



**PORTUGAL
RUGBY**

**REGULAMENTO DO
CAMPEONATO NACIONAL
1ª DIVISÃO 10'S
FEMININO 2019/2020**



**Artigo 1.º
(Regime Supletivo)**

Ao Campeonato Nacional 1ª Divisão 10's Feminino aplicam-se as normas do Regulamento Geral de Competições em tudo o que não esteja especificamente previsto no presente Regulamento.

**Artigo 2.º
(Tempo de Jogo)**

1. Os jogos terão a duração de trinta (30) minutos, divididos em duas partes de não mais de quinze (15) minutos de duração cada. O intervalo terá duração máxima de cinco (5) minutos.
2. Cada equipa realizará 2 jogos por jornada
3. No caso de jogadora ser suspensa temporariamente (cartão amarelo), o tempo de suspensão é de três (3) minutos.
4. Em caso de expulsão definitiva, a jogadora não poderá jogar em mais nenhum jogo da jornada e ficará sujeita ao disposto no Regulamento de Disciplina da FPR.

**Artigo 3.º
(Competição)**

1. No Campeonato Nacional 1ª Divisão 10's Feminino apenas poderá participar uma equipa por clube.
2. As equipas disputarão um campeonato em que jogarão no sistema de todos-contra-todos durante 3 jornadas.
3. A equipa que terminar o campeonato com o maior número de pontos de classificação, incluindo os pontos bónus ofensivos e defensivos será declarada vencedora da competição.

**Artigo 4.º
(Critérios de classificação e de desempate)**

1. No Campeonato Nacional 1ª Divisão 10's Feminino adoptar-se-á a seguinte tabela de pontuação:
 - a) Em cada jogo serão atribuídos os seguintes pontos de classificação:
 - Vitória: 4 pontos
 - Empate: 2 pontos
 - Derrota: 0 pontos
 - Ponto de Bónus Ofensivo: acrescenta-se um (1) ponto de classificação à equipa que marcar quatro (4) ou mais ensaios e manter uma diferença positiva de, pelo menos, três (3) ensaios relativamente à equipa adversária;
 - Ponto de Bónus Defensivo: acrescenta-se um (1) ponto de classificação à equipa derrotada se a diferença para o vencedor for de sete (7) ou menos pontos de jogo.
 - Falta de Comparência: derrota por 25-0 (equivalente a cinco ensaios) e retirada de um (1) ponto de classificação à equipa responsável, sendo atribuídos cinco (5) pontos de classificação à equipa adversária.

- b)** Quando na classificação final, duas (2) ou mais equipas terminarem empatadas em pontos, o desempate será feito pelos critérios sucessivamente indicados:
- i)** Maior número de vitórias obtidas em todos os jogos disputados na competição;
 - ii)** Pela maior diferença entre o número de pontos de jogo marcados e sofridos em todos os jogos disputados na competição;
 - iii)** Maior número de ensaios marcados em todos os jogos da competição;
 - iv)** Maior diferença entre o número de ensaios marcados e sofridos em todos os jogos disputados na competição;
 - v)** Pelo resultado do jogo entre as equipas empatadas;
 - vi)** Por sorteio.

Artigo 5.º **(Utilização de Jogadores)**

- 1.** Cada equipa será constituída, no máximo, por vinte (20) jogadoras – dez (10) de campo e dez (10) suplentes – devidamente inscritas na FPR e portadoras de documento identificativo válido (cartão licença FPR, ou bilhete de identidade/ cartão de cidadão, ou passaporte). Em nenhuma circunstância será autorizada a participação no Campeonato Nacional 1ª Divisão 10's Feminino, de jogadoras suspensas por uma Associação, Federação ou Organismo nacional e/ou Internacional de Rugby.
- 2.** São permitidas até dez (10) substituições por equipa por jogo, nas condições previstas nas Leis do Jogo.
Excepcionalmente, no caso da equipa apresentar menos de dez (10) suplentes, poderá mesmo assim efectuar no máximo dez substituições, fazendo reentrar atletas que já tenham sido substituídas, com excepção de atletas lesionadas e/ ou sob acção disciplinar.
- 3.** O número mínimo de atletas por equipa para dar início ao jogo, ou para sua continuação, é de cinco (5).
- 4.** Para que uma equipa possa inscrever no Boletim de Jogo entre cinco (5) e dez (10) jogadoras deverá apresentar um mínimo de três (3) jogadoras que possam actuar na primeira linha (três titulares).
- 5.** Para que uma equipa possa inscrever no Boletim de Jogo entre onze (11) e catorze (14) jogadoras deverá apresentar um mínimo de quatro (4) jogadoras que possam actuar na primeira linha (três titulares e uma suplente). Se tal não for cumprido essa equipa só poderá inscrever jogadoras no Boletim de Jogo, nas condições previstas no número anterior.
- 6.** Para que uma equipa possa inscrever no Boletim de Jogo entre quinze (15) e dezanove (19) jogadoras deverá apresentar um mínimo de cinco (5) jogadoras que possam actuar na primeira linha (três titulares e duas suplentes). Se tal não for cumprido essa equipa só poderá inscrever jogadoras no Boletim de Jogo, nas condições previstas no número anterior.

7. Para que uma equipa possa inscrever no Boletim de Jogo vinte (20) jogadoras deverá apresentar um mínimo de seis (6) jogadoras que possam actuar na primeira linha (três titulares e três suplentes). Se tal não for cumprido essa equipa só poderá inscrever jogadoras no Boletim de Jogo, nas condições previstas no número anterior.
8. O árbitro pode, a qualquer momento e desde que considere não estarem reunidas as necessárias condições de segurança das jogadoras, determinar a realização de formações ordenadas simuladas durante um determinado período de jogo ou durante todo o restante tempo de jogo.
9. Qualquer atleta que tenha completado dezoito (18) anos pode jogar na primeira linha.
10. Nos casos previstos nos números 3 a 7, o árbitro deverá mencionar esses factos no relatório complementar no verso do Boletim de Jogo.

Artigo 6.º

(Utilização Indevida de Jogadoras)

No caso de uma equipa apresentar uma jogadora não inscrita, suspensa ou com falsa identidade, ser-lhe-á aplicada a penalização de falta de comparência, com as consequências previstas no presente regulamento, podendo ainda ser aplicadas outras definidas no RGC.

Artigo 7.º

(Responsabilidade na Arbitragem)

1. A nomeação de Árbitros é da responsabilidade do Conselho de Arbitragem.
2. Na ausência do árbitro nomeado pela FPR será o responsável da jornada a indicar o árbitro para esse/s jogo/s, devendo registar no relatório do Boletim de Jogo o sucedido.

Artigo 8.º

(Bola)

A bola a utilizar deverá ser a nº 5.

Artigo 9.º

(Dossier de Equipa)

1. A elaboração e apresentação do Dossier de Equipa é obrigatória para todos os clubes inscritos no torneio.
2. Devem constar obrigatoriamente do dossier da equipa a identificação das jogadoras e agentes desportivos registados no Boletim de Jogo, conforme estabelecido no RGC da FPR (cartão licença FPR, ou bilhete de identidade/ cartão de cidadão, ou passaporte).
3. Caso seja necessário, o dossier pode ser consultado por qualquer responsável de equipa, desde que devidamente identificado no Boletim de Jogo e no dossier da respectiva equipa.

Artigo 10.º (Disposições Gerais)

1. Após o torneio a entidade organizadora deverá enviar para o Departamento de Competições da FPR (competicoes@fpr.pt) um relatório sucinto e com a informação, obrigatória, dos resultados e classificações.
2. Equipamentos
 - a) Não existirá limite ao número de equipamentos alternativos que cada clube poderá utilizar, mas deverá apresentar um mínimo de dois conjuntos de camisolas de jogo diferentes.
 - b) As jogadoras devem manter o mesmo número da camisola durante toda a eliminatória.
 - c) Se o equipamento for de difícil destriça, mudará de equipamento o clube cuja equipa tenha sido sorteada em segundo lugar. Em caso de dúvida, compete ao árbitro apreciar e decidir sobre a semelhança dos equipamentos.
3. Responsabilidade da FPR:
 - a) Gestão, controlo e divulgação da competição e respetivos quadros competitivos;
 - b) Divulgação dos resultados e classificações finais;
 - c) Nomeação de árbitros pelo Conselho de Arbitragem, de acordo com o quadro de árbitros disponíveis.
4. Da responsabilidade da entidade organizadora:
 - a) Fisioterapeuta (presença obrigatória);
 - b) Campo, balneários, proteções dos postes, zona de descanso abrigada para as equipas e árbitros, bolas de jogo, tenda de secretariado, mesas, cadeiras;
 - c) Quadro de jogos e resultados;
 - d) Colaboradores no controlo dos campos, incluindo apanha-bolas.

Artigo 11.º (Leis de Jogo)

Aplicam-se as Alterações às Leis de Jogo para a Variante de Rugby de Tens, à exceção do estipulado no presente regulamento e nas seguintes Alterações:

LEI 3 – NÚMERO DE JOGADORES: A EQUIPA

3.1. NÚMERO MÁXIMO DE JOGADORES NA ÁREA DE JOGO

Máximo: cada equipa não deve ter mais de dez jogadoras na área de jogo.

3.4. NOMEAÇÃO DE JOGADORES SUPLENTES/SUBSTITUTOS

Uma equipa não pode designar mais de dez suplentes/substitutos.

Uma equipa poderá substituir até dez jogadoras durante o jogo.

As substituições deverão ocorrer pelo centro do terreno (linha de centro) e a jogadora suplente/ substituto só poderá entrar em campo depois da jogadora a ser substituída ter abandonado o terreno de jogo.

SANÇÃO: Pontapé de penalidade no ponto onde o jogo teria recomeçado.

LEI 5 – TEMPO DE JOGO

5.1. DURAÇÃO DO JOGO

A duração de cada jogo será conforme o estipulado no Artigo 2.º do presente regulamento.

5.2. INTERVALO

No final do primeiro meio-tempo as equipas trocarão de campo, havendo um intervalo com duração conforme o estipulado no Artigo 2.º do presente regulamento.

LEI 9 – PONTUAÇÃO

9B.1. EXECUÇÃO DO PONTAPÉ DE TRANSFORMAÇÃO

(c) O pontapé deverá ser executado por meio de um pontapé de ressalto.

(e) O pontapé deve ser executado até trinta segundos após a obtenção do ensaio. No caso do pontapeador demorar mais tempo que o permitido por Lei, o pontapé será anulado.

9B.4. A EQUIPA ADVERSÁRIA

(a) Após a obtenção de um ensaio toda a equipa adversária deverá dirigir-se imediatamente para a sua linha de 10 metros, como tal não pode pressionar o pontapé de transformação.

LEI 13 – PONTAPÉ DE SAÍDA E PONTAPÉS DE RECOMEÇO

13.2. QUEM EXECUTA O PONTAPÉ DE SAÍDA E O PONTAPÉ DE CENTRO

(c) Após uma equipa ter marcado pontos, será essa equipa a efectuar o pontapé de centro através de um pontapé de ressalto dado no centro do terreno, ou atrás desse ponto. **SANÇÃO: Pontapé livre no centro do terreno.**

13.3. COLOCAÇÃO DA EQUIPA DO PONTAPEADOR NO PONTAPÉ DE SAÍDA E NO PONTAPÉ DE CENTRO

Toda a equipa do pontapeador deve estar atrás da bola quando esta é pontapeada, caso contrário, será assinalado um pontapé livre no centro do terreno beneficiando a equipa adversária.

SANÇÃO: Pontapé livre no centro do terreno.

13.7. BOLA QUE NÃO ATINGE A LINHA DE 10 METROS E NÃO É JOGADA POR UM ADVERSÁRIO

Num pontapé de saída ou pontapé de centro, a bola deve atingir a linha de 10 metros adversária, caso contrário a equipa adversária beneficiará dum pontapé livre no centro do terreno.

SANÇÃO: Pontapé livre no centro do terreno.

13.8. BOLA PONTAPEADA DIRECTAMENTE PARA FORA

Quando é executado um pontapé de saída ou um pontapé de centro, a bola deve tocar primeiro no terreno de jogo. No caso da bola ser pontapeada directamente para fora por uma lateral, a equipa adversária beneficiará dum pontapé livre no centro do terreno. **SANÇÃO: Pontapé livre no centro do terreno.**

13.9. BOLA PONTAPEADA PARA A ÁREA DE ENSAIO ADVERSÁRIA

(b) Se a equipa adversária faz um toque-de-meta, faz com que a bola fique morta, ou esta fica morta por atravessar a linha lateral de ensaio ou a linha de fundo, beneficiará de um pontapé livre no centro do terreno.

SANÇÃO: Pontapé livre no centro do terreno.

LEI 20 – FORMAÇÃO ORDENADA

Definições

A formação ordenada só poderá ter lugar no terreno de jogo e é constituída por cinco jogadoras de cada equipa, ligadas entre si em duas filas por equipa. As primeiras filas de cada equipa encaixam uma na outra de modo a que as cabeças das jogadoras estejam alternadas. Esta forma de se encaixarem uma na outra cria um túnel no qual será introduzida a bola pela jogadora médio de formação, de modo que qualquer jogadora da 1ª linha possa disputar a sua posse, talonando a bola com qualquer dos seus pés.

20.1. CONSTITUIÇÃO DA FORMAÇÃO ORDENADA

(e) **Número de jogadoras – cinco:** A formação ordenada será sempre constituída por cinco jogadoras de cada equipa e que devem permanecer ligadas até que esta termine. Cada uma das 1ªs linhas será em todas as ocasiões composta por três jogadoras. Cada uma das 2ªs linhas será composta por duas jogadoras, ligadas entre si e a formar de modo a que as suas cabeças estejam entre um pilar e o talonador.

SANÇÃO: Pontapé de penalidade.

20.9 FORMAÇÃO ORDENADA – RESTRIÇÕES

(j) **Empurrar não mais de 1,5 metros:** É ilegal para qualquer uma das equipas empurrar os adversários mais de 1,5 metros do ponto inicial em direcção à linha de ensaio adversária.

SANÇÃO: Pontapé livre.



20.10. FIM DA FORMAÇÃO ORDENADA

(c) Nenhuma jogadora da formação ordenada poderá desligar-se da mesma para jogar a bola.

SANÇÃO: Pontapé de penalidade.

20.12. FORA-DE-JOGO NA FORMAÇÃO ORDENADA

(a) Quando a formação ordenada estiver formada, o médio de formação não introdutor da bola deve colocar-se do mesmo lado da formação ordenada do

seu opositor directo (do lado da introdução) ou, em alternativa, colocar-se atrás da linha de fora-de-jogo dos jogadores não participantes na formação ordenada.

(b) **Fora-de-jogo para os médios de formação:** Um jogador está fora-de-jogo se, sendo o adversário directo do médio de formação da equipa que ganhou a posse da bola na formação ordenada, coloca qualquer um dos seus pés à frente da bola enquanto esta permanece na formação ordenada.

SANÇÃO: Pontapé de penalidade.

(c) O médio de formação da equipa que não ganhou a posse da bola na formação ordenada não se deve deslocar para o lado oposto desta e colocar qualquer um dos seus pés à frente da sua linha de fora-de-jogo que passa pelo último pé do jogador da sua equipa na formação ordenada.

SANÇÃO: Pontapé de penalidade.

(d) O médio de formação da equipa que não ganhou a posse da bola na formação ordenada não se deve afastar desta, devendo permanecer à frente da sua linha de fora-de-jogo, que passa pelo último pé do jogador da sua equipa na formação ordenada.

SANÇÃO: Pontapé de penalidade.

(e) Qualquer jogador das duas equipas poderá ocupar a posição de médio de formação, mas cada equipa só pode apresentar um médio de formação em cada formação ordenada.

SANÇÃO: Pontapé de penalidade na linha de fora-de-jogo.

(f) **Fora-de-jogo para os jogadores não incorporados na formação ordenada:** Um jogador não incorporado na formação ordenada, e não sendo o jogador de uma ou outra equipa encarregado da introdução da bola na mesma, está fora-de-jogo se coloca qualquer um dos seus pés à frente da linha de fora-de-jogo, ou se permanecer à frente desta linha. A linha de fora-de-jogo para os jogadores não participantes na formação ordenada é uma linha imaginária paralela às linhas de ensaio e distam 5 metros do último pé do jogador de cada equipa incorporado na formação ordenada.

SANÇÃO: Pontapé de penalidade na linha de fora-de-jogo.

LEI 21 – PONTAPÉ DE PENALIDADE E PONTAPÉ LIVRE

21.3. MODO DE EXECUTAR O PONTAPÉ DE PENALIDADE E PONTAPÉ LIVRE

(a) Um pontapé de penalidade ou um pontapé livre assinalado após uma infracção, pode ser executado por qualquer jogadora da equipa não infractora, e de um modo qualquer: pontapé de ressalto ou pontapé-de-balão, excepto um pontapé colocado. O pontapé pode ser dado com qualquer parte da perna, desde o joelho aos dedos do pé, com exclusão do joelho e calcanhar.

21.4. OPÇÕES E CONDIÇÕES NO PONTAPÉ DE PENALIDADE E PONTAPÉ LIVRE

(b) **Sem demora:** Quando da execução de um pontapé de penalidade aos postes, o pontapé (de ressalto) deve ser executado até trinta segundos a partir do momento em que a infracção é assinalada. Caso contrário, o pontapé será anulado e assinalada uma formação ordenada na marca com introdução da bola pela equipa adversária.

Artigo 12.º (Revogação)

O presente Regulamento revoga tudo o que anteriormente estava regulamentado sobre o Campeonato Nacional 1ª Divisão 10's Feminino.