo Costa			2025	ANKDA
Diogo Henriques	2024	2015	2012	Aveiro
Diogo Ribeiro			2025	Almada
Diogo Santos			2024	Fushih
Diogo Tomás			2024	AKCR
Duarte Guimarães			2022	C.Branco



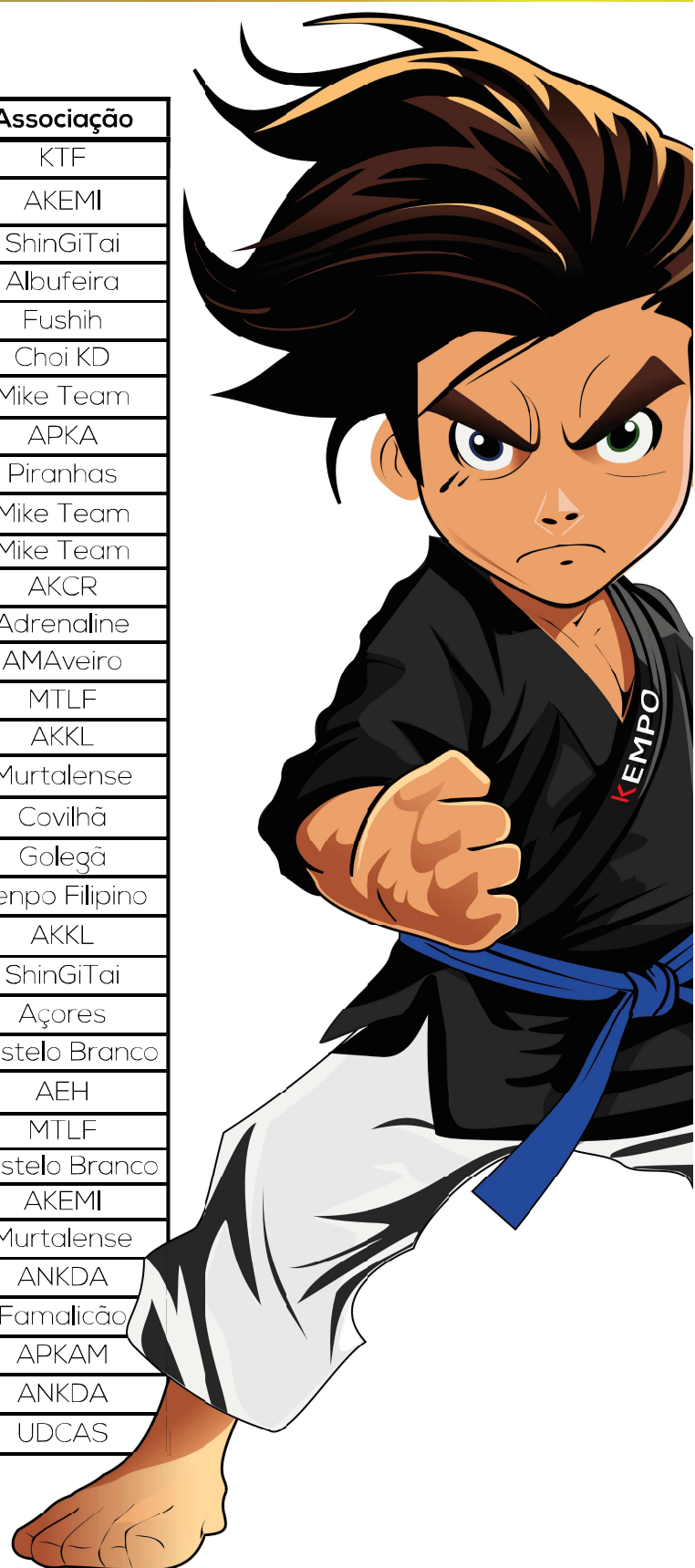
Nome	Grau 3	Grau 2	Grau 1	Associação
Duarte Simões			2021	ANKDA
Eduardo Martins			2021	APKA
Erica Aleixo		2025	2022	UDCAS
Fábio Douglas			2025	Albufeira
Fátima Duarte			2019	AKRMaior
Fernando Brecha		2015	2012	AEH
Fernando Carvalho			2021	ANKDA
Fernando da silva			2021	Ferroviário
Fernando Leite	2024	2022	2015	Legend
Fernando Seabra		2024	2019	WFT
Filipe Leandro	2024	2015	2012	Ninpo Team
Filipe Noronha	2024	2022	2017	AKRMaior
Filipe Pinto		2021	2015	APAM
Flávio Alexandre		2024	2017	Albufeira
Flávio Barata			2021	Loures
Francisca Duarte			2022	ADNR
Francisco Abreu			2024	MSD
Francisco Pereira	2026	2024	2021	OPKA
Francisco Silva			2017	WCGaia
Gabriel Afonso			2021	Ninpo Team
Gonçalo Carvalho			2025	AKKV
Gonçalo sousa		2022	2015	Thunderbolts
Helder Castro		2022	2015	Predator
Helder Marques			2024	Predator
Helder Moreira		2015	2012	Lousada
Helder Moreira			2025	Predator
Helder Rodrigues			2025	Predator
Helder Sousa		2015	2012	AAMVS
Helder Sousa			2025	Oeiras CK
Helena Agostinho			2021	AKCR
Hernani Silva		2015	2012	AMBO
Hugo Carvalho			2017	ANKDA
Hugo Matos			2019	Marinha Grande
Hugo Sousa			2025	Oeiras CK



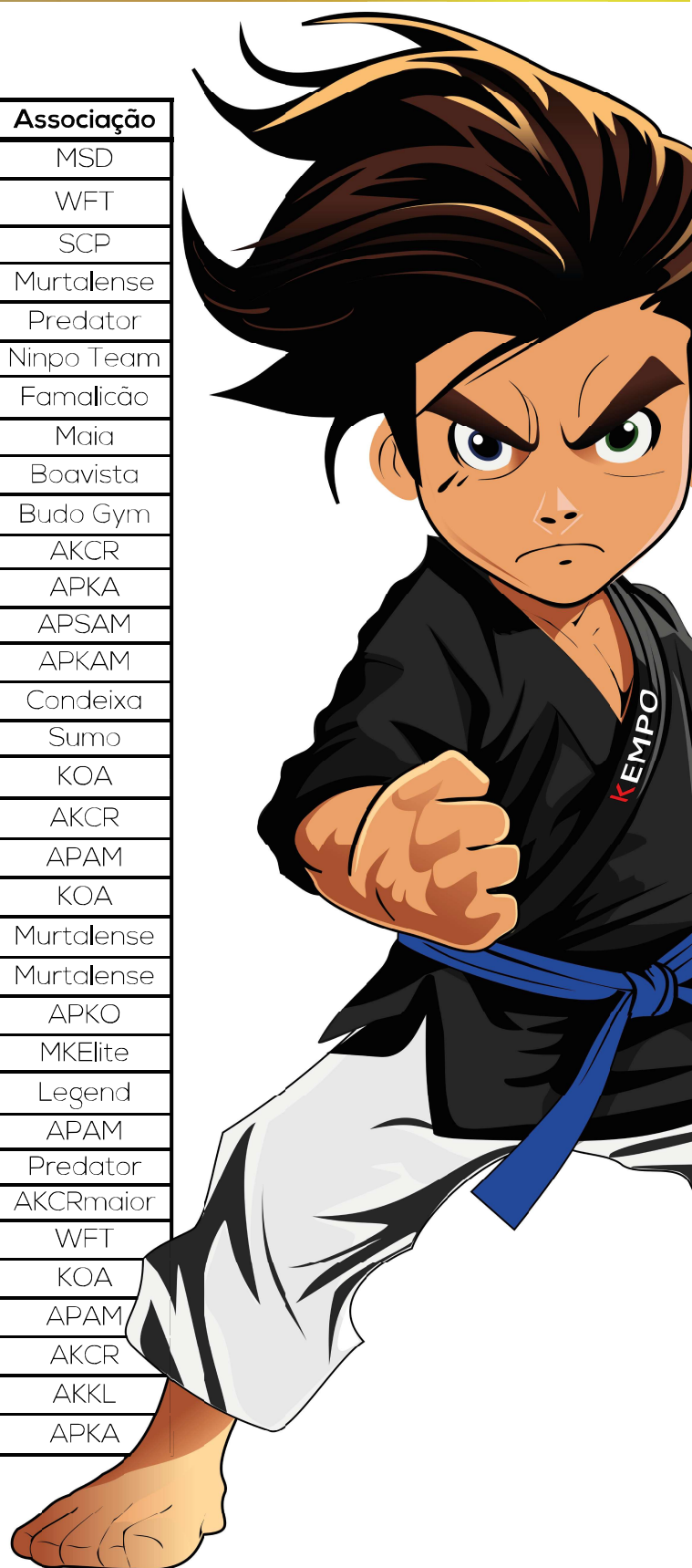
Nome	Grau 3	Grau 2	Grau 1	Associação
Humberto Santo	2024	2015	2012	AKRMAior
Inês Ribeiro		2025	2023	Portalegre
Ivo Cardoso	2026	2024	2021	KTF
Ivo Furtado		2015	2012	Yang Team
Ivo Rodrigues			2025	KTF
Ivone Rei			2024	Fushih
Jefferson Moreira			2025	KTF
João André			2025	Piranhas
João Becken			2021	Portalegre
João Colaço	2026	2025	2019	AKCR
João Costa			2025	Predator
João Ferrão			2024	Golegã
João M. Costa		2025	2021	UDCB
João Oliveira		2025	2017	Thomar Honoris
Joaquim Pimenta		2024	2021	CKAFP
Jorge Belinha		2015	2012	APAM
Jorge sanz			2025	Espanha/LX
Jorge Sousa	2024	2017	2015	Almada
José Alcaravela			2015	Yang Team
José Aleixo			2025	UDCAS
José Almeida		2022	2015	JIC
José Domingos		2026	2021	Vale
José Loureiro			2015	APAM
José Mota		2025	2021	Mealhada
José Pisa			2021	Loures
José cardoso			2025	AKKV
José simões			2025	APKA
Laura Cardoso			2021	ADTK
Leonardo Ribeiro	2026	2024	2021	AKCR
Leonor Lobo			2021	JIC
Lino Tavares	2024	2017	2012	Murtalense
Luis Abreu		2025	2024	MSD
Luis Agostinho			2021	AKCR
Luis Dias			2021	Murtalense



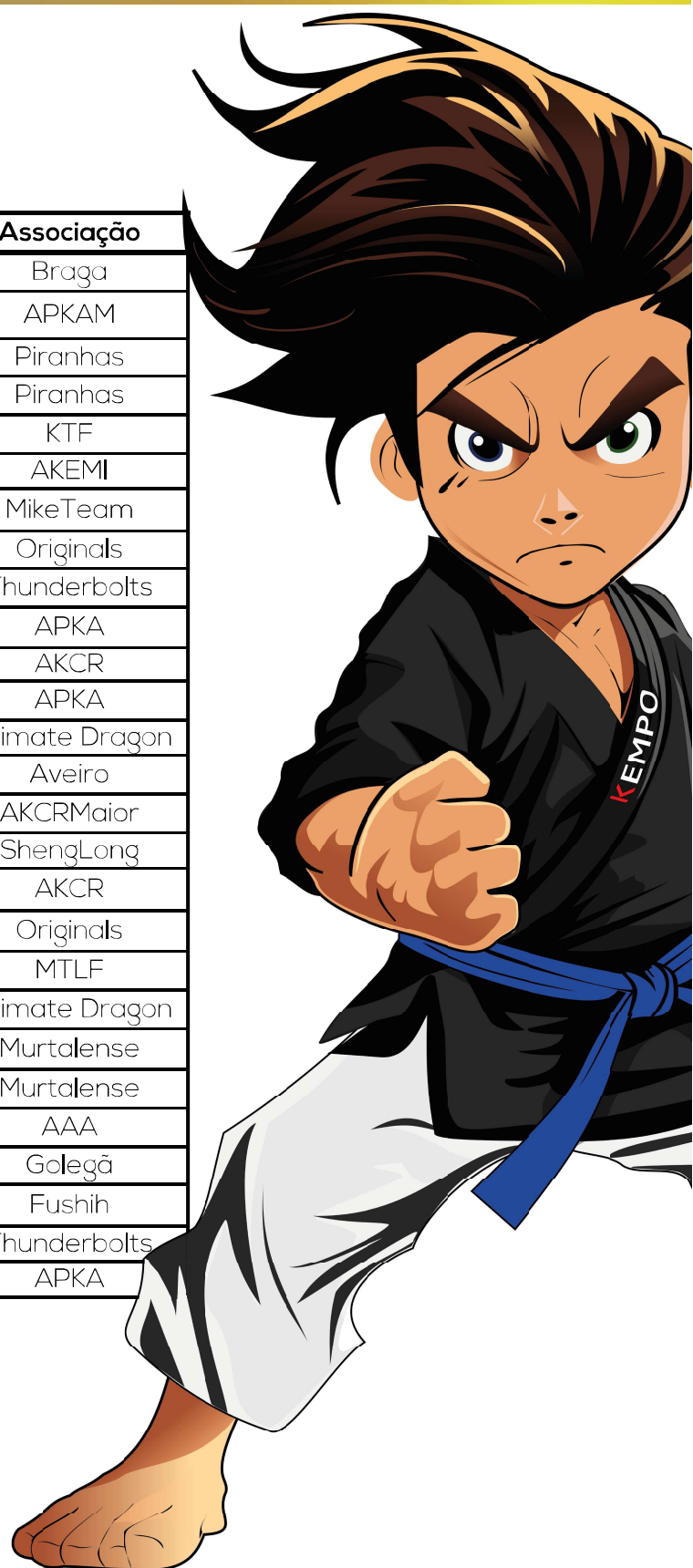
Nome	Grau 3	Grau 2	Grau 1	Associação
Luis Ferreira			2021	KTF
Luis Morais		2025	2021	AKEMI
Luis Otéro		2024	2021	ShinGiTai
Luis Silva	2024	2017	2012	Albufeira
Luis Tavares		2024	2021	Fushih
Luisa zacarias		2025	2021	Choi KD
Manuel Moutinho		2024	2021	Mike Team
Manuel P. Mole			2021	APKA
Marco Carvalho	2026	2024	2019	Piranhas
Marcos Costa		2025	2023	Mike Team
Marcos Machado		2024	2021	Mike Team
Maria Baptista	2024	2017	2015	AKCR
Maria Beijinha		2024	2019	Adrenaline
Maria M. Lopes			2021	AMAVEIRO
Mariana Martins			2025	MTLF
Mariana Santos			2024	AKKL
Mariana Simões			2025	Murtalense
Marina Cardona			2025	Covilhã
Mário Alves	2026	2024	2021	Golegã
Mário Antunes		2025	2021	Kenpo Filipino
Mário Marques		2022	2015	AKKL
Mário S. Santos		2024	2022	ShinGiTai
Mário Silva			2021	Açores
Marisa Cotrim			2015	Castelo Branco
Martim Antunes		2025	2021	AEH
Michael Ferreira		2024	2019	MTLF
Mikael Pires		2022	2015	Castelo Branco
Nelson Aguiar			2025	AKEMI
Nelson Cavaleiro			2021	Murtalense
Nelson Rocha			2025	ANKDA
Nuno Alves			2025	Famalicão
Nuno Andrade	2024	2017	2012	APKAM
Nuno Fonseca			2025	ANKDA
Nuno Grilo	2024	2022	2017	UDCAS



Nome	Grau 3	Grau 2	Grau 1	Associação
Nuno Inácio			2024	MSD
Nuno Moreira			2021	WFT
Nuno Silva		2024	2019	SCP
Nuno Sousa		2022	2017	Murtalense
Nuno Teixeira		2022	2015	Predator
Oswald Rico			2021	Ninpo Team
Paulo Arantes			2025	Famalicão
Paulo Correia			2015	Maia
Paulo Cruz		2015	2012	Boavista
Paulo Neiva		2015	2012	Budo Gym
Paulo Silva			2022	AKCR
Paulo Silvestre		2025	2021	APKA
Paulo Sousa		2015	2012	APSAM
Pedro Delicado		2022	2017	APKAM
Pedro Domingues			2019	Condeixa
Pedro Duarte Rodrigues		2022	2017	Sumo
Pedro Gonçalves			2025	KOA
Pedro S Martins			2022	AKCR
Pedro Pinto			2015	APAM
Pedro Rodrigues		2024	2021	KOA
Pedro Teixeira			2024	Murtalense
Pedro Valido			2021	Murtalense
Rafael Maia			2025	APKO
Raimundo Batista		2024	2019	MKElite
Raul Silva			2025	Legend
Ricardo Almeida			2019	APAM
Ricardo Fonseca		2024	2015	Predator
Ricardo Henriques			2021	AKCRmaior
Ricardo Oliveira	2026	2024	2021	WFT
Rita Henriques			2021	KOA
Rita Tavares		2022	2015	APAM
Rodrigo Batista			2025	AKCR
Rodrigo Fidalgo			2025	AKKL
Rodrigo Rodrigues			2025	APKA



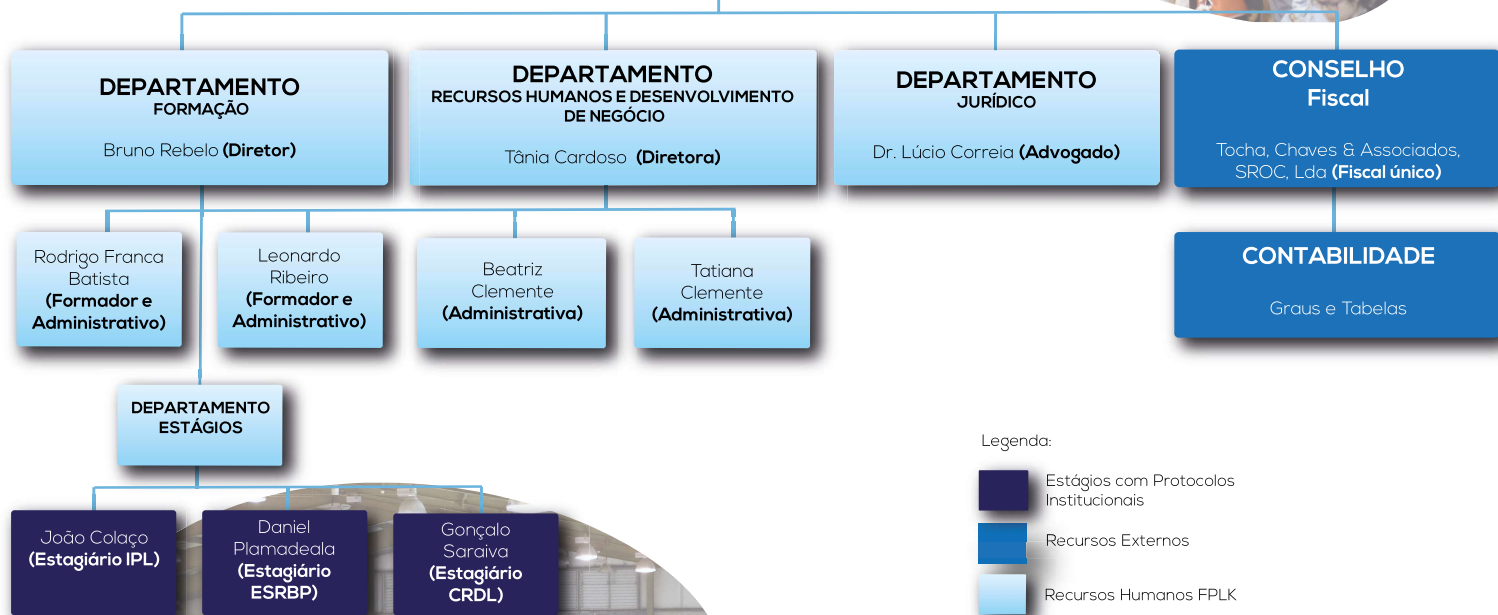
Nome	Grau 3	Grau 2	Grau 1	Associação
Rogério Macieira		2024	2021	Braga
Rogério Romeira			2021	APKAM
Ruben Pascoal			2021	Piranhas
Ruben Pires			2015	Piranhas
Rui Ridrigues		2024	2021	KTF
Rui Araujo	2024	2022	2015	AKEMI
Rui Almeida		2025	2021	MikeTeam
Rui Pires		2017	2012	Originals
Rui Soares		2015	2012	Thunderbolts
Sara Costa		2025	2024	APKA
Sara Quaresma			2025	AKCR
Sara Rodrigues			2025	APKA
Saul Coelho			2025	Ultimate Dragon
Sofia Nogueira		2026	2015	Aveiro
Sofia Rosa			2021	AKCRMaior
Steven Coelho		2021	2017	ShengLong
Tatiana Clemente	2026	2024	2019	AKCR
Telma Fernandes			2021	Originals
Tiago Lourenço			2019	MTLF
Tiago Mendes	2024	2017	2015	Ultimate Dragon
Tiago Santos			2021	Murtalense
Tiago Soares			2021	Murtalense
Valter Cruz			2021	AAA
Vera Oliveira			2025	Golegã
Vitor Correia			2024	Fushih
Vitor Sousa		2015	2012	Thunderbolts
Xavier Fidalgo			2021	APKA





DIREÇÃO

Vera Maria e Silva de Sousa Rebelo (**Presidente**)
 Ana Sofia Silva Sampaio (**Vice-Presidente**)
 Ricardo Jorge Marcelino Alfaiate (**Tesoureiro**)
 Maria Højgaard-Pedersen Ladeira Baptista (**Secretária**)
 Luis Paulo Loureiro Agostinho (**Vogal**)
 Rui Fernando Costa Araújo (**Suplente**)



Legenda:

- Estágios com Protocolos Institucionais
- Recursos Externos
- Recursos Humanos FPLK

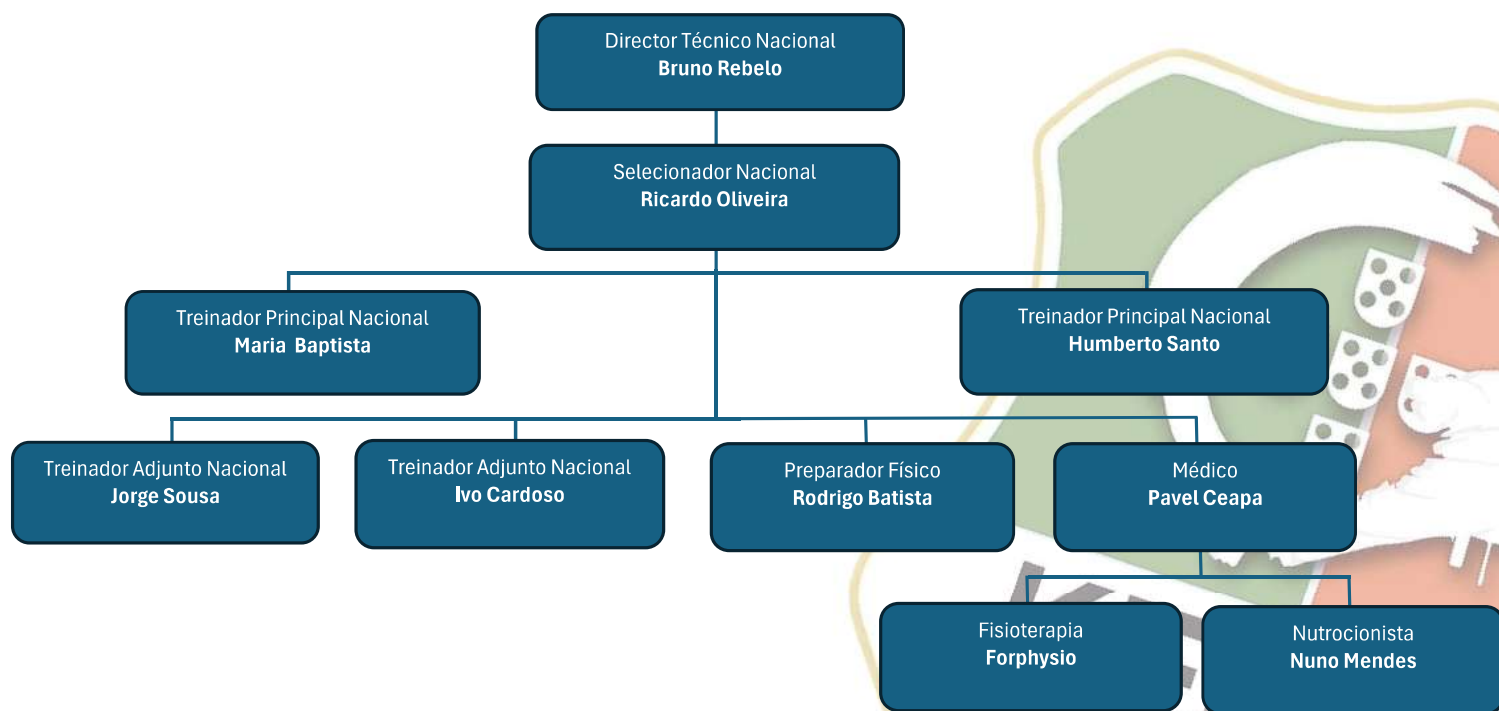


Funcionários a tempo inteiro: 8
Funcionários a tempo parcial: 1
Prestação de serviços: 3
Estágios Profissional IEFP: 1



DIRETOR TÉCNICO NACIONAL.....	1
SELECIONADOR NACIONAL.....	1
TREINADORES PRINCIPAIS.....	2
TREINADORES ADJUNTOS.....	2
PREPARADOR FÍSICO.....	1
MÉDICO.....	1
NUTRICIONISTA.....	1
FISIOTERAPEUTA.....	1
TOTAL.....	10

Organograma - Equipa Técnica - Seleção Nacional





Escalão	Idade	Masc.	Fem.	Total
Iniciados	8-10 anos	0	0	0
Juvenis	11-13 anos	0	4	4
Cadetes	14-15 anos	3	8	11
Júnior	16-17 anos	10	5	15
Sénior	18-29 anos	7	4	11
Masters	30-39 anos	1	0	1
Senior Masters	40+ anos	0	0	0
Kempo Adaptado	18+ - 40 anos	5	1	6
TOTAL				48





Listagem nominal da Seleção Nacional

1	Carolina Santo	AKCS	20/12/2013	10/12 anos	F
2	Ana Rita Maia	UDCAS	22/06/2013	10/12 anos	F
3	Beatriz Gomes	NAI	26/02/2013	10/12 anos	F
4	Eva Bernardo	KOA	21/04/2012	12/14 anos	F
5	Helena Barbosa	AKEMI	31/01/2012	12/14 anos	F
6	Emília Oliveira	PWF	13/02/2011	14/16 anos	F
7	Lara Rodrigues	AEMA	24/10/2011	14/16 anos	F
8	Carolina Xavier	KOA	12/09/2010	14/16 anos	F
9	Simão Domingues	ANP	23/11/2010	14/16 anos	M
10	Mariana Castro	NAI	07/01/2010	14/16 anos	F
11	Matilde Santos	AEMA	21/11/2010	14/16 anos	F
12	Gonçalo Monteiro	ADKT	26/02/2010	14/16 anos	M
13	Inês Mota	NAI	24/03/2010	14/16 anos	F
14	Guilherme Garção	CKAF-P	16/01/2009	16/18 anos	M
15	Gabriel Dias	Maia	21/07/2009	16/18 anos	M
16	Martim Espinheira	AEMA	4/10/2009	16/18 anos	M
17	Tomás Veiga	AEMA	30/05/2009	16/18 anos	M
18	Maria Máximo	AKCR	15/09/2008	16/18 anos	F
19	Tomás Gomes	AKEMI	03/05/2008	16/18 anos	M
20	Sabrina Costa	KTF	20/11/2009	16/18 anos	F
21	David Oliveira	PWF	11/04/2009	16/18 anos	M
22	Rúben Teixeira	WFT	01/02/2008	16/18 anos	M
23	Daniel Plamadéala	AKCR	18/06/2008	16/18 anos	M
24	Gonçalo Saraiva	AKCR	23/09/2007	16/18 anos	M
25	Maria Cardoso	AKCR	20/08/2009	16/18 anos	F
26	Luz Rodrigues	AKCR	19/11/2008	16/18 anos	F
27	André Pinto	KTF	31/01/2008	16/18 anos	M
28	Rafael Santo	AKCS	06/05/2008	16/18 anos	M
29	Rafael Lopes	ANKDA	4/06/2008	16/18 anos	M
30	Ângelo Fernandes	KTF	16/06/2007	16/18 anos	M





Listagem nominal da Seleção Nacional

31	Sofia Madureira	KTF	03/06/2008	16/18 anos	F
32	Filipa Silva	ADKT	13/08/2007	16/18 anos	F
33	Maria F Carvalho	CKAF-P	13/12/2006	18/21 anos	F
34	Rafael Prior	PWF	25/07/2006	18/21 anos	M
35	Adriana Marinho	ANKDA	18/09/2007	18/21 anos	F
36	Diogo Tomás	AKCR	04/07/2005	18/21 anos	M
37	André Doutor	AMA	27/09/2005	18/21 anos	M
38	Duarte Ferreira	AKKL	28/10/2005	18/21 anos	M
39	Maria M ^a Lopes	AMA	20/11/2003	21/38 anos	F
40	Joana Mortágua	AKCC	26/07/2001	21/38 anos	F
41	João Tomás	AKCR	01/06/2002	21/38 anos	M
42	Marco Carvalho	PWF	28/04/1988	21/38 anos	M
43	Ana Jerónimo	CERCIG	ADAPTADO	21/38 anos	F
44	Emanuel Santinho	CERCIG	ADAPTADO	21/38 anos	M
45	João Garcia	CERCIG	ADAPTADO	21/38 anos	M
46	Licínio Grenho	CERCIG	ADAPTADO	21/38 anos	M
47	Rafael Dantas	CERCIG	ADAPTADO	21/38 anos	M
48	Sérgio Miguel	CERCIG	ADAPTADO	21/38 anos	M



**ALTO RENDIMENTO
KEMPO PORTUGAL**

Listagem nominal dos atletas com regime de
Alto Rendimento

Nome do Praticante	Nível	Data Nasc.	Idade
Ângelo Rafael Azevedo Fernandes	A	16/06/2007	18
André Lopes Pinto	A	31/01/2008	17
André Ramos Doutor	A	27/09/2005	19
Daniel Plamadela	A	18/06/2008	17
Joana Sofia Monteiro Mortágua	A	26/07/2001	24
João Guilherme Soares da Silva Colaço Tomás	A	01/06/2002	23
Maria Manuel Barbosa Cruz Pinto Lopes	A	20/11/2003	21
Rafael Figueiredo Santo	A	06/05/2008	17
Rúben Martim da Silva Teixeira	A	01/02/2008	17
Sofia Vieira de Castro Pinto de Madureira	A	03/06/2008	17
Susana Filipa Ferreira Silva	A	23/08/2007	17
Diogo André Soares da Silva Colaço Tomás	C	04/07/2005	20
Maria Fortunato Carvalho	C	13/12/2006	18
Maria Travassos Cardoso	C	20/08/2009	15
Mariana Cunha e Castro	C	07/01/2010	15
Simão Domingues	C	23/11/2010	14
Total de atletas: 16			



Plano de Atividades

Plano de Atividades

Organização de Quadros Competitivos Nacionais

Nome da Prova	Datas	Nº Dias	Nº praticantes	Organização	Atribuição de Títulos Nacionais
Taça Disciplina de Formação Ricardo Silva	31/jan	1	400	FPLK	SIM
Campeonato Regional Norte - Pleno	21/fev	2	500	FPLK / AK Norte	NÃO
Campeonato Regional Centro/Sul - Pleno	28/fev	1	500	FPLK / AKCR	NÃO
Campeonato Regional Norte	21/22-março	2	500	FPLK / AK Norte	NÃO
Campeonato Regional Centro/Sul	28/29-março	1	500	FPLK / AKCR	NÃO
Campeonato Nacional de Kempo Gladiadores	11/abr	1	200	FPLK	SIM
Campeonato Nacional de Formação	02/mai	1	400	FPLK	SIM
Campeonato Nacional Disciplinas de Pleno	03/mai	1	400	FPLK	SIM
Campeonato Nacional Juvenis/Júniore/Séniore	30/31-maio	2	400	FPLK	SIM
Gala GFC - Santo Tirso	13/jun	1	100	FPLK /GFC	NÃO
Gala Open Sul - Olhão	27/jun	1	100	FPLK /Ninpo	NÃO
Taça de Kenpo Americano	04/jul	1	200	FPLK / APKA	NÃO
Gala GFC 9 - Guimarães	11/jul	1	100	FPLK /GFC	NÃO
Open Kempo UDCAS	19/set	1	300	FPLK /ANKDA	NÃO
Gala GFC 10 - Fafe	10/out	1	100	FPLK /GFC	NÃO
5ª Taça Semi Kempo Challenge	17/out	1	300	FPLK/PWF	NÃO
Taça de Portugal	14/15-novembro	2	1.000	FPLK	SIM
Rio Tinto Open Cup	28/nov	1	250	FPLK/ANKDA	NÃO



Plano de Atividades

ORGANIZAÇÃO DE QUADROS COMPETITIVOS INTERNACIONAIS

Nome da Prova	Data	Tipo	Disciplina	Escalões	Género
World League - All-Star Cup - Irão	14/17-janeiro	Circuito Mundial (Fase Final)	Combate	Júnior, Sénior	M/F
22º Campeonato do Mundo - Turquia	21 a 26 de abril	Circuito Mundial (Fase Final)	Formas e Combate	Júnior, Sénior, Veteranos	M/F
Taça Internacional - Chequia	12/14 jun	Circuito Mundial	Formas e Combate	Todos	M/F
Nordic Open - Suécia	26 de setembro	Circuito Mundial	Formas e Combate	Todos	M/F
Taça do Mundo - Tunísia	28 a 31 de outubro	Circuito Mundial	Formas e Combate	Todos	M/F
Kempo-Elite Open CUP - Espanha	7 e 8 de novembro	Circuito Mundial	Formas e Combate	Todos	M/F
World League - All-Star Cup - Argentina	19/21 nov	Circuito Mundial	Combate	Todos	M/F
Taça Internacional Kempo - Líbano	21 e 22 nov	Circuito Mundial	Formas e Combate	Todos	M/F
Taça Internacional Kempo - UWSKF	4 a 6 de dezembro	Circuito Mundial	Formas e Combate	Júnior, Sénior, Veteranos	M/F



Plano de Atividades

PROGRAMA DAS AÇÕES DE PREPARAÇÃO/ESTÁGIOS



Nº Ação	Ação de Preparação	Dimensão	Disciplina	Escalação	Género	Datas		Local	Nº Elementos
						Início /	Fim		
1	Treino nacional Seleção	Nacional	Formas/ Combate	Juvenis, Cadetes, Júnior, Sénior, Veteranos	Ambos	10/01/2026	10/01/2026	Marco Canaveses	42
2	Treino Seleções Regionais	Regional	Formas/ Combate	Juvenis, Cadetes, Júnior, Sénior, Veteranos	Ambos	14/02/2026	14/02/2026	4 Centros regionais	70
3	Treino nacional de Seleção	Nacional	Formas/ Combate	Juvenis, Cadetes, Júnior, Sénior, Veteranos	Ambos	14/03/2026	14/03/2026	Leiria	42
4	Treino Seleções Regionais	Regional	Formas/ Combate	Juvenis, Cadetes, Júnior, Sénior, Veteranos	Ambos	18/04/2026	18/04/2026	4 Centros regionais	70
5	Treino nacional de Seleção	Nacional	Formas/ Combate	Juvenis, Cadetes, Júnior, Sénior, Veteranos	Ambos	09/05/2026	09/05/2026	Guarda	42
6	Treino Seleções Regionais	Regional	Formas/ Combate	Juvenis, Cadetes, Júnior, Sénior, Veteranos	Ambos	20/06/2026	20/06/2026	4 Centros regionais	70
7	Estágio Técnico Nacional	Nacional	Formas/ Combate	Juvenis, Cadetes, Júnior, Sénior, Veteranos	Ambos	04/09/2026	06/09/2026	Albufeira	42
8	Treino Seleções Regionais	Regional	Formas/ Combate	Juvenis, Cadetes, Júnior, Sénior, Veteranos	Ambos	03/10/2026	03/10/2026	4 Centros regionais	70
9	Treino nacional de Seleção	Nacional	Formas/ Combate	Juvenis, Cadetes, Júnior, Sénior, Veteranos	Ambos	07/11/2026	07/11/2026	Caldas da Rainha	42

Plano de Atividades
**PROGRAMA DAS AÇÕES DE
AÇÕES DE FORMAÇÃO**

Nome da Ação	Datas	Nº Dias	Nº praticantes	Organização
Formação Complementar de Kempo	03 de janeiro	1	50	FPLK
Formação Nacional de Treinadores Arbitragem	10 de janeiro	1	100	FPLK
Formação Nacional de Árbitros	17 de janeiro	1	60	FPLK
Formação Internacional de Kempo - Kuwait	19 a 25 janeiro	6	300	FPLK
Formação Cintos Castanhos e Negros - Desportivo	17 de janeiro	1	100	FPLK
Formação Biomecânica do Kenpo	24 de janeiro	1	30	FPLK
Formação de Kenpo - ANKDA	7 de fevereiro	1	50	FPLK
Formação Nacional de Árbitros	7 de fevereiro	1	60	FPLK
Formação Nacional de Kempo Tradicional	7 de fevereiro	1	100	FPLK
Formação Nacional de Árbitros - Kempo Gladiadores	14 de fevereiro	1	30	FPLK
Formação Internacional de Kempo - Tunísia	12 e 15 fevereiro	3	500	FPLK
Curso de Treinadores de Kempo G1 - C. Específica	07 e 08 de março	2	30	FPLK
Formação Cintos Castanhos e Negros - Tradicional	07 de março	1	100	FPLK
Formação Complementar de Kempo	14 de março	1	50	FPLK
Formação de Kempo Gladiadores	04 de abril	1	50	FPLK
Estágio Internacional de Kempo - Marrocos	08 a 13 de abril	5	300	FPLK
Curso de Treinadores de Kempo G1 - C. Específica	11 e 12 de abril	2	30	FPLK
Estágio Internacional de Kempo - GM Brian Fung	18 e 19 de abril	2	300	FPLK
Formação Cintos Castanhos e Negros - Desportivo	25 de abril	1	100	FPLK
Biomecânica do Kenpo 2 - IKKA	25 de abril	1	30	FPLK
Formação Nacional de Árbitros	09 de maio	1	80	FPLK
Formação Internacional de Kempo - Cabo Verde	09 a 15 de maio	7	300	FPLK
Formação Internacional de Desporto - TAFISA	13 a 17 de maio	5	5	FPLK
Formação Internacional de Desporto - SPORTACCORD	24 a 28 de maio	4	5	FPLK
Curso de Treinadores de Kempo G2 - C. Geral	01 de junho	1	30	FPLK
Curso de Treinadores de Kempo G3 - C. Geral	01 de junho	1	30	FPLK
Formação Nacional de Kempo Tradicional	6 de junho	1	100	FPLK
Formação Cintos Castanhos e Negros - Desportivo	7 de junho	1	100	FPLK
Estágio de Verão	20 de junho	1	500	FPLK
Estágio e Exames	04 e 05 julho	2	300	FPLK
Formação Complementar de Kempo Adaptado	11 de julho	1	100	FPLK
Formação Nacional de Árbitros	12 e 13 setembro	2	80	FPLK
Formação Nacional de Kempo Gladiadores	26 de setembro	1	50	FPLK
Formação Nacional de Kempo Tradicional	3 de outubro	1	100	FPLK

Plano de Atividades

PROGRAMA DAS AÇÕES DE AÇÕES DE FORMAÇÃO

Curso de Treinadores de Kempo G2 - C. Específica	2	10 e 11 outubro	30	FPLK
Curso de Treinadores de Kempo G3 - C. Específica	2	10 e 11 outubro	30	FPLK
Formação Internacional de Kempo Adaptado	1	24 de outubro	50	FPLK
Formação Internacional de Ética no Desporto	1	25 de outubro	50	FPLK
Formação Cintos Castanhos e Negros - Desportivo	1	31 de outubro	100	FPLK
Formação Nacional de Árbitros	1	7 de novembro	80	FPLK
Curso de Treinadores de Kempo G2 - C. Específica	2	21 e 22 de novembro	30	FPLK
Curso de Treinadores de Kempo G3 - C. Específica	2	22 e 22 de novembro	30	FPLK
Seminário Internacional de Kempo - Argélia	5	3 a 8 de dezembro	2.000	FPLK
Curso de Treinadores de Kempo G2 - C. Específica	2	5 e 6 de dezembro	30	FPLK
Curso de Treinadores de Kempo G3 - C. Específica	2	5 e 6 de dezembro	30	FPLK
Estágio Nacional de Natal	1	19 de dezembro	300	FPLK



Nome da Ação	Organização	Periodicidade (Seman)		Nº Dias (Anual)	Nº praticantes
Aulas de Kempo Adaptado	FPLK / AKCR / AERP	2	janeiro-dezembro	76	20
Aulas de Kempo Adaptado	FPLK / A KTF / AEJO	1	janeiro-dezembro	38	30
Aulas de Kempo Adaptado	FPLK / A KTF/ AIREDA	1	janeiro-dezembro	38	30
Aulas de Kempo Adaptado	FPLK / A KTF / SERSIGUI	1	janeiro-dezembro	38	40
Aulas de Kempo Adaptado	FPLK / A KTF/ SERSIFAFE	1	janeiro-dezembro	38	60
Aulas de Kempo Adaptado	FPLK / CKD / SERSIZIMBRA	5	janeiro-dezembro	190	175
Aulas de Kempo Adaptado	FPLK / ECA / SERSI GUARDA	1	janeiro-dezembro	38	30
Aulas de Kempo Adaptado	FPLK / AEH / Agrupamento Vasco Santana (Odivelas)	1	janeiro-dezembro	38	5
Aulas de Kempo Adaptado	FPLK / AEH / C. Maria Pia (Casa Pia) /C. Jacob	1	janeiro-dezembro	38	5
Aulas de Kempo Adaptado	FPLK/AAMA (Aveiro)	1	janeiro-dezembro	38	10
Aulas de Kempo Adaptado	FPLK/AKN (Porto)	1	janeiro-dezembro	38	2
Total de Aulas Lecionadas					608
Total de Praticantes de Kempo Adaptado					407



Orçamento de Rendimentos e Despesas

Orçamento de Rendimentos e Despesas

EXERCÍCIO 2026 ORÇAMENTO DE RENDIMENTOS 2026

Designação	Receitas Previstas (€)
Proveitos associativos	421 650 €
Taxas de inscrição em provas e campeonatos	160 000 €
Inscrições eventos e outras atividades	84 150 €
Quotas	125 000 €
Licenças	4 500 €
Exames Graduação	25 000 €
Formação	23 000 €
Proveitos suplementares	3 000 €
Patrocínios	3 000 €
Subsídios à exploração	219 000 €
Instituto Português do Desporto e Juventude - IPDJ, IP	
Atividades Regulares	153 000 €
Desporto para Todos (IPDJ / INR)	46 000 €
Formação	20 000 €
Outras entidades	110 548 €
Autarquias - Contrato de Desenvolvimento Desportivo . CMCR	70 000 €
Autarquias - Contrato Programa Patrocinio Desportivo FPLK- CMCR	30 000 €
Autarquias - Contrato Programa Apoio Federativo Desportivo - CMF	3 000 €
Donativos	7 548 €
Outros proveitos e ganhos operacionais	15 323 €
Outros proveitos	15 323 €
Total das Receitas para o exercício de 2026	769 521 €

Orçamento de Rendimentos e Despesas

EXERCÍCIO DE 2026

ORÇAMENTO DE DESPESAS 2026

Designação	Despesas Previstas (€)
Organização e gestão da federação	204 871 €
Desenvolvimento da atividade desportiva	217 150 €
Programa Nacional de Desporto para Todos	50 000 €
Seleções Nacionais e Alto Rendimento	224 500 €
Formação	73 000 €
Total das Despesas para o exercício de 2026	769 521 €

Orçamento de Rendimentos e Despesas

EXERCÍCIO DE 2026

ORÇAMENTO DO DESENVOLVIMENTO E PRÁTICA DESPORTIVA

ORGANIZAÇÃO E GESTÃO DA FEDERAÇÃO	204 871 €
--	------------------

Recursos Humanos	88 780 €
Diretor de operações	20 750 €
Diretor Recursos Humanos	21 230 €
Administrativa / Treinadora	17 500 €
Técnica / Instrutora	17 500 €
Jurídico	8 600 €
Seguros acidentes de trabalho	3 200 €

Recursos materiais e tecnológicos e Fornecimentos e serviços externos	116 091 €
Fornecimentos e Serviços	116 091 €
Trabalhos Especializados	1 000 €
Promoção e divulgação da modalidade	500 €
Conservação e reparação	2 500 €
Despesas bancárias	450 €
Ferramentas e utensílios	150 €
Material de Escritório	600 €
Combustíveis	800 €
Eletricidade	1 350 €
Honorários	3 000 €
Técnico Oficial de Contas	5 166 €
Revisor Oficial de Contas	3 395 €
Água	500 €
Deslocações e estadas	2 000 €
Rendas e alugueres	13 000 €
Comunicações	1 900 €
Seguros	800 €

Orçamento de Rendimentos e Despesas

Encargos com financiamentos	800 €
Donativos	3 000 €
Despesas de representação	15 000 €
Limpeza, higiene e conforto	1 500 €
Website programação	2 000 €
Apoio Jurídico	1 980 €
Vigilância e Segurança	1 000 €
Outros fornecimentos e serviços	500 €
Gastos de financiamento	1 000 €
Equipamento administrativo	2 000 €
Aquisição de viatura	50 000 €

DESENVOLVIMENTO DA ATIVIDADE DESPORTIVA **217 150 €**

Recursos humanos - DAD **29 050 €**

Diretor de Formação	8 750 €
Coordenadores Centros Federados Alto Rendimento Regionais	2 800 €
Técnico Treinador / Administrativo	17 500 €

Quadros competitivos nacionais sob a forma de concentração ou circuito nacional **81 500 €**

Campeonato Regional Centro/Sul	13 000 €
Campeonato Regional Norte	9 000 €
Taça Kempo Disciplinas de Formação	4 500 €
Campeonato Regional Centro/Sul - Pleno	3 000 €
Campeonato Regional Norte - Pleno	7 000 €
Campeonato Nacional Disciplinas de Pleno	5 000 €
Campeonato Nacional - Formação	6 000 €
Campeonato Nacional - Juvenis, Júniores e Séniores	9 000 €
Campeonato Nacional de Gladiadores	3 000 €
Open Semi Kempo Cup	1 000 €
Open UDCAS Cup	1 000 €
Challenge Cup	1 000 €
Galas GFC/Rio Tinto/Kempo Americano/3-A/Matosinhos	5 000 €
Taça de Portugal	14 000 €

Apoios ao desenvolvimento do desporto para pessoas com deficiência **10 000 €**

Kempo Adaptado	10 000 €
----------------	----------

Orçamento de Rendimentos e Despesas

Apoios ao desenvolvimento dos associados	5 000 €
Associação de Kempo do Norte	5 000 €
Outras despesas e aquisições de apoio ao projeto de desenvolvimento da atividade desportiva	79 600 €
Seguros desportivos	55 000 €
Filiações nacionais	1 500 €
Filiações internacionais	2 000 €
Reuniões Federações Internacionais	8 000 €
Equipamento básico desportivo DAD	5 000 €
Material Desportivo Graduações	8 000 €
Outras despesas	100 €
Projeto inovador do desenvolvimento da prática desportiva	10 000 €
Kempo Escolas	5 000 €
Girls Power	5 000 €
Ética no desporto	2 000 €
Ações de sensibilização	2 000 €
Programa Nacional de Desporto para Todos	50 000 €
Projeto Kempo Adaptado para Todos	50 000 €
SELEÇÕES NACIONAIS E ALTO RENDIMENTO	224 500 €
Seleções Nacionais - Preparação	60 000 €
Seleção Nacional	25 000 €
Rendas e alugueres	6 300 €
Alto Rendimento	8 000 €
Equipamentos	20 700 €

Orçamento de Rendimentos e Despesas

Seleções Nacionais - Competição	114 070 €
22º Campeonato do Mundo IKF - Turquia	27 500 €
Taça Internacional World League - Chéquia	22 500 €
Nordic Open - Suécia	12 000 €
Taça Internacional World League - Argentina	5 000 €
Taça do Mundo World League - Tunísia	29 070 €
Taça Internacional World League - Líbano	3 000 €
Taça Internacional World League - Irão	5 000 €
Taça Internacional UWSKF - Hungria	10 000 €
Enquadramento Humano - ARSN	32 430 €
Médicos / Fisioterapeuta	1 000 €
Selecionadores / Treinadores	10 000 €
Preparador Físico	21 230 €
Outros	200 €
Aquisição de equipamentos - ARSN	18 000 €
Material Desportivo Específico	3 690 €
Equipamentos Desportivo Oficial	12 000 €
Consumíveis Clínicos	1 300 €
Suplementação Desportiva	1 010 €

Orçamento de Rendimentos e Despesas

EXERCÍCIO DE 2026

ORÇAMENTO DE FORMAÇÃO 2026

Designação	Despesas Previstas (€)
Formação	
Arbitragem	
Formação de Árbitros Regionais	3 000 €
Formação de Árbitros Nacionais	3 000 €
Formação Internacional de Árbitros	3 000 €
Treinadores	
Formação de Treinadores Grau I / Grau II /Grau III	35 000 €
Formação TPTD	3 500 €
Formações Contínuas Regionais	3 000 €
Formações Contínuas Nacionais	3 000 €
Formações Contínuas Internacionais	12 000 €
Custos gerais	
Rendas e alugueres	7 500 €
Total das Despesas com formação 2026	73 000 €



FEDERAÇÃO PORTUGUESA
**LOHAN TAO
KEMPO**

Av. Infante D. Henrique N°2
2500-918 Caldas da Rainha
Telf: 262 096 109
www.fplk-kempoportugal.com