

## Curriculum desportivo

Nome	Fernando Suissas Carvalho
Morada	Oeiras
Data Nascimento	11.Outubro.1958
Início da prática do karate	1975 Judo Clube Portugal
Resultados Desportivos	1980 Campeão Nacional Karate Wado Ryu – APKW 1988 Seleção Nacional Karate - Federação Portuguesa Karate 1988 Participação Campeonato Europa – FPK 1989 Participação Torneio Internacional Madrid – FPK 1991, 1992, 1993 Seleccionador nacional karate wado ryu com participações em vários campeonatos Europa e Mundo
Graduação nível Técnico	1979 1º Dan (primeiro nível cinto negro) 1984 2º Dan (segundo nível cinto negro) 1991 3º Dan (terceiro nível cinto negro) 1997 4º Dan (quarto nível cinto negro)
Experiência ensino Karate	1978 Grupo Desportivo Banco Pinto Sotto Mayor – Lisboa 1983 Grupo Desportivo Banco Português Atlântico – Lisboa 1986 Ginásio Físico e Forma – Lisboa 1989 Ginásio Clube Português – Lisboa 1989 Responsável Técnico vários centros de Karate Norte a Sul de Portugal (Braga, Santarém, Ponte Sôr, Évora, Lisboa) 1993 Clube Desportivo Paço D’Arcos
Defesa Pessoal	Autor programa técnico Defesa Pessoal para Principiantes Participação regular em jornais nacionais diários “A Capital” e “Diário Popular” com rubricas acerca da Defesa Pessoal Responsável de vários cursos de Defesa Pessoal no CDPA Participação assídua em vários programas de Televisão Blog dedicado ao tema da defesa pessoal no Sapo.pt Responsável do site <a href="http://www.defesapessoal.com">www.defesapessoal.com</a> .
Livros publicados	<b>Iniciação ao Karate Wado Ryu</b> – 3000 exemplares vendidos <b>Defesa Pessoal para principiantes</b> – 2000 exemplares vendidos
Situação Actual	Instrutor Karate Clube Desportivo Paço D’Arcos com 4 classes etárias (a partir dos 3 anos) desde 1993.
Projectos	Divulgação da Defesa Pessoal ao grande público Apresentar o tema de forma simples com o objectivo de alertar para os problemas da segurança fundamentalmente na área da prevenção e treino de movimento de “fuga” Divulgação do Karate infantil, Juvenil e senior