



Juegos Deportivos Nacionales
Alajuela 2010
Calendario Competencias
Karate Do



FEDERACIÓN COSTARRICENSE DE KARATE DO
FECOKA

PROGRAMA OFICIAL

JUEVES 21 DE ENERO DEL 2010

1:00-06:00 PM	Entrada de las Delegaciones Cantonales a las Villas
07:00-07:45 PM	Disponible para Entrenamiento de Grupo Cantonal
07:45-08:30 PM	Disponible para Entrenamiento de Grupo Cantonal
08:30-09:15 PM	Disponible para Entrenamiento de Grupo Cantonal
09:15-10:00 PM	Disponible para Entrenamiento de Grupo Cantonal
08:00-10:00 PM	Primer Opción de Pesaje Oficial de Competidores

VIERNES 22 DE ENERO DEL 2010

08:00-08:45 AM	Disponible para Entrenamiento de Grupo Cantonal
08:45-09:30 AM	Disponible para Entrenamiento de Grupo Cantonal
09:00-10:00 AM	Segunda Opción de Pesaje Oficial de Competidores
10:00-12:00 MD	Congresillo Técnico con Entrenadores y Delegados
01:00-01:45 PM	Disponible para Entrenamiento de Grupo Cantonal
01:45-02:15 PM	Disponible para Entrenamiento de Grupo Cantonal
02:15-03:00 PM	Disponible para Entrenamiento de Grupo Cantonal
03:00-03:45 PM	Disponible para Entrenamiento de Grupo Cantonal
03:45-04:30 PM	Disponible para Entrenamiento de Grupo Cantonal
01:00-04:30 PM	Exhibiciones por CCDRs para la Comunidad
05:00-6:00 PM	Seminario Reglas Competición para Competidores
07:30-09:00 PM	Taller Arbitraje (árbitros, entrenadores y asistentes)



Juegos Deportivos Nacionales
Alajuela 2010
Calendario Competencias
Karate Do



FEDERACIÓN COSTARRICENSE DE KARATE DO
FECOKA

SABADO 23 DE ENERO DEL 2010

08:00-09:00 AM Tercer Opción de Pesaje Oficial de Competidores

09:00-09:45 AM Kata Femenino: Pre-Juvenil

09:45-10:30 AM Kata Masculino: Prejuvenil

10:30-11:15 AM Kata Femenino: Juvenil

11:15-12:00 MD Kata Masculino: Juvenil

12:00-01:00 PM RECESO DE ALMUERZO

01:00-01:45 PM Kata Femenino: Sub-23

01:45-02:30 PM Kata Masculino: Sub-23

02:30-03:30 PM Inauguración (Desfile de Delegaciones Cantonales)

Palabras de Bienvenida

Juramentación

03:30-05:00 PM Kumite Pre-Juvenil Femenino

F-48 Kg, F-55 Kg, F-60 Kg, F+60 Kg

05:00-06:00 PM Kumite Juvenil Femenino

F-48 Kg, F-55 Kg, F-60Kg, F+60KG

06:00-07:00 PM RECESO DE CENA

07:00-10:00 PM Kumite Pre-Juvenil Masculino

M-45 Kg, M-50 Kg, M-55Kg, M-60Kg, M-65Kg,

M-70 Kg, M-75Kg, M-80 Kg, M+80 Kg



Juegos Deportivos Nacionales
Alajuela 2010
Calendario Competencias
Karate Do



FEDERACIÓN COSTARRICENSE DE KARATE DO
FECOKA

DOMINGO 24 DE ENERO DEL 2010

08:00-09:00 AM Cuarta Opción de Pesaje Oficial de Competidores

09:00-11:30 AM Kumite Juvenil Masculino

M-50Kg, M-55Kg, M-60Kg, M-65 Kg, M-70Kg,

M-75Kg, M-80 Kg, M+80 Kg

11:30-01:00 PM RECESO DE ALMUERZO

01:00-02:30 PM Kumite Sub-23 Femenino

F-48 Kg, F-55 Kg, F-60 Kg, F+60 Kg

02:30-06:00 PM Kumite Sub-23 Masculino

M-55Kg, M-60Kg, M-65Kg, M-70 Kg, M-75Kg,

M-80 Kg, M+80 Kg

06:00-07:30 PM Premiación de todas las Categorías

Declaración Mejor Atleta Femenino

Declaración Mejor Atleta Masculino

Declaración Cantón Ganador Femenino

Declaración Cantón Ganador Masculino

Cierre de Actividades

07:30 PM RECESO DE CENA

LUNES 25 DE ENERO DEL 2010

7:00-12:00 MD Salida de las Delegaciones Cantonales de las Villas