

DIVISÃO DE JUVENTUDE E DESPORTO

1º ENCONTRO WALKING FOOTBALL INTER-FREGUESIAS DO CONCELHO DE CHAVES

NORMAS REGULAMENTARES

INTRODUÇÃO

O Walking Football, futebol a andar, tem como objetivo incentivar a prática desportiva a pessoas com idades superiores a 50 anos, onde impera a integração e o convívio em prol de uma vida mais ativa. Pretende combater o isolamento, o sedentarismo, a depressão, melhorar os índices de saúde e aumentar a interação social dos praticantes.

O Walking Football é uma versão do jogo de Futebol em que não é permitido correr.

1 - REGRAS

Serão aplicadas as “Leis de Jogo do Walking Football” oficialmente aprovadas pelo Regulamento de Provas Oficiais da FPF. As alterações pontuais serão especificadas nestas Normas Regulamentares.

2 - ARBITRAGEM

Os jogos disputam-se sob o controlo de um árbitro, que dispõe de toda a autoridade necessária para aplicar as Leis de Jogo.

As decisões do árbitro devem ser sempre respeitadas, devendo ser tomadas no sentido de fazer cumprir as leis de jogo, tendo a sensibilidade do “espírito recreativo do jogo”

3 - SECRETARIADO/MESA DE JOGO

A mesa de jogo será constituída por dois elementos (um representante de cada equipa), que terão como função o preenchimento do boletim de jogo apresentação/verificação da identificação dos jogadores e colaborar com os árbitros, caso sejam solicitados para tal.

4 - EQUIPAS PARTICIPANTES

Cada Freguesia poderá participar com uma única equipa constituída por indivíduos de ambos os sexos, com idade superior a 50 anos de idade sendo o Presidente da respetiva Junta o responsável máximo da mesma, podendo, contudo, nomear um representante (devidamente identificado) para o substituir em caso de impedimento do próprio.

4.1- Inscrição de Jogadores

Cada equipa poderá inscrever até 10 jogadores de ambos os sexos com mais de 50 anos de idade. É necessário a apresentação da fotocópia do Cartão Cidadão, ou Bilhete de Identidade de cada participante.

4.2 - Constituição das Equipas

Na lista terão de constar obrigatoriamente os nomes, os números do Cartão de Cidadão, a data de nascimento dos seguintes elementos: **5 a 10 jogadores**, sendo facultativa a apresentação de 1 treinador, 1 delegado e 1 elemento de apoio médico.

4.3 - Ficha de inscrição das equipas

A lista de elementos (previamente facultada às equipas) terá de ser entregue à organização impreterivelmente até às **16H00 do dia 12 de junho de 2026**, devidamente preenchida e assinada pelo Presidente de Junta. Após esta



data, não serão aceites mais inscrições ou qualquer tipo de documentação, sendo esta definitiva, não podendo ser alterada durante o torneio.

Na entrega da respetiva lista de elementos, todos os documentos comprovativos da inscrição, terão de ser entregues na sua totalidade, não sendo aceites documentos entregues posteriormente.

No ato de entrega da lista de elementos, a mesma será analisada e comprovada pela organização e pelo elemento da Junta de Freguesia incumbido da entrega da mesma lista.

Toda a documentação terá que ser entregue pessoalmente, nos serviços Municipais da Divisão de Juventude e Desporto (Centro Cultural), sito no Largo da Estação, para a devida participação.

Após a análise por parte da organização da documentação entregue por parte das Juntas de Freguesia, as mesmas serão notificadas **via email** da validação da inscrição no Torneio.

4.4 - Identificação dos jogadores antes dos jogos

A identificação de todos os elementos da equipa antes de cada jogo será comprovada pela “chamada” efetuada pelos elementos da mesa, através dos nomes inscritos no boletim de jogo e **correspondente documento oficial de identificação, Cartão de Cidadão.**

Não poderão jogar nem estar no banco de suplentes elementos que não constem no boletim de jogo.

5 - DURAÇÃO DO JOGO

Os jogos terão a duração de 40 minutos (tempo corrido), divididos em 2 partes de 20 minutos cada, com um intervalo de 10 minutos.

Em virtude da ampla diversidade de capacidades físicas dos escalões etários dos praticantes, o tempo de jogo pode ser dividido em 4 períodos de 10 minutos (cada parte de 20 minutos, subdividida em 2 períodos de 10 minutos, com um período de descanso máximo de 2 minutos)

O controlo do tempo de jogo será da inteira responsabilidade dos Árbitros.

6 - SANÇÕES DISCIPLINARES

Tendo em consideração o tipo de população a quem se destina o Walking Football e o seu carácter recreativo, entende-se que o uso de suspensões temporárias e a exclusão de um jogador decorrente da emissão de um cartão vermelho, são as ações disciplinares recomendadas.

O árbitro deve usar a suspensão temporária (cartão azul) de um jogador em todas as situações tradicionalmente consideradas como infrações passíveis de advertência (mostragem de cartão amarelo).

Assim, as opções para o árbitro impor as sanções disciplinares são:

- **cartão azul:** jogador temporariamente suspenso do jogo.
- **cartão vermelho:** jogador permanentemente excluído do jogo.

a) Suspensão Temporária

Um jogador suspenso temporariamente do jogo receberá um cartão azul do árbitro. A duração da suspensão durará o restante tempo de jogo da respetiva parte (1.^a ou 2.^a partes do jogo) ou do período, se o jogo tiver 4 períodos (1.^o, 2.^o, 3.^o ou 4.^o períodos).

Face ao carácter recreativo e de promoção do desenvolvimento da saúde e do bem-estar que se pretende, quando da suspensão temporária de um jogador é permitido que a equipa tenha a possibilidade de colocar outro jogador em campo (a equipa nunca fica a jogar em inferioridade numérica).

b) Suspensão Temporária – Cartão Azul

Um jogador recebe o cartão azul e é temporariamente suspenso quando cometer as seguintes infrações:

- 1) Comportamento antidesportivo;
- 2) Jogue ou tenha comportamentos agressivos e perigosos para com o adversário;
- 3) Mostra discordância com palavras ou atos das decisões do árbitro;
- 4) Infringir persistentemente as Leis de Jogo;
- 5) Atrasar o início do jogo;



- 6) Não respeitar a distância exigida quando o jogo é reiniciado com pontapé de canto, lançamento lateral, pontapé-livre ou lançamento de baliza;
- 7) Fazer uma infração, fora da área de penalti, que anule uma situação clara de golo para a equipa adversária;
- 8) Comete uma infração no procedimento da substituição;
- 9) Deixa deliberadamente o terreno de jogo sem permissão do árbitro e fora do âmbito de uma substituição;
- 10) Entra no campo sem autorização do árbitro e fora do âmbito de uma substituição.
- 11) Um jogador que tiver duas suspensões temporárias não pode participar mais no jogo.

c) Suspensões Permanentes – Cartão Vermelho

Um jogador é expulso e recebe o cartão vermelho se cometer as seguintes infrações:

- 1) Evidencia conduta violenta;
- 2) Usa linguagem insultuosa para qualquer agente desportivo;
- 3) Morde ou cospe alguém

Um jogador expulso não pode entrar e participar mais no jogo. Face ao carácter recreativo e de promoção do desenvolvimento da saúde e do bem-estar que se pretende, quando um jogador é expulso é permitido que a equipa tenha a possibilidade de colocar outro jogador em campo (a equipa nunca fica a jogar em inferioridade numérica).

7- FALTAS E INCORREÇÕES

O Walking Football é uma versão do jogo de futebol com duas características especiais:

- não é permitido qualquer contacto físico entre os jogadores.
- não é permitido correr em circunstância alguma, isto é, os jogadores têm de ter sempre, obrigatoriamente, um membro inferior(pé) em contacto com o solo.

A estas duas particularidades juntam-se mais três que determinam a essência do jogo:

- cada jogador não pode dar mais de 3 toques consecutivos na bola;
- a bola, em circunstância alguma, pode subir mais do que a altura da cintura dos jogadores (aproximadamente 1 metro);
- o golo só é válido quando marcado dentro da área de baliza, ou caixa de 6 metros, devidamente sinalizadas.

Os incumprimentos destas particularidades levam a comportamentos faltosos ou incorretos, sendo concedido à equipa contrária um pontapé-livre (**no Walking Football os pontapés-livres são sempre indiretos, não se pode marcar golo diretamente**). Os pontapés-livres apenas são concedidos quando a bola está em jogo.

Um pontapé-livre é concedido à equipa adversária do jogador que cometa uma das seguintes infrações contra um adversário de forma que os árbitros considerem imprudente, negligente ou com força excessiva:

- a) Carregar;
- b) Saltar sobre;
- c) Dar ou tentar dar um pontapé;
- d) Empurrar;
- e) Atingir ou tentar attingir/agredir (incluindo com cabeçada);
- f) Entrar em tackle;
- g) Rasteirar ou tentar rasteira

Um pontapé-livre também é concedido à equipa adversária se um jogador cometer uma das seguintes infrações:

- a) Correr;
- b) Dar mais de 3 toques consecutivos na bola sem que um colega ou adversário toque na bola;
- c) Levantar a bola acima da cintura, em qualquer circunstância (passe, receção ou outra);

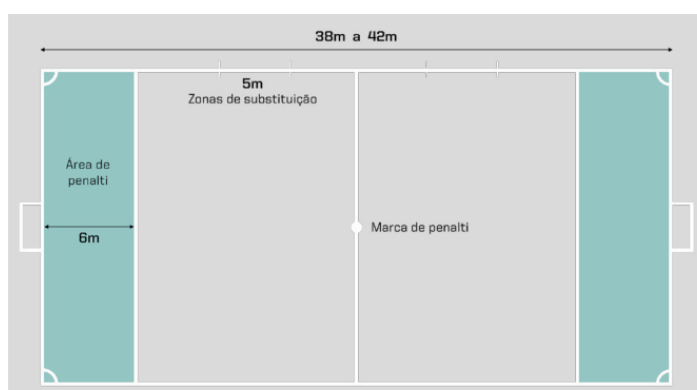


- d) Cuspir sobre alguém;
- e) Deslizar pelo chão (tackle deslizante), quando a bola está a ser jogada pelo adversário, para intercetar um passe, mesmo não tocando no adversário;
- f) Jogar a bola quando está no chão;
- g) Tocar a bola com a mão/braço, mesmo quando esta se encontra abaixo da linha da cintura.

Um pontapé-livre também será concedido se, na opinião do árbitro, um jogador:

- a) Jogar de forma perigosa;
- b) Impedir a progressão do adversário sem que haja qualquer contacto físico (obstrui o seu movimento);
- c) For dissidente, por usar linguagem ofensiva, insultuosa, ou abusiva e/ou gestos ofensivos.

8 - TERRENO DE JOGO



8.1 - O terreno de jogo deve ser retangular com as seguintes medidas:

Comprimento (linha lateral) – mínimo: 38 metros – máximo: 42 metros

Largura (linha de baliza) – mínimo: 18 metros – máximo: 25 metros

8.2 - Área de Penalti

Deve ser marcada uma área de penalidade em cada extremidade do campo da seguinte forma:

Deve ser marcada uma área de penalidade em cada extremidade do campo, traçada a 6 metros da linha de baliza.

8.3 - Marca de Penalti

A marca de penalti fica situada no ponto central da linha de meio campo.

8.4 - Área de Canto

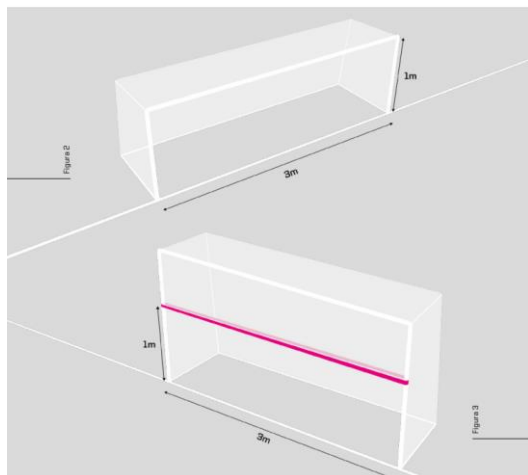
É traçado, em cada canto, um quarto de círculo, com um raio de 25 cm, no interior da superfície de jogo.

8.5 - Zonas de Substituições

As zonas de substituição são espaços sobre a linha lateral, à frente dos bancos de cada equipa.



8.6 - Balizas



As balizas são colocadas no centro de cada linha de baliza e devem ter as dimensões de 3 metros de largura por 1 de altura.

Podem ser adotadas as balizas de Futsal ou Andebol e colocar uma fita ou elástico a 1 metro de altura.

9- MATERIAL PARA OS JOGOS

9.1- Equipamento de jogo

As equipas deverão apresentar-se com equipamento identificativo onde, obrigatoriamente, as camisolas de jogo sejam iguais e com numeração nas costas. O restante equipamento será constituído por calções, meias e calçado desportivo (sapatilhas com sola de borracha ou outro material similar).

9.2 - A BOLA

Deve ser esférica de tamanho 4, devendo pesar entre 400g a 440g (bola de futsal)

10- INSTALAÇÕES DESPORTIVAS

Os jogos decorrerão no Estádio Municipal da Fonte do Leite (Associação Desportiva Flaviense).

11- APTIDÃO FÍSICA DOS JOGADORES

Os participantes devem reunir condições de saúde necessárias à prática desportiva pelo que a aptidão física dos mesmos será da sua inteira responsabilidade.

12- SEGURO DESPORTIVO

A entidade organizadora proporcionará a todas as equipas participantes um Seguro Desportivo. Este estará em vigor durante a realização dos jogos, para os participantes devidamente inscritos, na Atividade Física Sénior desenvolvida pelo Município.

Qualquer acidente ou lesão que aconteça durante o jogo, deverá ser obrigatória e devidamente registada no boletim do respetivo jogo, junto dos árbitros.

Solicitamos o maior desportivismo e espírito de **“fair-play”** a todas as equipas participantes.



13 - PRÉMIOS

- Medalhas para os atletas participantes.
- Troféus de participação para as equipas participantes
- Diploma de participação para as equipas participantes.

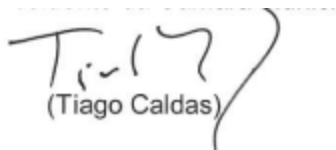
14 - DIREITOS DE IMAGEM

A Junta de Freguesia, ao proceder à inscrição, autoriza a cedência, de forma gratuita e incondicional, dos direitos de utilização de imagem dos seus atletas captada nas filmagens e fotografias que terão lugar durante o evento, para a dinamização do mesmo.

15 - PROTEÇÃO DE DADOS

Todos os dados recolhidos no processo de inscrição são mantidos e tratados de uma forma segura e destinam-se ao desenvolvimento natural do torneio nomeadamente: validação do seguro dos participantes no evento e lista de inscritos.

O Vice-Presidente da Câmara Municipal


(Tiago Caldas)

