

**2023**



**FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE  
ARTES MARCIAIS CHINESAS**

**FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE  
ARTES MARCIAIS CHINESAS**

**REGULAMENTO DE ARBITRAGEM DE SHUAI JIAO  
- SHUAI NA - TĪ Dǎ SHUĀI Nǎ**

## **REGULAMENTO DE ARBITRAGEM SHUAI JIAO - SHUAI NA - TĪ Dǎ SHUĀI Nǎ**

A Federação Portuguesa de Artes Marciais Chinesas – UPD tutela, em território nacional, por incumbência legal a prática, a promoção e o desenvolvimento técnico associados ao fenómeno desportivo em todas as vertentes de Artes Marciais Chinesas (AMC) e quaisquer desportos de combate, ou métodos de treino acoplados, com fundamentos histórico, geográfico e cultural em território chinês, do Wǔshù Moderno ao Kung Fu Tradicional, em transcrição oficial “Gōng Fu”, do Tàì Jí (Tai Chi) ao Bāguàzhǎng, do Shuāi Jiāo ao Qīn Na (Chin Na), do Qì Gong ao Nei Gong.

O presente regulamento pretende definir e regular tipológica, estrutural e funcionalmente a arbitragem e o árbitro de provas desportivas associadas à modalidade de Sǎndǎ nas disciplinas de combate de Shuāi Jiāo, Shuāi Nǎ e TĪ Dǎ Shuāi Nǎ.

Assim, no uso da competência prevista na alínea a) do nº 2 do artigo 41º do Decreto-lei nº 248-B/2008, de 31 de dezembro, alterado e republicado pelo Decreto-lei nº 93/2014, de 23 de junho, é instituído o seguinte Regulamento de Competição de Shuāi Jiāo, Shuāi Nǎ e TĪ Dǎ Shuāi Nǎ.

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE  
ARTES MARCIAIS CHINESAS

## Índice

Introdução .....	5
Capítulo I – Generalidades .....	6
Artigo 1º (Estrutura Física das Provas) .....	6
Artigo 2º (Júri da Competição).....	7
Artigo 3º (Deveres dos Árbitros e oficiais de registo).....	7
Capítulo II – Regras gerais para competição.....	10
Artigo 4º (Divisões da competição).....	10
Artigo 5º (Tipos de competição) .....	11
Artigo 6º (Limitações de participação) .....	12
Artigo 7º (Sorteios) .....	13
Artigo 8º (Presença para competição).....	13
Artigo 9º (Protocolo).....	13
Artigo 10º (Contagem de tempo e duração da prova).....	14
Artigo 11º (Pesagem) .....	14
Artigo 12º (Divulgação de classificações) .....	15
Artigo 13º (Colocação dos atletas e clubes na classificação final) .....	15
Artº 14 (Vestuário e Equipamento de Proteção).....	16
Artº 15 (Sinalização sonora e visual) .....	17
Artº 16 (Interrupção de um combate).....	17
Artº 17 (Métodos de ataque).....	18
Artº 18 (Outras disposições durante a competição).....	18
Capítulo III – Métodos de Avaliação para a competição .....	18
Artº 19 (Pontos possíveis) .....	18
Artº 20 (Apuramento de vencedores) .....	20
Artº 21 (Técnicas).....	20
Artº 22 (Faltas) .....	21
Capítulo IV – Gestuário e chamadas .....	21
Artº 23 (Chamadas e Gestos do Árbitro Central) .....	21
Capítulo V – Recursos .....	23
Artº 24 (Procedimentos de recurso).....	23
Capítulo VI – Seleção para nacionais .....	24
Artº 25 (Elementos selecionáveis) .....	24
Artº 26 (Processo de seriação).....	24

<b>ANEXO I .....</b>	<b>25</b>
<b>Estrutura Física para SJ, SN, TDSN .....</b>	<b>25</b>
<b>ANEXO II .....</b>	<b>26</b>
<b>Normas adicionais sobre protocolo .....</b>	<b>26</b>
<b>Saudação protocolar .....</b>	<b>26</b>
<b>Chamada de atletas à plataforma de competição.....</b>	<b>26</b>
<b>Sinalizar os assaltos .....</b>	<b>26</b>
<b>Preparar e iniciar combate .....</b>	<b>27</b>
<b>Parar o combate .....</b>	<b>27</b>
<b>Oito ou dez segundos de passividade .....</b>	<b>27</b>
<b>Indicação de ataque após passividade .....</b>	<b>28</b>
<b>Queda, queda primeiro e queda simultânea .....</b>	<b>28</b>
<b>Saída de um atleta, saída simultânea e chamadas à plataforma .....</b>	<b>28</b>
<b>Falta grave, falta leve e desqualificação .....</b>	<b>29</b>
<b>Pedido de assistência médica, e descanso ou ordem de retorno aos cantos .....</b>	<b>29</b>
<b>ANEXO III .....</b>	<b>30</b>
<b>Grelhas de competição.....</b>	<b>30</b>
<b>Grelha 2, 4, 8, 16 (replicar), 32 (replicar) atletas .....</b>	<b>30</b>
<b>Grelha para 3 atletas .....</b>	<b>31</b>
<b>Grelha para 6, 12, 24 atletas (replicar) .....</b>	<b>32</b>
<b>Grelha de registo para Árbitros de Canto ou Mesa Central.....</b>	<b>33</b>
<b>ANEXO IV .....</b>	<b>34</b>
<b>Equipamentos – proteções e colete de combate .....</b>	<b>34</b>
<b>Equipamentos – vestuário adicional .....</b>	<b>34</b>

## Introdução

Qín Ná (擒拿), literalmente agarrar ou segurar e controlar, embora incluindo técnicas de batida e pressão marcial de pontos de acupuntura – subdisciplina Diǎn mài (点脉), é uma componente técnica usada em quase todos os estilos de Artes Marciais Chinesas (AMC), sendo frequentemente combinada com o Shuāi Jiǎo (摔跤), técnica de luta chinesa, também esta incluída em todos os estilos e sistemas de AMC. Desta combinação tradicional e caracterizadora das AMC emerge a disciplina de combate desportivo Shuāi Ná (摔拿), desempenhada de pé ou no solo, caracterizada neste regulamento de competição.

Cronologicamente a origem do Shuāi Jiǎo (摔跤) é datada da idade do cobre, há pelo menos 4000 a.C. É considerado por determinados autores como o mais antigo estilo de prática sistematizada de artes marciais. A nómima " Shuāi Jiǎo " não era originalmente usada. Registos 角力 da dinastia Zhōu (1122 a 221 a.C.) nomeiam-na como " Jiǎo Lì " (角力), uma arte de luta usando técnicas de projeção típicas do Shuāi Jiǎo atual, em conjunto com golpes, bloqueios de articulações e ataques a pontos de acupuntura (segundo a fórmula típica das AMC, Tī Dǎ Shuāi Ná), praticada essencialmente no treino dos exércitos, onde ainda hoje, paralelamente ao Qín Ná, se constitui como componente curricular. Terá sido, neste formato (Tī Dǎ Shuāi Ná), a fundação da base de todos os estilos e sistemas atuais de AMC. Durante a Dinastia Qin, entre 221-206 a.C., o Shuāi Jiǎo era chamado de " Jiǎodǐ " (角抵) e era misturado com técnicas de envolvimento e condicionamento do oponente mais típicas do posterior Qín Ná. Em certos estilos de Shuāi Jiǎo estas técnicas são ainda observáveis. Durante a dinastia Qin, os combates arbitrados de Jiǎodǐ eram um espetáculo apreciado pela aristocracia chinesa. As primeiras competições de natureza desportiva tiveram origem nos primórdios da era cristã. Estas competições tiveram um pico de desenvolvimento durante a dinastia Sui (581 a 618 d.C.) chegando a durar mais de um mês, com a presença do imperador chinês. Durante o período Song (960 a 1279 d.C.), período de enorme desenvolvimento das AMC, em particular dos sistemas monásticos de Shàolín, é escrito um livro sobre luta, consagrado ao Shuāi Jiǎo, contemplando conteúdos como história, teorias e técnicas. Durante a dinastia Song regista-se também o início da prática do Shuāi Jiǎo pelas mulheres chinesas. Durante a dinastia Ming (1368 a 1644) o Shuāi Jiǎo influencia o aparecimento do Ju Jitso japonês, nomeadamente das escolas Kito Ryu e Yoshin Ryu. Durante a dinastia Qing (1644 a 1912) a luta era referida por várias designações, a saber: liaojiao, guanjiao, buku e jueji/jiaoli. O Shuāi Jiǎo foi disseminado pelo sistema educativo chinês, pelo governo republicado, por volta de 1928, sendo atualmente ainda componente curricular escolar. Foi também neste ano que foram criados os primeiros standards de competição, assim como escolhido o nome " Shuāi Jiǎo " como designação oficial pela *Central Guoshu Academy*. Hoje a sua prática desportiva e cultural encontra-se disseminada por todo o mundo, maioritariamente através de escolas de AMC tradicionais.

O presente regulamento visa a definição da estrutura, participação e arbitragem das provas de Shuāi Jiǎo, Shuāi Ná e Tī Dǎ Shuāi Ná (TDSN) em território nacional, disciplinas baseadas em Kung Fu, da modalidade Sanda.

## Capítulo I – Generalidades

### Artigo 1º (Estrutura Física das Provas)

1. Para as disciplinas de competição de Shuāi Jiāo, Shuāi Nǎ, TDSN, de acordo com o nível de competição, são condição de realização das provas a existência das seguintes condições físicas:
  - a. Provas internacionais – condições decorrentes dos regulamentos, ou da aprovação, das instituições internacionais em que a FPAMC se encontrar filiada;
  - b. Campeonatos Nacionais e regionais para as disciplinas de competição de Shuāi Jiāo, Shuāi Nǎ e TDSN:
    - i. Praticável com tatami de 8 por 8 metros com uma margem de segurança adicional de 2 metros;
    - ii. As condições da alínea anterior são satisfeitas com utilização de plataforma oficial de competição;
    - iii. Pode sobre tatami ser colocada superfície competitiva de configuração oficial, segundo regulamentos internacionais da modalidade;
  - c. Provas promovidas por clubes, associações desportivas, estabelecimentos de ensino e entidades privadas carecem de condições de realização deferidas pelo Conselho de Arbitragem da FPAMC.
  - d. As provas têm de ser realizadas em instalações desportivas que garantam as seguintes condições:
    - i. Altura (mínima e livre de obstáculos de 4,5 metros) e demais dimensões que permitam a acomodação das áreas praticáveis de competição, com margens de segurança, espaços de circulação, instalação da logística de arbitragem e representação;
    - ii. Área específica para acomodação do público;
    - iii. Áreas específicas para a acomodação de juízes, técnicos de saúde e emergência médica, comunicação social e demais atores formais do evento;
    - iv. Existência de um plano de evacuação e condições para a sua realização dentro da lei;
    - v. Acesso facilitado em tempo útil (15 minutos) a uma unidade hospitalar com serviço de urgência ativo.
2. As provas de Shuāi Jiāo, Shuāi Nǎ e Tǐ Dǎ Shuāi Nǎ (TDSN) podem ser realizadas em simultâneo com outras modalidades ou disciplinas de Artes Marciais Chinesas, num evento conjunto, que terá de reunir as condições físicas necessárias ao cumprimento conjunto dos regulamentos que tutelam a realização de cada modalidade, ou disciplina específica.

## Artigo 2º (Júri da Competição)

1. Os Juízes e Árbitros devem trajar as mesmas cores, formado de indumentária, considerando apenas as diferenças em género, respeitando a formalidade das funções associadas.
2. Os árbitros Centrais devem usar luvas de proteção descartáveis aprovadas para uso e segurança de profissionais de saúde.
3. A equipa de juízo e arbitragem perfilhará e saudará o público no início das provas e desfilará para assumir os seus lugares; no fim das provas desfilará para recolher os seus elementos e perfilhará para saudação final.
4. O corpo de juízes ou árbitros terá a seguinte constituição mínima:
  - a) Um Juiz Chefe de Arbitragem;
  - b) Um Árbitro/Juiz Registador por área de competição;
  - c) Um Juiz registador/cronometrista por área de competição;
  - d) Um Árbitro/Juiz Fiscal de Equipamento;
  - e) Distribuição de outros Juízes segundo a tipologia da prova:
    - i. Shuāi Jiāo, Shuāi Ná – dois (2) árbitros centrais ou de plataforma responsáveis pela gestão do combate e atribuição da pontuação;
    - ii. Tī Dǎ Shuāi Ná (TDSN) – dois (2) árbitros centrais ou de plataforma responsáveis pela gestão do combate e atribuição da pontuação respeitante às técnicas de Shuāi Ná, três (3) juízes de canto responsáveis pela pontuação de Tī Dǎ (técnicas de punhos, cotovelos, joelhos e pontapés).
  - f) Pelo menos um elemento do Conselho de Arbitragem da FPAMC;
  - g) Um Juiz de Apelo ou Recurso;
  - h) Um Júri de Apelo ou recurso constituído pelo Juiz de Apelo, por um representante do Conselho de Arbitragem e por um terceiro elemento, necessariamente juiz ou árbitro, nomeado pelo Conselho de Arbitragem em exclusividade de funções.

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE  
ARTES MARCIAIS CHINESAS

## Artigo 3º (Deveres dos Árbitros e oficiais de registo)

1. O início dos trabalhos da equipa de arbitragem é definido pela comissão de organização da prova, toda a restante gestão de horários é determinação conjunta da equipa de arbitragem e da comissão organizadora, sendo salvaguardada sempre a adequada conclusão dos trabalhos de arbitragem.
2. O Juiz Chefe da Arbitragem deve:
  - a. Organizar e liderar o trabalho dos juízes, certificando-se de que regulamentos e regras aprovados são adequadamente implementados;
  - b. Proceder à substituição de árbitros sempre que se verifiquem, de forma repetida, irregularidades passíveis de deferimento em caso de recurso;
  - c. Relativamente à alínea anterior, não tendo árbitros de substituição, proceder à correção da contagem, ou da decisão de arbitragem, do árbitro em desvio;
  - d. Assegurar o comportamento dos atores da prova dentro das regras estabelecidas, propondo à comissão de organização, se necessário, medidas

- de penalização que podem chegar à suspensão da participação na prova e anulação de resultados obtidos;
- e. Examinar e anunciar, ou fazer anunciar, os resultados da competição;
  - f. Organizar, sempre que necessário, reuniões dos árbitros e oficiais de registo em prova, para planificação ou estabelecimento de pontos de situação no desenvolvimento do trabalho da equipa;
  - g. Atribuir faltas não caibam nas competências dos árbitros de plataforma;
  - h. Verificar, coadjuvando o árbitro ou juiz de equipamentos, se os equipamentos, dos atletas e todos os necessários ao desenrolar da prova estão de acordo com o que é estabelecido nos regulamentos;
  - i. Decidir litígios na interpretação dos regulamentos por parte dos elementos da sua equipa;
  - j. Parar a execução da prova:
    - i. Se se verificar a queda inadequada de qualquer peça de vestuário ou outro dano, impeditivo do prosseguimento da prova, nos equipamentos pessoais ou de uso geral, podendo assinalar faltas de penalização;
    - ii. Lesão evidente ou risco evidente para a integridade física de qualquer atleta, requerendo a opinião do médico sobre a respetiva capacidade de continuar a competição;
    - iii. Se se verificar qualquer irregularidade comprometedora no exercício da equipa de arbitragem;
    - iv. Se se verificar qualquer irregularidade no praticável, tatami ou plataforma de combate, impeditiva da prestação (correção da irregularidade, reposição da prova sem deduções).
3. O Árbitro Central ou de plataforma deve gerir o combate e atribuir pontuação:
- a. Atribuir a pontuação dos atletas através de sinalética própria, relativa a projeções (Shuāi Jiāo); projeções, chaves e imobilizações (TDSN e Shuāi Ná);
  - b. Assinalar por sinalética própria as saídas das áreas de competição as projeções, chaves e imobilizações, as técnicas nulas, as faltas (leves e graves) assim como a passividade e as desclassificações;
  - c. Interromper o combate quando se verificarem elevados níveis de risco para qualquer um dos oponentes;
  - d. Solicitar apoio médico ou de outro tipo necessário ao prosseguimento da prova;
  - e. Executar todas as decisões que visam fazer cumprir o protocolo da competição;
  - f. Iniciar e finalizar a prova ou etapas da mesma;
  - g. Proceder a desclassificações quando justificado pelos regulamentos ou por atos que ponham em risco o bom decurso da prova, ou o exercício das funções da arbitragem;
  - h. Anunciar as decisões dos assaltos e do combate;
4. O Árbitro Central Auxiliar de plataforma deve:
- a. Coadjuvar o Árbitro Central nas suas funções.
5. Os Árbitros de Canto, ativos apenas para Tī Dǎ Shuāi Ná (TDSN), devem:
- a. Registrar as pontuações atribuídas pelo Árbitro Central;
  - b. Atribuir e registar pontuação de técnicas de impacto permitidas;
  - c. Declarar, o seu voto, nos vencedores dos assaltos, quando solicitado pela mesa central de arbitragem.

6. O Registador ou Oficial de Registo deve:
- Assegurar que o sistema de registo digital de dados e imagem está funcional;
  - Assegurar a estrutura de registo documental – Grelhas de inscrição, Grelhas Sorteadas, Grelhas de Classificação, Grelhas de Resultado e outras que aprovadas pela FPAMC;
  - Iniciar e atualizar os sistemas de registo;
  - Registrar pontuações, faltas deduções, saídas, atribuídas pelos árbitros de plataforma e, no caso de TDSN confrontar, com o auxílio do juiz chefe e do juiz de recurso, os seus registos com os dos árbitros de canto;
  - Declarar vencedores de assaltos e dos combates;
  - Recolher e arquivar os registos e relatórios dos árbitros;
  - Fazer chegar registos de prova ao juiz de recurso;
  - Informar o Juiz Chefe relativamente aos resultados;
  - Coadjuvar o Juiz Chefe nos anúncios e chamadas, sob supervisão do mesmo;
  - Gerir a atribuição de prémios – preparação dos prémios, trofeus, para distribuição e supervisão da mesma.
7. Árbitro Registador/Cronometrista deve:
- Assegurar o registo documental dos tempos de prova – grelhas de registo individual dos tempos de prova, interrupções, horário de início e de fim de prova, bem como outros considerados pertinentes;
  - Elaborar os documentos de registo – elaboração de grelhas segundo regulamentos, ou necessidades determinadas, planeadas;
  - Manter o arquivo documental – arquivar, após a prova, toda a documentação depois de rotulada;
  - Responsabilizar-se pela apresentação das grelhas de tempo – impressão, entrega de documentos ao chefe de juizes e ao juiz de recurso;
  - Assinalar inícios e fins de prova – utilizar sinais sonoros, e/ou sinalética apropriada, para avisos de tempo, início e fim de prova.
8. O Árbitro/Juiz Fiscal de Equipamento deve:
- Verificar o equipamento dos atletas antes de entrada para a área de competição;
  - Equipar os atletas com o equipamento fornecido pela federação, sempre que tal se verifique;
  - Coordenar entradas de atletas em competição com o auxílio da mesa e dos árbitros de registo;
  - Assegurar a fiscalização do equipamento que forma as áreas de competição – verificação de montagem e estado do equipamento, antes e durante a prova, bem como a regular desmontagem e preparação para transporte ou arrumação;
  - Fazer a gestão de equipamentos – Inventariação, armazenamento, requisição de aquisição, manutenção e demais tarefas que assegurem a sua existência e prontidão;
  - Zelar pela limpeza e desinfecção do equipamento fornecido pela federação depois de utilizado;
  - Produzir documentação de controlo e registo de equipamentos e respetiva utilização;
  - Produzir relatórios de administração de equipamento.
9. Juiz de Apelo, ou recurso, nomeado pelo Conselho de Arbitragem (CA), deve:

- a. Chefiar e votar a avaliação dos apelos ou pedidos de recurso, e de decisões relativas a omissões regulamentares;
- b. Certificar-se de que estatutos e regulamentos federativos são cumpridos;
- c. A pedido do CA, emitir parecer sobre atuação das equipas de arbitragem;
- d. Verificar e validar alterações à configuração ou programa competitivo;
- e. Integrar o Júri de Apelo.

**10. O representante do Conselho de Arbitragem deve:**

- a. Proceder à avaliação de desempenho de todos os elementos da equipa de Árbitros e oficiais de registo, tempo como objetivo a determinação de viabilidade de nomeação para provas futuras, ou recomendação de formação de requalificação para viabilização de nomeação;
- b. Proceder à avaliação da adequação das regras estabelecidas ou regulamentos aprovados, à realidade competitiva;
- c. Participar na constituição do Júri de Apelo.

**11. O Júri de Apelo deve:**

- a. Proceder à avaliação e votação das decisões relativas aos pedidos de recurso;
- b. Tomar, em regime de votação maioritária, todas as decisões sobre omissões regulamentares que interfiram com o decurso da prova, criando um registo das mesmas decisões;
- c. Verificar a coerência de registos em coordenação com o árbitro registador e o chefe da arbitragem.

## Capítulo II – Regras gerais para competição

### Artigo 4º (Divisões da competição)

**1. Disciplinas de competição:**

- a. Shuāi Jiāo – sistema de competição por projeções;
- b. Shuāi Ná – sistema de competição que combina Qín Ná com Shuāi Jiāo, combate de pé com combate no solo, projeções, chaves e imobilizações;
- c. Tī Dǎ Shuāi Ná (TDSN) – sistema de competição que combina Shuāi Ná com técnicas de batida ou impacto com o membro superior, incluindo punhos, palmas e cotovelos, com o membro inferior incluindo joelhos, pernas e pés, e com outras partes do corpo desde que não consignadas como proibidas por este regulamento;

**2. Segundo número de participantes:**

- a. Individual – participação e premiação individual por escalões e categorias;
- b. Associações – participação e premiação de clubes em Taças de Portugal de acordo com as seguintes divisões:
  - i. Seniores Masculinos;
  - ii. Seniores Femininos;
  - iii. Esperanças Masculinos;
  - iv. Esperanças Femininos;
  - v. As divisões competitivas associativas de Esperanças, Seniores poderão ser agrupadas ou subdivididas por decisão da Direção da FPAMC, para efeitos de premiação.

3. Segundo enquadramento etário, considerando também a divisão em género:
- Seniores – de 18 a 40 anos [18 – 40];
  - Esperanças – até aos 17 anos [11 – 17]:
    - Juniores – dos 15 aos 17 anos [15 – 17];
    - Juvenis A – dos 13 aos 14 anos [13 – 14];
    - Juvenis B – dos 11 aos 12 anos [11 – 12];
  - A idade é validada pela atingida até 31 de dezembro do ano em que decorre o evento competitivo;
  - Poderão ser consideradas outras subdivisões etárias adicionais ou expansivas por decisão da Direção da FPAMC;
4. Categorias de peso – as categorias de peso dispõem-se de acordo com a seguinte tabela:

ESPERANÇAS		SENIORES E VETERANOS	
CATEGORIA	PESO	CATEGORIA	PESO
30kg	≤30kg	48kg	≤48kg
33kg	>30kg a ≤33kg	52kg	>48kg a ≤52kg
36kg	>33kg a ≤36kg	56kg	>52kg a ≤56kg
39kg	>36kg a ≤39kg	60kg	>56kg a ≤60kg
42kg	>39kg a ≤42kg	65kg	>60kg a ≤65kg
45kg	>42kg a ≤45kg	70kg	>65kg a ≤70kg
48kg	>45kg a ≤48kg	75kg	>70kg a ≤75kg
52kg	>48kg a ≤52kg	80kg	>75kg a ≤80kg
56kg	>52kg a ≤56kg	85kg	>80kg a ≤85kg
60kg	>56kg a ≤60kg	90kg	>85kg a ≤90kg
65kg	>60kg a ≤65kg	95kg	>90kg a ≤95kg
70kg	>65kg a ≤70kg	100kg	>95kg a ≤100kg
75kg	>70kg a ≤75kg	110kg	>100kg a ≤110kg
80kg	>75kg a ≤80kg	Mais de 110kg	>110kg
85kg	>80kg a ≤85kg		
90kg	>85kg a ≤90kg		
Mais de 90kg	>90kg		

## Artigo 5º (Tipos de competição)

- Poderão ser consideradas três tipos de competição: Clubes em Taças de Portugal, Equipas e Individuais, divisíveis ainda por género e por escalão sénior ou de esperanças (menores de 19 anos).
- Aplicação dos tipos de competição – a decisão relativa ao tipo de competição a vigorar em cada prova cabe à Direção da FPAMC.
- Sistemas de competição:
  - É utilizado o sistema “melhor de três” para determinar o vencedor do combate. Quem ganhar dois assaltos é o vencedor do combate. Cada assalto dura 3 minutos, em Shuïi

- Jiāo e Tī Dǎ Shuāi Ná (TDSN); 4 minutos em Shuāi Ná. Haverá intervalo de 1 minuto entre os assaltos. O terceiro assalto só se realiza em caso de empate nos dois primeiros.
- b) Round-robin – para grupos de três atletas inscritos, podem combater “todos com todos” ou não, como no caso de o perdedor do primeiro combate ganhar o segundo, conforme grelha de registo de combates própria (Anexo III);
  - c) Eliminatórias – quatro ou mais atletas na grelha de competição.
    - i) Eliminação direta - Sob este método, dois atletas competem e o vencedor do combate segue em frente para lutar com o concorrente apurado na mesma categoria para o mesmo nível, e, assim sucessivamente, até à final e à declaração do vencedor;
    - ii) Eliminação dupla - Semelhante à eliminação direta, no entanto, o perdedor do primeiro combate luta novamente (usada em particular no apuramento de terceiros classificados);
  - d) Torneio – Equipas com igual número de atletas, tanto masculinos como femininos, em que cada atleta faz apenas um combate, sendo vencedora a equipa com mais combates vencidos.

## Artigo 6º (Limitações de participação)

1. Não é permitida a participação de atletas que envergarem roupagens conotadas com outros estilos ou sistemas de artes marciais que não as chinesas, por características físicas, insígnias, símbolos, padrões, cores, expressões timbradas ou bordadas, ou quaisquer outras que contrariem as disposições regulamentares;
2. Não é permitida a disputa de títulos nacionais ou regionais por atletas que não observem nacionalidade portuguesa;
3. Não são permitidas as participações de atletas que não se façam acompanhar ao canto por pelo menos um treinador com Título Profissional de Treinador de Desporto (TPTD) válido à data da prova para a modalidade de Sanda;
4. Em TDSN só poderão inscrever-se atletas seniores;
5. Os atletas que tenham sofrido derrotas por K.O. efetivo (com perda parcial ou total de consciência) nos últimos 3 meses não se poderão inscrever na prova;
6. Os atletas com restrições médicas à prática não se poderão inscrever na prova;
7. O Clube e o Atleta deverão possuir seguro desportivo de acordo com o legalmente previsto para a modalidade, ou não poderão inscrever-se na prova;
8. Não são permitidas as participações de atletas com brincos, colares, piercings, pulseiras, óculos, lentes de contacto duras e dentaduras, ou quaisquer outros adornos que criem riscos para a sua integridade física ou dos seus adversários;
9. Não é permitida, a participação de atletas que para além da face, tenham efetuado a colocação de vaselina ou qualquer outro lubrificante em qualquer outra parte do corpo visível, ou do seu equipamento, passível de entrar em contacto com o adversário;
10. Não é permitida a participação de atletas cuja aplicação de lubrificante na face não tenha sido feita pelo juiz árbitro de equipamento;
11. Atletas lesionados durante a prova não estão autorizados a continuar. Em caso de dúvida o juiz chefe solicita avaliação médica;
12. Higiene pessoal. Os competidores estão obrigados a manter o corpo limpo, sem odor, com todas as unhas das mãos e dos pés cortadas curtas e limadas; se não o fizerem poderão ser excluídos da prova.

## Artigo 7º (Sorteios)

1. O sorteio prévio, antes de pesagens, será realizado automaticamente através do sistema de inscrições;
2. O sorteio definitivo, caso necessário para reajustamento de categorias, será realizado após a pesagem e iniciar-se-á pelas categorias mais leves. Se algum Atleta for o único inscrito na sua categoria, a categoria será cancelada, podendo o Atleta subir à categoria seguinte, após autorização retificada pelo Juiz de Recurso;
3. Os sorteios relativos à ordem de participação dos atletas, serão feitos com a presença de pelo menos um membro do Conselho de Arbitragem (CA), do Juiz Chefe nomeado pelo CA, do Juiz Registador e dos representantes creditados pelas respetivas associações (treinadores com TPTD à modalidade), sendo sempre anteriores ao desfile de abertura do evento;
4. Os sorteios podem ser realizados recorrendo a meios informáticos;
5. Sempre que forem realizados com mecanismos físicos, os sorteios serão feitos com a presença ou participação dos representantes creditados (treinadores com TPTD à modalidade) pelas respetivas associações;
6. A ausência do representante de uma qualquer associação inscrita no evento competitivo implica a aceitação compulsiva, pela mesma, do sorteio realizado;
7. Os Atletas sorteados serão imediatamente inscritos nas grelhas ou árvores de apuramento.

## Artigo 8º (Presença para competição)

1. Os atletas devem estar presentes e prontos para competição 10 minutos antes do início da prova a participar, para verificação de presenças e da adequação dos equipamentos;
2. Atletas que não cumprirem o disposto na alínea anterior podem ser excluídos da competição, ou considerados faltosos, conservando a qualificação obtida até ao momento;
3. Um atleta que é incapaz de competir devido a lesão ou doença, deve ser encaminhado para o médico da competição e deve ser considerado como faltoso, podendo conservar a qualificação obtida até ao momento;
4. Um atleta que não responder a três chamadas, para verificação, de acordo com o disposto no número 1 deste artigo, ou para combate, ou se ausentar após as chamadas sem permissão, será considerado como tendo faltado;
5. Os atletas têm de cumprir os requisitos de pesagem, comparecendo às pesagens de verificação marcadas, ou serão considerados faltosos à competição;
6. Todos os atletas devem estar disponíveis para inspeção médica, incluindo exames antidoping quando exigido pela FPAMC; a não disponibilidade para exames antidoping implica a exclusão da prova e processo disciplinar associado.

## Artigo 9º (Protocolo)

1. Os atletas representantes de cada associação inscrita no evento competitivo devem marcar presença nos desfiles de abertura e encerramento, de acordo com as diretrizes definidas pela organização da prova, trajando uniformemente e de forma representativa com fato de treino alusivo à sua “escola” e apenas às Artes Marciais Chinesas, ou com traje tradicional alusivo às mesmas;

2. Só podem subir ao pódio, para receção de troféus, ou outros prémios, atletas ou representantes que respeitem os protocolos dos desfiles;
3. Ao entrar na área de competição, o(s) árbitro(s) de plataforma marcham até se colocarem entre a plataforma e mesa central, virados para esta, saudando-a, à ordem do Chefe de Arbitragem, os Árbitros de Canto marcham até se colocarem à frente dos respetivos cantos, virados para a mesa central, saudando-a, também à ordem do Chefe de Arbitragem.
4. À entrada definida da plataforma, ou área de competição, os atletas, aguardarão a ordem de entrada dada pelo Árbitro Central, efetuando a saudação ao mesmo, antes de subirem à plataforma;
5. Cada assalto deve começar com os atletas de cada lado do Árbitro Central, de frente para a mesa central; ao serem apresentados, cada atleta deve primeiro fazer uma saudação para o público, para a mesa central e depois trocar uma saudação com o adversário;
6. Quando o resultado do combate estiver a ser anunciado, os Atletas trocarão as suas posições relativamente aos cantos atribuídos.
7. No final do combate, após o anúncio do resultado, os atletas devem fazer uma saudação ao Árbitro Central, Árbitro Chefe e depois ao atleta adversário e ao seu treinador;
8. Saudação punho-palma: em pé, com pés juntos, colocar a palma esquerda contra o punho direito em frente ao peito, a uma distância de aproximadamente 20-30cm;
9. Demais normas protocolares encontram-se definidas no Anexo II deste regulamento.

## Artigo 10º (Contagem de tempo e duração da prova)

1. A contagem do tempo de prova inicia quando o Árbitro Central dá voz de “Kāishǐ (Iniciar)!” a partir de uma posição de desempenho inicial, correspondente a exercício de Tuī Shǒu a duas mãos executando um pequeno círculo horizontal, iniciado com a voz de “Yubei (Pronto)!” , depois da saudação entre adversários;
2. Duração dos assaltos:
  - a. Shuāi Jiāo - cada assalto dura 3 minutos, com um minuto de intervalo entre assaltos;
  - b. Shuāi Ná - cada assalto dura 4 minutos, com um minuto de intervalo entre assaltos;
  - c. Tī Dǎ Shuāi Ná (TDSN) - cada assalto dura 3 minutos, com um minuto de intervalo entre assaltos.
3. Duração da prova – O tempo de prova será o necessário para se cumprirem dois ou três assaltos, considerando as respetivas interrupções regulamentares. O terceiro assalto só se realiza em caso de empate nos dois primeiros;
4. Após interrupções regulamentadas a contagem do tempo de prova reinicia quando o árbitro de plataforma dá a autorização para reinício de contacto e termina a cada interrupção para atribuição de pontos ou penalizações, ou pedidos de assistência, ou quando o árbitro cronometrista assinala o fim de assalto ou combate.

## Artigo 11º (Pesagem)

1. O Atleta deverá trazer para a pesagem o seu bilhete de identidade e cartão de identificação associativo ou federativo;
2. O Atleta deverá ser pesado uma vez antes de toda a competição ou uma vez a cada dia de competição antes da mesma, com local e hora marcados pela organização;

3. O Atleta poderá estar em roupa interior ou apenas com calção, ou calção e camisola (top) no caso feminino;
4. A pesagem será realizada por um Juiz Registador, com a presença de um membro do Conselho de Arbitragem (CA), do Juiz Chefe nomeado pelo CA, e dos representantes creditados pelas respetivas associações (treinadores com TPTD à modalidade de Sanda);
5. Os atletas devem ser pesados em local a designar pela equipa de arbitragem antes pelo menos duas horas da competição; a pesagem deve terminar em uma hora; um atleta que não comparecer dentro do prazo estipulado será considerado desistente da prova;
6. A pesagem deve começar com as categorias de peso mais leves:
  - a. Um atleta que pesar abaixo da categoria em que se encontra inscrito será autorizado a competir na categoria inscrita;
  - b. Um atleta que superar o peso da categoria em que se inscreveu e não reduzir seu peso dentro do tempo estipulado para as pesagens não será autorizado a competir;
7. A cerimónia de retificação do sorteio terá lugar após a pesagem; qualquer decisão tomada, em circunstâncias especiais (por exemplo, categoria com apenas um atleta a ser fundida com a categoria de peso acima) deve ser aprovada pelo Juiz de Apelo ou Recurso, assinando as grelhas de registo respetivas.

## Artigo 12º (Divulgação de classificações)

As classificações dos atletas são publicamente divulgadas. Se o sistema digital existir e permitir devem sê-lo em tempo real.

## Artigo 13º (Colocação dos atletas e clubes na classificação final)

1. Colocação individual e por equipas em torneio – colocação ou posicionamento de acordo com a classificação obtida: a melhor classificação obtém o primeiro lugar, a segunda melhor o segundo, a terceira melhor o terceiro e assim por diante, de acordo com as grelhas de registo de combates e com o artigo “Tipos de Competição” alínea “Sistemas de competição”;
2. Colocação de clubes (associações) – mantém-se a regra da alínea primeira, sendo a classificação do clube determinada da seguinte maneira:
  - a. Cada primeiro lugar obtido, em prova individual ou por equipas, atribuído ao clube (associação) 5 pontos;
  - b. Cada segundo lugar, 3 pontos, cada terceiro 1 ponto;
  - c. Em caso de mais de 12 competidores em competição individual, num qualquer escalão, cada primeiro lugar valerá 6 pontos, cada segundo 4, cada terceiro 2, cada quarto 1 ponto;
  - d. A atribuição de pontos, a um atleta, ou equipa em torneio, requer a existência de um adversário classificado abaixo nas tabelas de resultados.
3. Critérios de desempate:
  - a. Competição individual:

- i. Considera-se vitorioso o atleta com menos faltas graves no combate;
  - ii. Se o empate permanecer considera-se o atleta com menos faltas leves no combate;
  - iii. Se o empate permanecer considera-se o atleta com menos saídas no combate;
  - iv. Se o empate permanecer considera-se o atleta com menos quedas no combate;
  - v. Se o empate permanecer considera-se o atleta com mais combates realizados;
  - vi. Se o empate permanecer considera-se o atleta com menos peso;
  - vii. Se o empate permanecer considera-se o atleta com menor idade;
  - viii. Se o empate permanecer, vencerá o atleta que efetivou a inscrição primeiro na prova;
- b. **Competição por equipas em torneio:**
- i. Valor médio de penalizações, faltas graves, da equipa, mais baixo, atribui a vitória;
  - ii. Se o empate permanecer, o valor médio de faltas leves, da equipa, mais baixo, atribui a vitória;
  - iii. Se o empate permanecer, o valor médio de saídas, da equipa, mais baixo, atribui a vitória;
  - iv. Se o empate permanecer, vencerá a equipa com peso médio mais baixo;
  - v. Se o empate permanecer, vencerá a equipa com idade média mais baixa;
  - vi. Se o empate permanecer, vencerá a equipa que efetivou a inscrição primeiro no torneio;
- c. **Nos eventos que prevejam a classificação por clubes, o desempate é feito com os seguintes critérios:**
- i. O clube com mais primeiros classificados vence o desempate;
  - ii. Se o empate permanecer, o clube com mais segundos classificados vence o desempate, sucedendo-se a avaliação de todas as classificações individuais até se esgotar a possibilidade de diferenciação;
  - iii. Se o empate permanecer, vence o clube cujo conjunto de atletas somou menos faltas graves;
  - iv. Se o empate permanecer, vence o clube cujo conjunto de atletas somou menos faltas leves;
  - v. Se ainda assim o empate prevalecer, vence o desempate o clube que primeiro concretizou a inscrição na prova.

## **Artº 14 (Vestuário e Equipamento de Proteção)**

1. **Shuāi Jiāo (SJ) e Shuāi Ná (SN):**
- a. Casaco e calça em tecido resistente à tração, casaco com a manga curta tipo jaqueta de Shuāi Jiāo, azul ou vermelha conforme canto, no género feminino, top ou camisola de licra azul ou vermelha a usar por baixo da jaqueta, protetor de dentes ou boquilha, protetor genital;
  - b. Podem usar-se apenas ligas para proteção de articulação do tornozelo ou ligas elásticas de proteção de cotovelos, joelhos e tornozelos de cor azul ou vermelha conforme canto;
  - c. Cinto azul ou vermelho conforme canto;

2. Tí Dǎ Shuāi Ná (TDSN):
  - a. Todos os considerados no ponto 1 alíneas a. b. e c.
  - b. Luva com dedos livres, azul ou vermelha conforme canto, protetores de cotovelo, protetor de tibia e de peito do pé, protetor de peito feminino (facultativo), capacete, azul ou vermelho conforme canto, com grelha ou máscara de proteção.

## Artº 15 (Sinalização sonora e visual)

1. Um som de apito, de gongo, ou outro som de aviso será emitido, cinco segundos antes de cada assalto do combate pelo cronometrista, e voltar-se-á a ouvir o gongo, ou outro som no final do assalto. Outras formas de sinalização podem ser usadas com o acordo prévio do Conselho de Arbitragem e da Direção da FPAMC.
2. O juiz de plataforma deve orientar os combates através de chamadas e gestos constantes deste regulamento, ou em casos omissos dos regulamentos que regem outras disciplinas de Sanda;
3. Os atletas e os seus acompanhantes obedecerão às chamadas e sinais do árbitro incondicionalmente;
4. O juiz chefe pode sinalizar justificadamente a interrupção de um assalto;
5. Quando um competidor recebe 6 pontos negativos (por faltas), sinal sonoro de interrupção do combate será emitido, a pontuação será anunciada pelo juiz chefe, ou pelo juiz registador, assim como será sinalizada decisão de vitória do combate pelo adversário;
6. Quando um competidor recebe 4 pontos negativos (por duas saídas), no assalto, sinal sonoro de interrupção do combate será emitido, a pontuação será anunciada pelo juiz chefe, ou pelo juiz registador, assim como será sinalizada decisão de vitória do assalto pelo adversário;
7. Quando um competidor recebe 6 pontos negativos (por três saídas), no combate, sinal sonoro de interrupção do combate será emitido, a pontuação será anunciada pelo juiz chefe, ou pelo juiz registador, assim como será sinalizada decisão de vitória do combate pelo adversário;
8. Ao final de cada assalto, o juiz chefe, ou o juiz registador, solicitam aos juizes de canto que tornem visível a pontuação no assalto, mediante sinal sonoro, sinalizando vitória para um dos competidores ou empate. Todos os juizes devem apresentar seus resultados em simultâneo. Os resultados podem ser apresentados manualmente ou informaticamente consoante a organização da prova. Se for utilizado um sistema informático este tem de ser aprovado pela Direção da FPAMC;
9. Os sinais utilizados pelos árbitros e juizes são normalizados, conforme prescrito pelos regulamentos das disciplinas de combate da FPAMC.

## Artº 16 (Interrupção de um combate)

O árbitro poderá suspender o combate, obrigando a pausa no tempo do combate, quando:

1. O competidor cai, é imobilizado com técnica pontuável (não permitido em Shuāi Jiāo), ou sai fora da área de competição;
2. O competidor é penalizado com uma falta;
3. O competidor lesiona-se;
4. O competidor ou o seu canto manifestam a desistência;

5. O competidor assinala uma imobilização, chave ou estrangulamento incapacitante, batendo no corpo do adversário, no seu ou no praticável com a mão, ou através de expressão sonora;
6. Um dos árbitros de plataforma identifica uma técnica incapacitante com elevados riscos de integridade física para os praticantes;
7. Existe contacto contínuo, no solo (não permitido em Shuāi Jiāo), ou de pé, entre os competidores por mais de 10 segundos, sem pontuação efetiva;
8. Existe passividade (8 segundos sem contacto);
9. O Chefe de juizes encontra razão para interromper o combate;
10. Existe qualquer perigo perceptível durante o combate.

## Artº 17 (Métodos de ataque)

Qualquer tipo de técnica de AMC (salvo as que sejam explicitamente proibidas no presente regulamento) podem ser usadas para atacar o adversário nas partes válidas, nomeadamente:

1. Shuāi Jiāo: métodos de projeção pelo membro superior, tronco ou membro inferior, em agarramentos simples ou chaves, com ou sem agarramento à jaqueta, cinto ou calças;
2. Shuāi Ná: métodos previstos em Shuāi Jiāo, com adição de chaves articulares de imobilização, outras técnicas de imobilização, incluindo estrangulamentos, de pé ou no solo;
3. Tī Dǎ Shuāi Ná: métodos previstos em Shuāi Ná, combinando com técnicas de batida ou impacto com o membro superior, incluindo punhos, palmas e cotovelos, com o membro inferior incluindo joelhos, pernas e pés, e com outras partes do corpo, de pé ou no solo.

## Artº 18 (Outras disposições durante a competição)

4. Todos os atletas devem respeitar as regras e obedecer às decisões dos juizes. É proibido causar lesões intencionalmente;
5. O técnico e o médico da equipa devem estar sentados no local designado e têm permissão para dar assistência ou examinar os atletas durante os períodos de descanso entre os assaltos, ou quando se registam situações de emergência;
6. Os atletas não podem pedir pausas no combate, podendo, em caso de imprevistos com o equipamento, lesões, ou solicitação de desistência, levantar a mão para o Árbitro Central.

## Capítulo III – Métodos de Avaliação para a competição

### Artº 19 (Pontos possíveis)

1. Shuāi Jiāo (SJ):
  - a. Técnicas de um (1) ponto – projeções e quedas “por cima” do adversário (ganha o ponto o último a tocar o solo com qualquer parte do corpo acima dos joelhos, inclusive) usando qualquer técnica ou manobra permitida;
  - b. Técnicas de dois (2) pontos:

- i. Queda do adversário; é considerada queda quando qualquer parte do corpo acima dos joelhos (inclusive) toca no chão;
    - ii. Projeção do adversário com qualquer técnica, ao tronco ou membros inferiores, que não preveja a elevação do mesmo por cima dos ombros do projetante (alavancas de ombros);
    - iii. Infligir saídas de plataforma ou área de competição;
  - c. Técnicas de três (3) pontos:
    - i. Projeções pelo membro superior, elevatórias, de pressão ou em chave;
    - ii. Projeções em alavancas de ombros, com elevação do adversário por cima dos mesmos.
- 2. **Shuāi Ná (SN):**
  - a. Técnicas de um (1) ponto:
    - i. As previstas em SJ;
    - ii. Inversões de posição, montada, dominante no solo;
    - iii. Projeções a partir do solo;
  - b. Técnicas de dois (2) pontos:
    - i. As previstas em SJ;
    - ii. Chaves com imobilização ao membro inferior;
  - c. Técnicas de três (3) pontos:
    - i. As previstas em SJ;
    - ii. Chaves com imobilização ao membro superior;
  - d. Técnicas de cinco (5) pontos: imobilizações por estrangulamento ao pescoço, pescoço e troco ou ao tronco.
- 3. **Tī Dǎ Shuāi Ná (TDSN):**
  - a. Técnicas de um (1) ponto:
    - i. As previstas em SJ e SN;
    - ii. Batidas de palmas, punhos ou cotovelos, de pé ou no solo, em qualquer parte permitida do corpo;
    - iii. Todo o tipo de batidas permitidas ao membro inferior, parte da coxa, de pé ou no solo;
  - b. Técnicas de dois (2) pontos:
    - i. As previstas em SJ e SN;
    - ii. Batidas usando o membro inferior, joelhos e partes abaixo do joelho, ao tronco ou cabeça, de pé ou no solo, excetuando aquelas que se encontram proibidas, como esmagamentos ou ataques à cabeça do adversário no solo a partir da posição “de pé”;

- c. Técnicas de três (3) pontos – as previstas em SJ e SN;
  - d. Técnicas de cinco (5) pontos: imobilizações por estrangulamento ao pescoço, pescoço e troco, ou ao tronco.
4. Perda de pontos:
- a. Faltas leves – 1 ponto (atribuído ao atleta que sofreu a falta);
  - b. Faltas graves – 2 pontos (atribuídos ao atleta que sofreu a falta).
5. Não atribuição de pontos:
- a. Quando os atletas saem da área de competição em simultâneo;
  - b. Quando os atletas caem ao chão em simultâneo;
  - c. Quando os atletas se “colam” ou “abraçam” por mais de 10 segundos sem efetivação técnica (passividade de execução técnica pontuável).

## Artº 20 (Apuramento de vencedores)

1. Vence o combate o vencedor de dois dos três assaltos, ou o vencedor dos dois primeiros assaltos;
2. O atleta vence o combate se o seu adversário tiver sido penalizado com um total de mais de seis (6) pontos em faltas, acumuladas durante o combate, ou num assalto;
3. O atleta vence o combate se o seu adversário for desclassificado no decurso de falta grave;
4. O atleta vence o assalto se o adversário tiver duas saídas de plataforma durante o mesmo;
5. O Atleta vence o combate se o adversário somar três saídas de plataforma durante o mesmo;
6. Se durante o combate um atleta for lesionado por ações, sancionáveis com falta, e se estiver incapaz de continuar o combate, conforme opinião ou diagnóstico do médico, ou equipa médica designada, o atleta lesionado será o vencedor do combate, embora não possa prosseguir na prova;
7. Durante a competição, se um atleta se abster de a competição, o adversário será o vencedor;
8. Durante a competição, se o atleta ou seu treinador acompanhante solicitar desistência, o oponente será o vencedor.

## Artº 21 (Técnicas)

1. Áreas alvo proibidas:
  - a. Impactos proibidos:
    - i. Nuca;
    - ii. Pescoço;
    - iii. Áreas genitais;
    - iv. Olhos e ouvidos;
    - v. Coluna vertebral e articulações dos joelhos, cotovelos, tornozelos;
  - b. Agarramentos proibidos:
    - i. Pescoço;
    - ii. Áreas genitais;

- iii. Dedos isolados;
  - iv. Cabelos;
  - v. Qualquer superfície da cabeça ou face;
  - c. Alavancas proibidas:
    - i. Pescoço;
    - ii. Coluna vertebral;
    - iii. Sobre áreas genitais;
2. Métodos Proibidos:
- a. Atacar áreas proibidas;
  - b. Esmagamentos por impacto a áreas proibidas;
  - c. Utilização de técnicas de esmagamento por impacto no combate de pé;
  - d. Utilizar quaisquer métodos com nítida intensão de lesionar o adversário;
  - e. Insultar (por meio de palavras ou ações) o adversário, os árbitros ou qualquer membro da competição, desobedecer a ordens ou sinais do árbitro, ou violar qualquer regra relevante para a competição;
  - f. Atacar antes de assinalado o início do combate "Kāishǐ (iniciar)", ou após fim do combate "Tíng (parar)" ter sido assinalado pelo Árbitro Central.

## Artº 22 (Faltas)

1. Serão consideradas Faltas Leves:
- a. Passividade atacante de oito (8) segundos;
  - b. Coaching abusivo por parte dos treinadores acompanhantes ao canto;
  - c. Falar com os acompanhantes de canto durante o combate;
  - d. Deixar cair proteção bucal durante o combate;
  - e. Demorar o início do combate por incumprimento de regras, ou instruções do árbitro até um limite de trinta segundos.
2. Serão consideradas faltas graves:
- a. Utilização de métodos proibidos;
  - b. Ataques a zonas proibidas;
  - c. Intensão declarada de lesionar o adversário;
  - d. Demorar deliberadamente o retorno à competição após qualquer interrupção.

## Capítulo IV – Gestuário e chamadas

### Artº 23 (Chamadas e Gestos do Árbitro Central)

1. Chamada à área de competição – o Árbitro Central chama "Liǎng wèi yùndòngyuán/两位运动员 (atletas)" estendendo os dois braços para os lados, palmas para cima e apontando para os atletas; quando a chamada é feita para subir à plataforma, "Shàngchǎng/上场 (iniciar competição)", dobra ambos os braços pelo cotovelo, num ângulo reto, palmas voltadas uma para a outra;
2. Sinalização dos assaltos – o Árbitro Central assumirá uma postura de arco entre os dois atletas, enquanto eleva o braço direito, estendido, acima da cabeça mostrando,

- estendidos, o número de dedos a que corresponde o assalto, conservando os restantes dobrados, vocalizando “primeiro”, “segundo”, ou “terceiro assalto”;
3. Yùbèi/育备 (pronto) – “Kāishǐ/开始 (iniciar)” – o Árbitro Central de plataforma assumirá uma postura de arco entre os dois atletas, enquanto pronuncia “Yùbèi (pronto)”, estende ambos os braços para o lado, com a palma virada para cima e apontando para os competidores enquanto diz “Kāishǐ (iniciar)” emparelhando as palmas na frente do abdômen, com os dedos a apontar anteriormente;
  4. Tíng/停 (parar) – ao pronunciar “Tíng (parar)”, assume uma posição de arco e coloca um braço estendido entre os dois atletas, apontando os dedos para cima;
  5. Denúncia de passividade – ao chamar “Hóng Fāng /红方 (lado vermelho)” ou “Lán Fāng/蓝方 (lado azul)” sinalizar o competidor passivo com um braço esticado e o centro da palma voltado para cima, levantando a outra mão acima da cabeça, braço estendido naturalmente e mão com os cinco dedos separados;
  6. Indicação de ataque após denúncia de passividade – o Árbitro Central de plataforma assumirá uma postura de arco entre os dois atletas, estenderá um braço entre eles, com o punho fechado e o polegar estendido, palma da mão virada ao solo, ordenará o ataque ao atleta do lado oposto ao polegar, pronunciando “Hóng Fāng /红方 (lado vermelho)” ou “Lán Fāng/蓝方 (lado azul)”;
  7. Queda – ao chamar “Hóng Fāng /红方 (lado vermelho)” ou “Lán Fāng/蓝方 (lado azul)” estende um braço com a palma voltada para cima e aponta para o competidor caído, enquanto o outro braço se move para o lado do corpo, dobrado no cotovelo e com a palma voltada para baixo;
  8. Queda primeiro/ primeiro a tocar o solo – o Árbitro Central estende um braço para o competidor que é o primeiro a tocar o solo e, chama-o pronunciando “Hóng Fāng /红方 (lado vermelho)” ou “Lán Fāng/蓝方 (lado azul)”, cruzando os braços em frente ao abdômen, palmas voltadas para baixo;
  9. Queda simultânea – o Árbitro Central estende os dois braços horizontalmente para frente e retira-os para pressionar ambas as palmas para baixo ao chamar “TongSiTaoTi”;
  10. Saída de um atleta da plataforma ou pisar da área “C” ou área circundante externa a esta – o Árbitro Central, em posição de arco, estende um braço com a palma da mão virada para cima na direção do atleta que saiu da plataforma e, pronuncia “Hóng Fāng /红方 (lado vermelho)” ou “Lán Fāng/蓝方 (lado azul)”, enquanto empurra a outra mão para frente, com os dedos a apontar para cima e a palma da mão voltada anteriormente;
  11. Saída simultânea dos dois atletas ou pisar simultâneo da área “C” ou área circundante externa a esta – o Árbitro Central, em posição de arco, estende os braços na direção da saída dos atletas com as palmas da mão viradas para a frente, e dedos virados para cima;
  12. Chamada à plataforma depois de saídas – com o Árbitro a assumir a posição de “Bing Bu (pés juntos), estender ambos os braços na direção de saída, com palmas das mãos voltadas para cima e dedos a apontar horizontalmente e, de seguida dobrar ambos os braços a 90 graus com as palmas voltadas facialmente e os dedos das mãos voltados para cima;
  13. Falta Leve – com o Árbitro a assumir a posição de “Bing Bu (pés juntos), estende um braço em direção ao ofensor, palma para cima pronunciando “Hóng Fāng /红方 (lado vermelho)” ou “Lán Fāng/蓝方 (lado azul)”, indicando a falta com a outra mão, dedos apontando para cima e palma voltada para trás, após dobrar o cotovelo em ângulo reto à frente do corpo;
  14. Falta Grave – com o Árbitro a assumir a posição de “Bing Bu (pés juntos), estende um braço em direção ao ofensor, palma para cima pronunciando “Hóng Fāng /红方 (lado vermelho)” ou “Lán Fāng/蓝方 (lado azul)”, indicando a falta com o punho fechado, palma voltada facialmente, após dobrar o cotovelo em ângulo reto à frente do corpo;
  15. Desqualificação – com o Árbitro a assumir a posição de “Bing Bu (pés juntos), ao pronunciar “Hóng Fāng /红方 (lado vermelho)” ou “Lán Fāng/蓝方 (lado azul)”, cerra as duas mãos em punhos e cruza os antebraços em frente ao corpo;

16. **Pedido de assistência médica** – com o Árbitro a assumir a posição de “Bing Bu (pés juntos), de frente para o balcão de supervisão médica, cruzar antebraços em frente ao peito em forma de cruz, com as palmas das mãos abertas;
17. **Indicação de descanso ou ordem de retornos aos cantos** – com o Árbitro a assumir a posição de “Bing Bu (pés juntos), estender lateralmente os braços, palmas da mão voltadas para cima e dedos a apontar lateralmente;
18. **Troca de posições para indicação de vencedor** – com o Árbitro a assumir a posição de “Bing Bu (pés juntos), cruzar braços à frente do corpo, com palmas à altura da cintura voltadas para o Árbitro.

## Capítulo V – Recursos

### Artº 24 (Procedimentos de recurso)

1. O recurso apenas pode ser solicitado pelo treinador acompanhante do atleta ao canto;
2. O recurso é solicitado ao Juiz de Apelo e será decidido pelo Júri de Apelo, de forma definitiva;
3. A solicitação do recurso, é feita durante a prova, antes do início de um novo assalto, ou da publicitação do resultado final, por levantamento de placa de sinalética própria, acompanhada de 100 euros, quantia que será devolvida caso o recurso seja deferido pelo Júri de Apelo;
4. Sendo o recurso deferido, a decisão objeto do recurso será adequadamente anulada ou revertida, após o que prosseguirá a prova;
5. Cada associação ou clube participante tem apenas direito a um pedido de recurso por escalão competitivo (Seniores, Veteranos e Esperanças);
6. Os pedidos de recurso só podem ser efetuados sobre as decisões do Árbitro Central ou de Plataforma.

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE  
ARTES MARCIAIS CHINESAS

## Capítulo VI – Seleção para nacionais

### Artº 25 (Elementos selecionáveis)

1. Os atletas que se classificarem em cada Campeonato Regional, nos três primeiros lugares por género, escalão, faixa etária e categoria, subirão à competição nacional, dos Campeonatos Nacionais nesses, género, escalão, faixa etária e categoria, para disputarem o respetivo título de “Campeão Nacional”.
2. Se o agrupamento regional, se reduzir ao mínimo de dois os Campeonatos Regionais, o número de apuráveis para os Campeonatos Nacionais, previsto no número anterior, ascenderá aos seis atletas.
3. Sempre que, em género, escalão, faixa etária e categoria não for possível realizar a disputa de título regional, numa determinada região, pela inscrição de um único atleta na prova, este ingressará na prova regional a designar pela Direção da FPAMC, onde a disputa do título seja possível, ou, não existindo a possibilidade desse ingresso, ascenderá diretamente ao Campeonato Nacional.
4. Às Taças de Portugal poderão aceder quaisquer atletas que estejam devidamente inscritos na FPAMC.
5. A inscrição nos regionais, verificando-se a abertura da mesma, é obrigatória para acesso aos nacionais, realizando-se a prova naqueles género, escalão, faixa etária e categoria, ou não, por agregação de provas, sendo que o atleta será seriado para divisão em que se inscreveu, e não para aquela em que foi colocado por decisão organizacional prevista nos regulamentos da FPAMC.

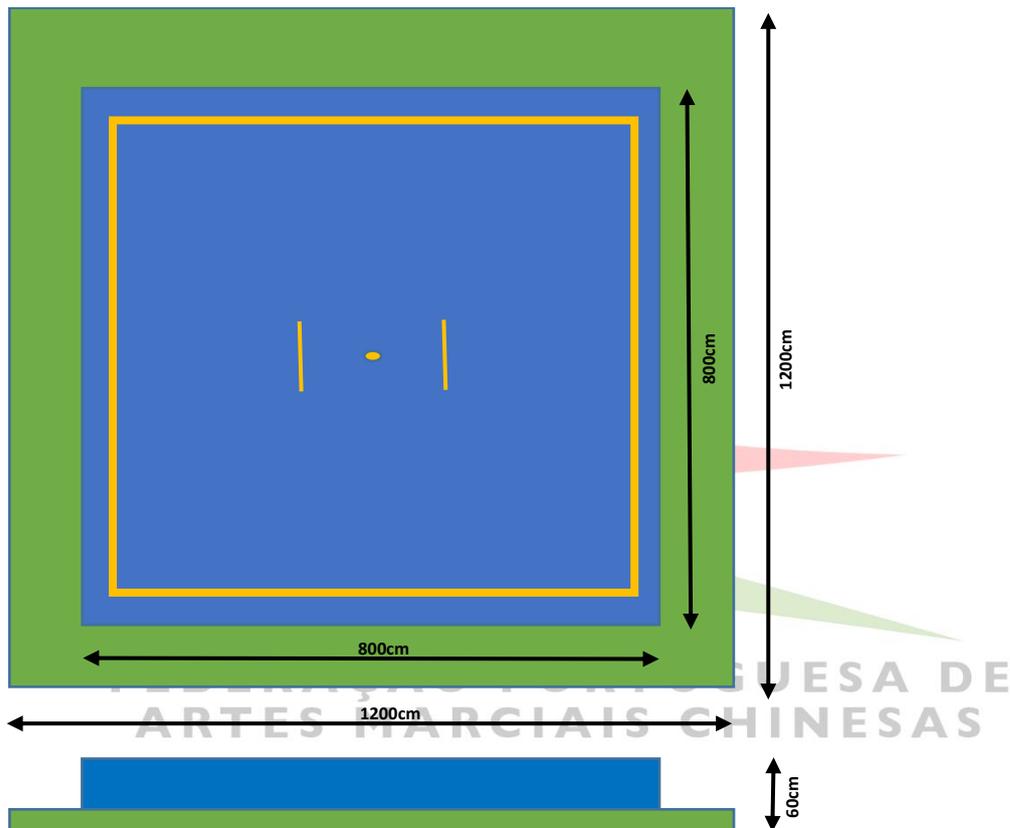
### Artº 26 (Processo de seriação)

1. Quatro (4) ou menos atletas serão automaticamente seriados por combate, sendo pelo menos três (3) apurados para os campeonatos nacionais.
2. No caso previsto para a realização de apenas dois regionais a seriação e apuramento de mais de quatro atletas em combate será feita observando as seguintes condições:
  - a. A ordem do quinto (5º) e sexto (6º) atletas será apurada pela menor média aritmética de pontos negativos acumulados por combate, durante todas as suas prestações em prova ( $MN = (\sum_{i=1}^{NC} Pontos\_Negativos_i)/NC$ );
  - b. Em caso de empate a ordem será determinada sucessivamente pelo menor peso, idade e ordem de inscrição na prova.

## ANEXO I

## Estrutura Física para SJ, SN, TDSN

1. A área de combate para a competição de SJ, SN, TDSN de 8m por 8m com margem de segurança de 2m, em tatami, ou em plataforma coberta a tatami, ou oleado com colchões de espuma de alta densidade de 4cm de espessura mínima, elevada a 60cm do solo, com colchões de amortecimento de 25cm de altura a circundarem a plataforma até 2m da mesma:



## ANEXO II

### Normas adicionais sobre protocolo

#### Saudação protocolar

**Modo específico para saudação.**



#### Chamada de atletas à plataforma de competição



#### Sinalizar os assaltos



### Preparar e iniciar combate



### Parar o combate



### Oito ou dez segundos de passividade



ÇÃO PORTUGUESA DE  
MARCIAIS CHINESAS

Indicação de ataque após passividade



Queda, queda primeiro e queda simultânea



ARTES MARCIAIS CHINESAS

Saída de um atleta, saída simultânea e chamadas à plataforma



Falta grave, falta leve e desqualificação



Pedido de assistência médica, e descanso ou ordem de retorno aos cantos



ANEXO III

Grelhas de competição

Grelha 2, 4, 8, 16 (replicar), 32 (replicar) atletas

1

Empty box for entry 1

\*

2

Empty box for entry 2

3

Empty box for entry 3

4

5

Empty box for entry 5

6

7

Empty box for entry 7

8

Juiz Tipo: \_\_\_\_\_ Ass: \_\_\_\_\_

Classe: C / B / A (Riscar o que não interessa)

Prova Categoria: \_\_\_\_\_ Género: \_\_\_\_\_



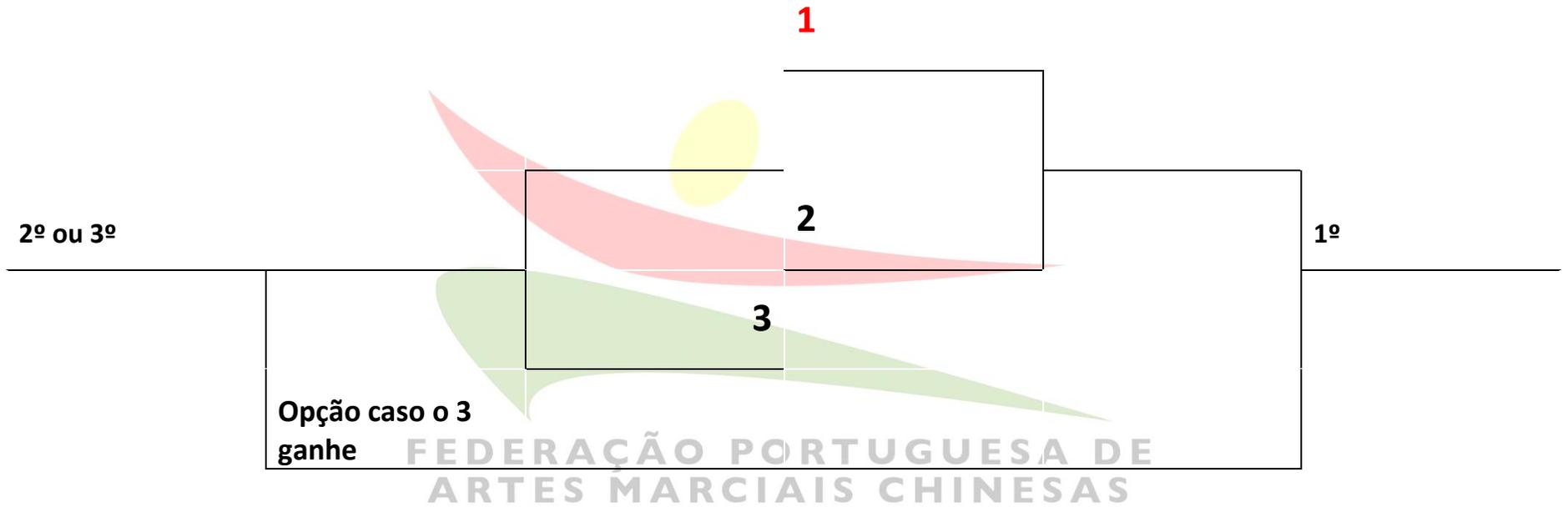
\* Preenchimento para 7, 14 (replicar), 24 (replicar)

Juiz Tipo: \_\_\_\_\_ Ass: \_\_\_\_\_

Classe: C / B / A (Riscar o que não interessa)

Prova Categoria: \_\_\_\_\_ Género: \_\_\_\_\_

**Grelha para 3 atletas**



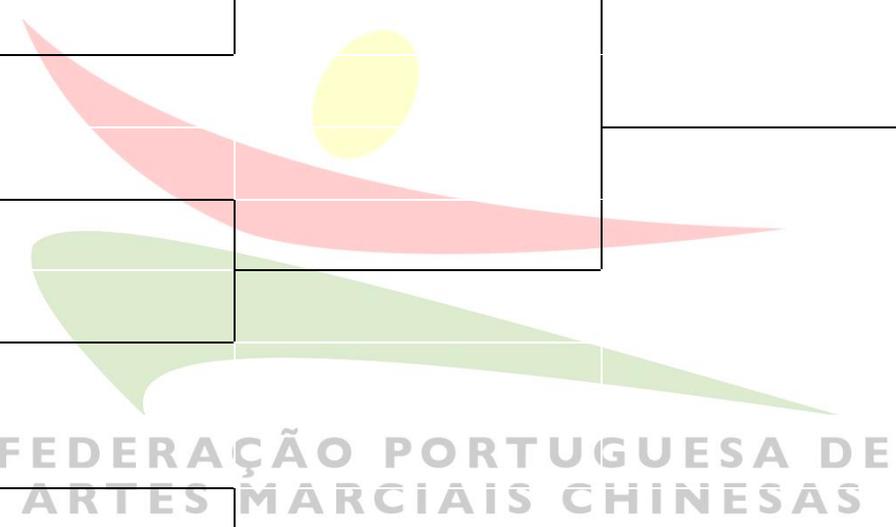
Grelha para 6, 12, 24 atletas (replicar)

Juiz Tipo: \_\_\_\_\_ Ass: \_\_\_\_\_

Classe: C / B / A (Riscar o que não interessa)

Prova Categoria: \_\_\_\_\_ Género: \_\_\_\_\_

1		*	
2			
3			
4			
5			
6			



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE  
ARTES MARCIAIS CHINESAS

\* preenchimento para 5, 10 (replicar), 20 (replicar).

## Grelha de registo para Árbitros de Canto ou Mesa Central

Prova Categoria: \_\_\_\_\_ Género: \_\_\_\_\_

Designação: \_\_\_\_\_

	CANTO VERMELHO ASSOCIAÇÃO: _____ Atleta: _____			CANTO AZUL ASSOCIAÇÃO: _____ Atleta: _____		
<b>Pontos no primeiro assalto</b>	Faltas(G/L)	Quedas		Faltas(G/L)	Quedas	
	Saídas	Contagem		Saídas	Contagem	
<b>Pontos no segundo assalto</b>	Faltas	Quedas		Faltas	Quedas	
	Saídas	Contagem		Saídas	Contagem	
<b>Pontos no terceiro assalto</b>	Faltas	Quedas		Faltas	Quedas	
	Saídas	Contagem		Saídas	Contagem	
<b>Atleta vencedor</b>						
<b>Juiz</b>	Ass.		Tipo:	Dat/Hora		

## ANEXO IV

### Equipamentos – proteções e colete de combate



### Equipamentos – vestuário adicional

