



# FEDERAÇÃO PORTUGUESA ARTES MARCIAIS CHINESAS

Wushu/Kung Fu \* Taichi \* Qigong \* Sanda/Qingda

CAMPEONATO NACIONAL DE ARTES MARCIAIS CHINESAS ONLINE

## REGULAMENTO GERAL

### 1. Periodicidade

O Campeonato Nacional de Artes Marciais Chinesas Online para seniores e juniores, cadetes e infantis será realizado com periodicidade anual, sendo transmitido online através do site e redes sociais da FPAMC.

### 2. Curso de Juízes

Os cursos de juízes, para esta prova, poderão ser realizados de forma presencial, ou ONLINE, sendo os seus conteúdos afetos, em primeiro lugar, a este regulamento, e, em casos omissos aos demais regulamentos da FPAMC e IWuF pela ordem declarada.

### 3. Participação

Poderão participar no campeonato equipas de 20 atletas, por associação, desde que as mesmas associações tenham regularizadas todas as obrigações burocráticas e financeiras decorrentes de estatutos e regulamentos, bem como da regular atividade federativa.

1. Todos os atletas e juízes (*exceto juízes independentes convidados pela FPAMC*) deverão ter nacionalidade portuguesa (ou serem residentes legais com uma autorização de residência válida).
2. Todos os atletas deverão estar devidamente federados na FPAMC.
3. Todos os concorrentes deverão entregar a Declaração de Termo Responsabilidade. Para concorrentes menores de idade, os pais ou responsáveis legais deverão assinar o documento.
4. Todas as equipas e atletas deverão ter as respetivas inscrições na prova regularizadas, com os formulários eletrónicos próprios corretamente preenchidos, bem como efetivados os pagamentos das quotas de inscrição nas provas (25€ por equipa, 3€ por participação individual).

### 4. Composição da equipa

Um chefe de equipa (treinador detentor de TPTD válido), um líder de equipa, um a 20 atletas.



rua  
antónio  
pinto  
machado  
n.º 60  
4100-068 porto  
www.fpamc.com

## 5. Eventos de competição

Nota: Os conteúdos técnicos das provas online deverão ser baseados nos conteúdos de provas individuais de Wushu e Kung Fu apresentando, no caso do Wushu, elementos específicos obrigatórios definidos por este Regulamento. Incluirão também uma prova técnica, baseada em exercícios individuais em Saco, associados a treinos afetos à modalidade de Sanda.

1. No caso das provas individuais de Wushu, para infantis, cadetes e juniores, o conteúdo composto deverá ser extraído dos Tào Lù standard para as respetivas faixas etárias (por exemplo – formas 32 de Chang Quán – infantis, 1ª geração de Chang Quán – cadetes, 3ª geração Chang Quán – juniores, etc.), contendo pelos menos duas sequências de movimentos claramente identificáveis com os Tào Lù originais.
2. As provas de Tào Lù deverão ser de 35 a 45 segundos, sendo desclassificados atletas que façam provas fora dos tempos previstos.
3. As provas de Sanda, compostas por prestação técnica livre em Saco, suspenso ou de pé, deverão ter a duração mínima de 1 minuto e 30 segundos e máxima de 2 minutos, contados entre o primeiro contacto e a saudação final, sob penalização de 0,1 nos primeiros dois segundos fora do intervalo de tempo e de 0,2 a cada dois segundos de acréscimo, sobre a nota qualitativa final.
4. Escalões competitivos de Tào Lù:
  - a. Infantis (idades até 12 anos, masculino e feminino);
  - b. Cadetes (idades 13 – 15, masculino e feminino);
  - c. Juniores (idades 16 – 17, masculino e feminino);
  - d. Seniores (idades 18 – 35, masculino e feminino).
  - e. Veteranos (Idades superiores a 35 anos, masculino e feminino; escalão válido apenas para Kung Fu)
5. Escalões competitivos de Sanda (Saco individual):
  - a. Esperanças (idades até 17 anos, masculino e feminino);
  - b. Seniores (idades superiores a 17 anos, masculino e feminino).
6. Provas de Tào Lù de Wushu:
  - a. Changquan;
  - b. Daoshu;
  - c. Jianshu;
  - d. Qiangshu;
  - e. Gunshu;
  - f. Nanquan;
  - g. Nandao;
  - h. Nangun;

- i. Os vetores de competição de armas, em Wushu, poderão ser agrupados em “Armas Longas” e “Armas Curtas” considerando os critérios previstos na alínea “f” do número seguinte.

## 7. Provas de Tào Lù de Kung Fu:

- a. **Shàolín Quán/少林拳** (todos os estilos do sistema) – competição de formas ou coreografias tradicionais de **punhos e armas**;
- b. **Nán Quán/南拳** (Bái Méi Quán/白眉拳, Hóng Jiā Quán/洪家拳, Wǔ Zǔ Quán/五祖拳, Huáng Jiā Quán/皇家拳, Mò jiā quán/莫家拳, Cài Lǐ Fú Quán/蔡李佛拳, Liú Jiā Quán/刘家拳, Yú Mén Quán Děng/鱼门拳等, entre outros) – competição de formas ou coreografias tradicionais de **punhos e armas**;
- c. **Bāguà Zhǎng/八卦掌, Xíng Yì Quán/形意拳, Bā Zì Quán/八级拳** – competição de formas ou coreografias tradicionais de **punhos e armas**;
- d. **Yǒng Chūn/咏春(Wing Chun)** – competição de formas ou coreografias tradicionais de **punhos e armas**;
- e. **Outros estilos** (estilos não incluídos nas divisões anteriores, reconhecidos por aceitação de filiação das associações que os representam) – competição de formas ou coreografias tradicionais de **punhos e armas**;
- f. Sem prejuízo do disposto, a competição poderá ser tipologicamente dividida em Estilos do Sul, Estilos do Norte e Outros Estilos, ou ainda diversos tipos de competição considerados poderão ser agrupados sob novas nómimas, considerando os seguintes critérios:
  - i. Número de inscrições reduzido por tipo, menos do que 4 elementos, agrupando-se com o tipo caracterologicamente mais próximo possível;
  - ii. Número de inscrições reduzido no evento, menos de 25 elementos no escalão competitivo (Veteranos, Seniores ou Esperanças);
  - iii. Tipologia do evento competitivo.

## 6. Requisitos obrigatórios dos vetores

6.1 O Tàolù (套路) de Cháng Quán (长拳) terá de conter as seguintes técnicas obrigatórias:

Quán Fǎ (拳法)	Duas técnicas com Direto Horizontal (estocada) /Píng Chōng Quán (平冲拳).
Zhǎng Fǎ (掌法)	Bater/ Jī Zhǎng(击掌), Perfurar/ Cì Zhǎng (刺掌).
Gōu Fǎ (勾法)	Enganchar pela Esquerda/ Zuǒ Gōu (左勾) ou Enganchar pela Direita/ Yòu Gōu (右勾).
Zhǒu Fǎ (肘法)	Bater/ Dǐng zhǒu (顶肘).
Bù Xíng (步型)	Arco/ Gōng Bù (弓步), Queda/ Pú Bù (仆步) e falsa/ Xū Bù (虚步).

Tuǐ Fǎ (腿法)	Um Levantamento Frontal/ Zhèng Tī Tuǐ (正踢腿), um Pontapé de Mola ou Chicote/ Dàn Tuǐ (弹腿) e um Lateral/ Cè Chuài Tuǐ (侧踹腿).
Nándù (难度) - Tiào yuè (跳月) (Não obrigatório para os escalões de Infantis e Cadetes)	Pontapé de Lótus/ Téngkōng Bǎilián (腾空百联 - 324A) ou opcionalmente Pontapé de Tornado/ Xuànfēng Jiǎo (旋风脚- 323A) com rotação mínima a 360 graus para uma posição fixa (Cavalo/ Mǎbù (馬步, +1A), Arco/ Gōng Bù (弓步, +7A).  Téngkōng Fēi Jiǎo (腾空飞脚 - 312A) para Dúlì Bù (獨立步, +3A) com pontapé e apoio em equilíbrio pela mesma perna, ou para Sentado em Pernas Cruzadas/ Zuò pán bù (坐盘步, +6A).

6.2 O Tàolù (套路) de Nán Quán (南拳) de Wushu terá de conter as seguintes técnicas obrigatórias:

Quán Fǎ (拳法)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Punho Balanceado/ Pāo Quán (抛拳),</li> <li>• Direto Horizontal (estocada)/ Píng Chōng Quán (平冲拳),</li> <li>• Punho Pendurado/ Guà Gài Quán (挂盖拳).</li> </ul>
Zhǎo Fǎ (爪法)	Garra de Tigre/ Hǔ Zhǎo (虎爪)
Qiáo Fǎ (桥法)	Ponte Rolante / Gǔn Qiáo (滚桥)
Bù Xíng (步型)	Cavalo/ Mǎbù (馬步), Borboleta/ Dié Bù (蝶步), Falsa/ Xū Bù (虚步), Passos da Fénix / Qílín Bù (麒麟步).
Tuǐ Fǎ (腿法)	Pontapé Agulha Horizontal ou Circular/ Héng Dīng Tuǐ (横钉腿).
Nándù (难度) - Tiào yuè (跳月) (Não obrigatório para os escalões de Infantis e Cadetes)	Pontapé de Lótus/ Téngkōng Bǎilián (腾空百联 - 324A) ou opcionalmente Pontapé de Tornado/ Xuànfēng Jiǎo (旋风脚- 323A) com rotação mínima a 360 graus para uma posição fixa (Cavalo/ Mǎbù (馬步, +1A), Borboleta/ Dié Bù (蝶步, +2A).  Téngkōng Fēi Jiǎo (腾空飞脚 - 312A) para Dúlì Bù (獨立步, +3A) com pontapé e apoio em equilíbrio pela mesma perna.

6.3 O Tàolù (套路) de Dāo Shù (刀术) terá de conter pelo menos as seguintes técnicas, ou elementos obrigatórios:

Dào Fǎ (刀法)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrelaçar (esq.)/ Chán Tóu (缠头),</li> <li>• Envolver (dir.)/ Guǒ Nǎo - (裹脑),</li> <li>• Corte Vertical Descendente/ Pī Dāo (劈刀),</li> <li>• Corte lateral/ Zhǎn Dāo (斩刀),</li> <li>• Espetar/ Zhā Dāo (扎刀),</li> <li>• Figura oito/ Bèi Huā Dāo (背花刀).</li> </ul>
Bù Xíng (步型)	Arco/ Gōng Bù (弓步), Queda/ Pú Bù (仆步) e falsa/ Xū Bù (虚步).
Nándù (难度) - Tiào yuè (跳月) (Não obrigatório para os escalões de Infantis e Cadetes)	<p>Pontapé de Lótus/ Téngkōng Bǎilián (腾空百联 – 324A) ou opcionalmente Pontapé de Tornado/ Xuànfēng Jiǎo (旋风脚– 323A) com rotação mínima a 360 graus para uma posição fixa (Cavalo/ Mǎbù (馬步, +1A), Arco/ Gōng Bù (弓步, +7A).</p> <p>Téngkōng Fēi Jiǎo (腾空飞脚 - 312A) para Dúlì Bù (獨立步, +3A) com pontapé e apoio em equilíbrio pela mesma perna, ou para Sentado em Pernas Cruzadas/ Zuò pán bù (坐盘步, +6A).</p>

#### 6.4. O Tàolù (套路) de Jiàn Shù (剑术) terá de conter pelo menos as seguintes técnicas:

Jiàn Fǎ (剑法)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Espetar Horizontal/ Cì Jiàn (刺剑),</li> <li>• Fig. 8 Ascendente/ Guà Jiàn (挂剑),</li> <li>• Espetar ou Estocar Descendente/ Diǎn Jiàn (点剑),</li> <li>• Corte Vertical Descendente/ Pī Jiàn (劈剑),</li> <li>• Corte Lateral/ Jié Jiàn (劈剑),</li> <li>• Figura Oito Descendente/ Jiǎn Wàn Huā (撩剑).</li> </ul>
Bù Xíng (步型)	Arco/ Gōng Bù (弓步), Queda/ Pú Bù (仆步) e falsa/ Xū Bù (虚步).
Nándù (难度) - Tiào yuè (跳月) (Não obrigatório para os escalões de Infantis e Cadetes)	<p>Pontapé de Lótus/ Téngkōng Bǎilián (腾空百联 – 324A) ou opcionalmente Pontapé de Tornado/ Xuànfēng Jiǎo (旋风脚– 323A) com rotação mínima a 360 graus para uma posição fixa (Cavalo/ Mǎbù (馬步, +1), Arco/ Gōng Bù (弓步, +7A).</p> <p>Téngkōng Fēi Jiǎo (腾空飞脚 - 312A) para Dúlì Bù (獨立步, +3A) com pontapé e apoio em equilíbrio pela mesma perna, ou para</p>

	Sentado em Pernas Cruzadas/ Zuò pán bù (坐盤步, +6A).
--	--

6.5. O Tàolù (套路) de Nán Dāo (南刀) terá de conter pelo menos as seguintes técnicas:

Nán Dāo Fǎ (南刀法)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrelaçar (esq.)/ Chán Tóu (纏頭),</li> <li>• Envolver (dir.)/ Guǒ Nǎo - (裹腦),</li> <li>• Corte Vertical descendente/ Pī Dāo (劈刀),</li> <li>• Corte lateral apoiado ou fatiar/ Mǒ Dāo (抹刀),</li> <li>• Parada na vertical ou bloquear/ Gé Dāo (格刀),</li> <li>• Intersetar/ Jié Dāo (截刀),</li> <li>• Ceifar ou varrer/ Sǎo Dāo (扫刀),</li> <li>• Figura 8 ascendente (uppercut)/ Jiǎn Wàn Huā Dāo (剪腕花刀).</li> </ul>
Zhǎo Fǎ (爪法)	Garra de Tigre/ Hǔ Zhǎo (虎爪)
Bù Xíng (步型)	Cavalo/ Mǎbù (馬步), Borboleta/ Dié Bù (蝶步), Falsa/ Xū Bù (虛步), Passos da Fénix / Qílín Bù (麒麟步).
Nándù (难度) - Tiào yuè (跳月) (Não obrigatório para os escalões de Infantis e Cadetes)	<p>Pontapé de Lótus/ Téngkōng Bǎilián (騰空百聯 - 324A) ou opcionalmente Pontapé de Tornado/ Xuànfēng Jiǎo (旋風脚- 323A) com rotação mínima a 360 graus para uma posição fixa (Cavalo/ Mǎbù (馬步, +1A), Borboleta/ Dié Bù (蝶步, +2A).</p> <p>Téngkōng Fēi Jiǎo (騰空飛脚 - 312A) para Dúlì Bù (獨立步, +3A) com pontapé e apoio em equilíbrio pela mesma perna.</p>

6.6. O Tàolù (套路) de Gùn Shù (棍術) terá de conter pelo menos as seguintes técnicas:

Gùn Fǎ (棍法)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Golpe Vertical Descendente ou Talhar/ Pī Gùn (劈棍),</li> <li>• Levantar do solo ou estocar ascendente/ Bēng Gùn (崩棍),</li> <li>• Rodar a ponta/ Jiǎo Gùn (绞棍),</li> <li>• Varrer horizontal/ Píng Lūn Gùn (平抡棍),</li> <li>• Espetar/ Chuō Gùn (戳棍),</li> <li>• Figura oito descendente/ Wǔhuā Gùn (舞花棍),</li> </ul>
-------------	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Figura 8 ascendente/ Tí Liāo Huā Gùn (提撩花棍)</li> </ul>
Bù Xíng (步型)	Arco/ Gōng Bù (弓步), Queda/ Pú Bù (仆步) e falsa/ Xū Bù (虚步).
Nándù (难度) - Tiào yuè (跳月) (Não obrigatório para os escalões de Infantis e Cadetes)	<p>Pontapé de Lótus/ Téngkōng Bǎilián (腾空百联 – 324A) ou opcionalmente Pontapé de Tornado/ Xuànfēng Jiǎo (旋风脚– 323A) com rotação mínima a 360 graus para uma posição fixa (Cavalo/ Mǎbù (馬步, +1A), Arco/ Gōng Bù (弓步, +7A).</p> <p>Téngkōng Fēi Jiǎo (腾空飞脚 - 312A) para Dúlì Bù (獨立步, +3A) com pontapé e apoio em equilíbrio pela mesma perna, ou para Sentado em Pernas Cruzadas/ Zuò pán bù (坐盤步, +6).</p>

6.7. O Tàolù (套路) de Qiāng Shù (枪术) terá de conter pelo menos as seguintes técnicas:

Qiāng Fǎ (枪法)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Desvio lateral/ Lán Qiāng (拦枪),</li> <li>Desvio medial/ Ná Qiāng (拿枪),</li> <li>Espetar/ estocar ascendente/ Bēng Qiāng (崩枪),</li> <li>Espetar horizontal/ Zhā Qiāng (扎枪),</li> <li>Espetar/ estocar descendente/ Diǎn Qiāng (点枪),</li> <li>Figura oito descendente/ Wǔ Huā Qiāng (舞花枪),</li> <li>Uppercut com o cabo/ Tiāo Bǎ Qiāng (挑把枪).</li> </ul> <p>(Conjunto de três Lán Qiāng, Ná Qiāng, Zhā Qiāng consecutivos).</p>
Bù Xíng (步型)	Arco/ Gōng Bù (弓步), Queda/ Pú Bù (仆步) e falsa/ Xū Bù (虚步).
Nándù (难度) - Tiào yuè (跳月) (Não obrigatório para os escalões de Infantis e Cadetes)	<p>Pontapé de Lótus/ Téngkōng Bǎilián (腾空百联 – 324A) ou opcionalmente Pontapé de Tornado/ Xuànfēng Jiǎo (旋风脚– 323A) com rotação mínima a 360 graus para uma posição fixa (Cavalo/ Mǎbù (馬步, +1), Arco/ Gōng Bù (弓步, +7A).</p> <p>Téngkōng Fēi Jiǎo (腾空飞脚 - 312A) para Dúlì Bù (獨立步, +3A) com pontapé e apoio em equilíbrio pela mesma perna, ou para Sentado em Pernas Cruzadas/ Zuò pán bù (坐盤步, +6A).</p>

6.8. O Tàolù (套路) de Nán Gùn (南棍) terá de conter pelo menos as seguintes técnicas:

Nán Gùn Fǎ (南棍法)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Talhar, ou Golpe ~vertical Descendente/ Pī Gùn (劈棍),</li> <li>• Levantar, Inclinar ou Endireitar Ascendente/ Bēng Gùn (崩棍),</li> <li>• Rodar a Ponta, ou Enrolamento Horizontal/ Jiǎo Gùn (绞棍),</li> <li>• Espetar horizontal/ Gǔn Yā Gùn (滚压棍),</li> <li>• Bloquear ou Defesa Vertical/ Gé Gùn (格棍),</li> <li>• Batida lateral ou Golpe Horizontal/ Jī Gùn (击棍),</li> <li>• Levantar e estacar/ Dǐng Gùn (顶棍),</li> <li>• Atirar (Uppercut)/ Pāo Gùn (抛棍).</li> </ul>
Zhǎo Fǎ (爪法)	Garra de Tigre/ Hǔ Zhǎo (虎爪)
Bù Xíng (步型)	Cavalo/ Mǎbù (馬步), Borboleta/ Dié Bù (蝶步), Falsa/ Xū Bù (虚步), Passos da Fénix / Qílín Bù (麒麟步).
Nándù (难度) - Tiào yuè (跳月) (Não obrigatório para os escalões de Infantis e Cadetes)	<p>Pontapé de Lótus/ Téngkōng Bǎilián (腾空百联 – 324A) ou opcionalmente Pontapé de Tornado/ Xuànfēng Jiǎo (旋风脚– 323A) com rotação mínima a 360 graus para uma posição fixa (Cavalo/ Mǎbù (馬步, +1A), Borboleta/ Dié Bù (蝶步, +2A).</p> <p>Téngkōng Fēi Jiǎo (腾空飞脚 - 312A) para Dúlì Bù (獨立步, +3A) com pontapé e apoio em equilíbrio pela mesma perna.</p>

6.9 As provas de Tào Lù serão avaliadas por um painel de juizes composto por pelo menos: dois juizes do painel A (Qualidade de Movimentos), dois juizes do painel B (Prestação Global) e pelo menos um juiz do painel C (Elementos de Dificuldade) que fará a sua avaliação sobre a execução de elementos de dificuldade juntamente com o Chefe de Juizes; No Tào Lù de Kung Fu, bem como nas execuções em Saco (Sanda) haverá apenas, um número mínimo de dois juizes do painel A, dois juizes do painel B, supervisionados pelo Chefe de Juizes.

6.10 Não deverá haver deduções por falta de gritos (*fasheng*) em Nanquan, Nandao e Nangun.

6.11 A execução livre de Saco em Sanda deverá conter pelo menos as seguintes técnicas:

Tuǐ Fǎ (腿法)	Pontapé Frontal com Calcanhar/ Dēng Tuǐ (蹬腿)
	Pontapé Lateral/ Cè Chuài Tuǐ (侧踹腿)
	Pontapé Circular ou Cruzado/ Héng tī tuǐ (横踢腿)

	Cauda Direta ou Lateral e Rotação/ Niǔzhuǎn Wài Bǎi Tuǐ (扭转外腿)
Shuāi Fǎ (摔)	Pelo menos uma técnica de projeção pelo membro inferior, simulada no saco.
Quán Fǎ (拳法)	Direto de punhos
	Gancho
	“Uppercut”
	Rotativo de Punho ou Chicote de Punho em rotação

## 6.12 Omissões:

- A omissão de técnicas obrigatórias tabeladas incorrerá na dedução de 0,2 pontos por cada técnica omissa.
- A ausência ou incumprimento dos elementos de dificuldade (323A, 324A e 312A) é considerado omissão dos mesmos, pelo que para além das deduções do painel C se somam no painel B os 0,2 de dedução por elemento incumprido ou ausência.
- As ligações (+1A, +2A, +3A, +6A, +7A) são deduzidas conforme regulamentos da IWuF.

## 7. Requisitos para a área de atuação

7.1 O tamanho da área não poderá exceder os 6m por 3m e não deverá ser constituída por tapetes, alcatifas de competição, ou tatami (pisos do tipo escritórios são aceitáveis). A altura do teto (pé direito) deverá ser de pelo menos 2,5 metros. A área deverá estar delimitada no chão (com giz, gesso, tiras de papel preso no chão, fita cola, etc). Os limites da área deverão estar visíveis de forma a ser possível aos juizes terem uma visão global e sem obstruções das provas.

Os vídeos poderão ser gravados no exterior ou em espaço fechado, sem violação dos regulamentos do espaço ou leis de distanciamento social, cumprindo com as orientações implementadas na região do atleta.

7.2 A superfície da área poderá ser terreno plano, relvado, piso de madeira, azulejos, piso cimentado ou em pedra. A presença de objetos estranhos em segundo plano será permitida, se não afetarem o desempenho do atleta.

7.3 As condições de iluminação deverão ser suficientes para os juizes poderem distinguir todas as fases dos movimentos. Caso contrário, se o nível de luz for baixo, a prova será rejeitada e o atleta desqualificado.

## 8. Requisitos para o atleta

8.1 Ao realizar a prova, o atleta deverá estar equipado de acordo com o regulamento da IWuF para as competições de Wushu, com exceção do caso do Kung Fu, onde deverá observar as regras de equipamento tradicional correspondente ao estilo ou escola respetivos.

8.2 O atleta deverá utilizar armas que respeitam o regulamento da IWuF para as competições de Wushu, ou no caso do Kung Fu, armas com configurações tradicionais características dos respetivos estilos ou escolas. No caso da prova de saco, deverá usar calção e camisola de manga curta ou de alças e luvas fechadas específicas para as disciplinas de Sanda ou Qinda, fazendo também a prova descalço.

8.3 Antes do início da prova, o atleta, de frente para a câmara, deverá proceder à saudação, anunciando distintamente, o seu nome, sobrenome e escola ou associação a que pertence. Após o final da prova, o atleta deverá novamente fazer a saudação.

8.4 O vídeo, que será carregado num endereço específico em drive que será partilhada, deverá ser nomeado da seguinte maneira: escola ou associação, nome completo do atleta, faixa etária. Por exemplo: Fénix Dourada\_Carlos Campos\_Seniores).

8.5 O vídeo deverá ser carregado na plataforma no horário discriminado no cronograma da competição. Por exemplo: das 8h00 às 10h00, dia 30 de novembro - horário que corresponde aos Seniores (femininos) - Changquan.

8.6 Ao enviar o vídeo mais cedo ou mais tarde do que o prazo definido, o atleta será desqualificado.

## 9. Requisitos para o vídeo

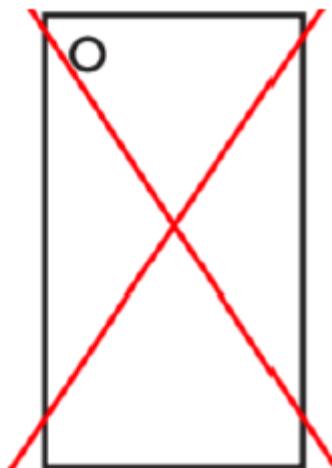
9.1 A gravação fornecida deverá ser feita via smartphone / câmara de vídeo, no formato Full HD 1920 x 1080 mp4, com uma frequência de 25 a 60 *frames* por segundo e com áudio.

9.2 O atleta deverá estar totalmente enquadrado. Não serão permitidas saídas do campo de visualização, de qualquer parte do corpo do atleta.

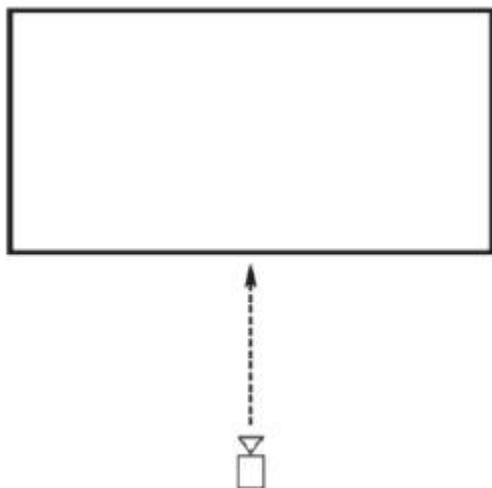
9.3 Acelerações, abrandamentos, uso de efeitos ou edição de vídeo, não serão permitidos.



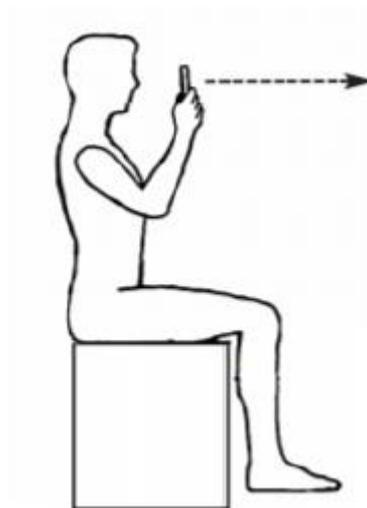
Orientação correta



Orientação incorreta

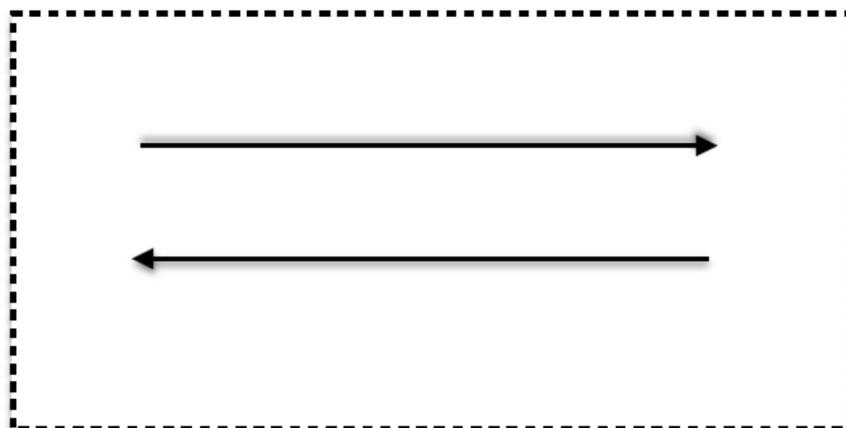


Posicionamento do operador de vídeo



Postura correta de filmagem

9.4 O smartphone deverá estar localizado ao nível da cabeça da pessoa sentada na cadeira (de forma a ficar semelhante à posição do juiz) (ver figura).



Sentido de deslocação aquando da prova (exceto para Bagua e outros estilos tradicionais)

## 10. Procedimentos do evento

10.1 Cada competidor poderá, no máximo, participar em:

1. Três vetores de wushu: 1 punhos, 1 armas curtas e 1 armas longas;
2. Dois vetores de Kung Fu: 1 punhos e 1 de armas;
3. Vetor de competição de saco (Sanda).

10.2 Não poderá haver mais do que 3 competidores (segundo divisão por escalão e género) a representar o mesmo clube, escola ou associação por vetor.

10.3 As classificações por equipas considerarão as pontuações previstas nos demais regulamentos das modalidades, segundo as seguintes divisões:

1. 3 pódios por clubes, escolas ou associações, em Wushu;
2. 3 pódios por clubes, escolas ou associações, em Kung Fu;
3. 3 pódios por clubes, escolas ou associações, em Sanda (saco performativo).

## 11. Métodos de pontuação

11.1 A pontuação total de cada prova será de 10 (dez) pontos.

11.2 Os juizes irão pontuar de forma independente com base na avaliação dos vídeos, postados na página criada para o efeito, e na ordem determinada pelo sorteio. Ao receber as pontuações dos juizes, o Juiz Chefe, se necessário, iniciará uma reunião com o painel de juizes via Plataforma "Skype" ou "Zoom".

11.3 As pontuações finais serão publicadas no site e facebook oficiais da FPAMC.

## 12. Prémios

Independentemente de um eventual layout virtual de atribuição de prémios (taças para equipas ou medalhas individuais), os prémios serão entregues às associações inscritas nas provas, para que os possam fazer também chegar aos atletas correspondentes.

## 13. Apelo

Qualquer apelo deverá ser enviado ao Júri de Apelo, o mais tardar, 30 minutos após o final do respetivo evento. O recurso será aceite apenas se estiver em conformidade com os «Regulamentos da FPAMC». Uma taxa de 100 € deverá ser paga juntamente com o pedido. Se o recurso for diferido, esse valor será devolvido ao solicitante.

Todas as equipas deverão respeitar e aceitar as decisões finais tomadas pelo Júri de Apelo.

Serão adotadas medidas rigorosas, de acordo com a gravidade da contestação, contra as equipas que causem qualquer protesto contra a decisão do Júri de Apelo.

As taxas dos pedidos de apelo deverão ser devidamente contabilizadas, registadas e serão despendidas para fins competitivos por decisão do Comitê Organizador. Cada clube poderá apresentar 2 pedidos de recursos dentro da competição.

## 14. Inscrições

1. Os formulários de inscrição online deverão ser preenchidos e submetidos até 30 de novembro. Os mesmos formulários estarão disponíveis a 15 de novembro, para que as associações possam iniciar o seu preenchimento.
2. **Nenhuma alteração ou entrada adicional será aceite após a data de encerramento das inscrições.**
3. Os sorteios serão feitos de forma automática pelo sistema de registo.

## 15. Comissão organizadora

A Comissão organizadora será composta por pelo menos dois elementos da direção da FPAMC, um elemento do conselho de arbitragem, o chefe de juizes e o juiz de recurso, sendo sempre constituída em número ímpar de elementos.



# FEDERAÇÃO PORTUGUESA ARTES MARCIAIS CHINESAS

*Wushu/Kung Fu \* Taichi \* Qigong \* Sanda/Qingda*

## 16. Considerações adicionais

Quaisquer omissões serão deliberadas segundo:

1. Demais regulamentos da FPAMC;
2. Por decisão da comissão organizadora.



rua  
antónio  
pinto  
machado  
n.º 60  
4100-068 porto  
[www.fpamc.com](http://www.fpamc.com)