

PNFT_PRÉ-REQUISITOS ESPECÍFICOS



ARTES MARCIAIS E DESPORTOS DE COMBATE

Em constante atualização

MODALIDADE/DISCIPLINA/ESTILO	GRAU	PRÉ-REQUISITO ESPECÍFICO
Art Do	I	1.º Dan de Art Do
Artes Marciais Filipinas	I	Dayang (femininos) Lakan (masculinos)
Hapkido	I	2.º Kup de Hapkido
Kajukenbo	I	1.º Dan de Kajukenbo
Kung Do	I	1.º Dan de Kung Do
Shorinji Kempo	I	1.º Dan de Shorinji Kempo
Songahm	I	1.º Dan de Songahm

(Última atualização a 11-03-2026)