



# **Torneio da Liberdade**

## **Regulamento de competição**

Abril de 2022

## Índice

1. Objeto	1
2. Quem pode participar	1
3. Inscrição e condições de participação	1
4. Equipas	1
5. Classificações	2
6. Forma de Desempate	2
7. Prémios	3
8. Categorias de peso e escalões etários	3
9. Equipamento de proteção obrigatório e uniforme de competição	5
10. Duração dos combates	7
11. Regras	7



## **1. Objeto**

1.1. O Torneio da Liberdade, doravante designado por TDL é uma prova de âmbito nacional, podendo participar todos os clubes e atletas filiados na FNKDA, com seguro desportivo e exame médico desportivo válido.

2.1. O TDL é uma prova individual e por equipas e disputa-se nas disciplinas de Light-Contact, Kick Light e Point Fighting, em Masculinos e Femininos, em todos os escalões etários e categorias de peso.

## **2. Quem pode participar**

2.1. Atletas nacionais e estrangeiros.

2.2. Podem participar na prova atletas de todas as classes, independentemente do número de combates.

## **3. Inscrição e condições de participação**

3.1. As inscrições são feitas através de um formulário próprio.

3.2. Os atletas podem participar em mais do que uma disciplina;

3.3. A inscrição de cada atleta por cada disciplina tem um custo de 5€ que devem ser pagos no acto da inscrição para o IBAN FNKDA: PT50007900008303571910131;

3.4. Os atletas que tenham seguro próprio, deverão apresentar documento que comprove serem detentores de um seguro desportivo válido, que compreenda artes marciais e desportos de combate.

3.5. A FNKDA reserva-se ao direito de cancelar a inscrição dos atletas que não cumpram as referidas condições de participação.

## **4. Equipas**

4.1. Um treinador só pode inscrever uma equipa, ficando a designação da mesma ao seu critério.

## **5. Classificações**

5.1. A classificação individual em cada disciplina é feita da seguinte forma:

- a) Campeão: 1º Lugar – 3 pontos

- b) Vice-Campeão: 2º Lugar – 2 pontos
- c) 3º Lugar – 1 ponto.

5.2. Os atletas sem adversário serão considerados “Vencedores do TDL”, não pontuando para a classificação por equipas.

5.3. A classificação por equipas em cada uma das disciplinas, Light-Contact, Kick-Light e Point Fighting, é apurada pelo somatório dos pontos obtidos pelos atletas de cada clube, na respetiva disciplina.

5.4. A classificação geral do TDL é apurada a partir dos resultados obtidos pelas equipas, nas três disciplinas, utilizando a seguinte tabela de correspondência:

- a) 1ª Equipa na disciplina - 13 pontos
- b) 2ª Equipa na disciplina - 11 pontos
- c) 3ª Equipa na disciplina - 9 pontos
- d) 4ª Equipa na disciplina - 7 pontos
- e) 5ª Equipa na disciplina - 5 pontos
- f) 6ª Equipa na disciplina - 3 pontos
- g) 7ª Equipa na disciplina - 2 pontos
- h) 8ª Equipa na disciplina - 1 ponto

5.5. A equipa vencedora do TDL será a que conseguir o maior número de pontos no somatório das três disciplinas, depois de utilizada a tabela de correspondência constante no número 5.2 do presente regulamento.

## **6. Forma de Desempate**

6.1. Em caso de igualdade nas disciplinas, o desempate será feito por disciplina, utilizando os seguintes fatores de desempate:

- a) Menor número de atletas;
- b) Maior número de primeiros lugares com adversário;
- c) Maior número de segundos lugares;
- d) Maior número de terceiros lugares;
- e) Maior número de primeiros lugares;
- f) Menor média de idades.



6.2. Em caso de igualdade no final do TDL, o desempate será feito tendo em consideração os totais das duas disciplinas, utilizando os seguintes fatores de desempate:

- a) Menor número de atletas;
- b) Maior número de primeiros lugares com adversário;
- c) Maior número de segundos lugares;
- d) Maior número de terceiros lugares;
- e) Maior número de primeiros lugares;
- f) Menor média de idades.

## 7. Prémios

7.1. Os prémios por equipas, por disciplina, são compostos por uma taça para o primeiro, segundo e terceiro classificados.

7.2. Haverá ainda uma Taça de Campeão do TDL, para a equipa que pontuar mais na classificação geral.

7.3. Os prémios individuais serão compostos por uma medalha para o primeiro, segundo e terceiros classificados.

7.4. Os prémios são entregues no final da competição.

## 8. Categorias de peso e escalões etários

8.1. Infantis (7, 8, 9 anos – ano de nascimento: 2013, 2014, 2015)

Masculino	Feminino
-18kg	-18kg
-21kg	-21kg
-24kg	-24kg
-27kg	-27kg
-30kg	-30kg
-33kg	-33kg
-36kg	-36kg
+36kg	+36kg

8.2. Iniciados (10, 11, 12 anos – ano de nascimento: 2012, 2011, 2010)

Masculin o	Feminino
-28kg	-28kg
-32kg	-32kg
-37kg	-37kg
-42kg	-42kg
-47kg	-47kg
+47kg	+47kg

8.3. Juvenis (13, 14, 15 anos – ano de nascimento: 2009, 2008, 2007)

Masculin o	Feminino
-32kg	-32kg
-37kg	-37kg
-42kg	-42kg
-47kg	-46kg
-52kg	-50kg
-57kg	-55kg
-63kg	-60kg
-69kg	-65kg
+69kg	+65kg

8.4. Juniores (16, 17, 18 anos – ano de nascimento: 2006, 2005, 2004)

Masculin o	Feminino
-57kg	-50kg
-63kg	-55kg
-69kg	-60kg
-74kg	-65kg
-79kg	-70kg



-84kg	+70kg
-89kg	
-94kg	
+94kg	

8.5. Seniores (19 - 40 anos – ano de nascimento: 2003-1982)

Masculin o	Feminino
-57kg	-50kg
-63kg	-55kg
-69kg	-60kg
-74kg	-65kg
-79kg	-70kg
-84kg	+70kg
-89kg	
-94kg	
+94kg	

8.6. Veteranos (41 - 55 anos – ano de nascimento: 1981-1967)

Masculin o	Feminino
-63kg	-55kg
-74kg	-65kg
-84kg	+65kg
-94kg	-
+94kg	-

**9. Equipamento de proteção obrigatório e uniforme de competição**

9.1. O equipamento de proteção obrigatório em todas as disciplinas é o seguinte:

- a) Capacete;

b) Capacete com viseira para os Infantis e Iniciados na disciplina de Point Fighting;

c) Luvas de 10 onças (283 gramas), com velcro (os Infantis e Iniciados podem usar luvas mais pequenas) para as disciplinas de Light Contact e Kick Light;

d) Em Point Fighting os atletas devem utilizar *Mitts* (luva de mão aberta que cobre separadamente o polegar e os quatro dedos);

d) Ligaduras: As ligaduras devem ter 250 cm de comprimento e 5 cm de largura, em algodão e sem extremidades afiadas. São apertadas à parte superior dos pulsos do atleta com uma tira de adesivo com base de algodão com comprimento máximo de 15 cm e 2 cm de largura;

e) Protetor de dentes;

f) Proteções de pés, têm de ser uma única peça com a sola do pé aberta:

g) Proteções de tíbia, devem proteger abaixo do joelho até ao topo do pé. Não pode ter proteção no pé;

h) Proteção de peito, para atletas femininos a partir do escalão juvenil;

i) Coquilha protetora;

j) Protetor de tornozelo é opcional;

f) Em Point Fighting a utilização de cotoveleiras é obrigatória.

9.2. As Luvas e o Capacete utilizados pelos atletas, têm de ser de cor igual ao canto em que os mesmos competirem (vermelho ou azul):

9.3. Os uniformes de competição são diferentes para cada disciplina e devem estar limpos, em boas condições e serem do tamanho apropriado para cada atleta:

a) Para a disciplina de Point fighting, os atletas deverão usar uma t-shirt com decote em “V”, com o comprimento das mangas a não ultrapassar a distância média do braço;

b) Para a disciplina de Light Contact, os atletas deverão usar uma t-shirt normal (decote redondo), com o comprimento das mangas a não ultrapassar a distância média do braço;

c) Tanto para a disciplina de Point Fighting como para a disciplina de Light Contact, os atletas deverão usar calças de tamanho apropriado, desde a cintura até ao tornozelo. As calças deverão apresentar uma





banda elástica na cintura de 8 a 10cm, de cor diferente do resto das calças, ou em alternativa, o atleta poderá usar um cinturão da cor do canto. Não são permitidas calças com logotipos ou nomes de outros desportos.

c) Para a disciplina de Kick Light, os atletas deverão usar uma t-shirt de manga cava (sem mangas) e uns calções que cubram até  $\frac{3}{4}$  da coxa, deixando o joelho à mostra. Os calções deverão apresentar uma banda elástica na cintura de 8 a 10cm, de cor diferente do resto dos calções e da t-shirt. Não são permitidos calções com logotipos ou nomes de outros desportos.

#### 9.4. Barba, cabelo e Unhas:

- a) A barba dos atletas não poderá exceder os 2cm;
- b) Atletas com o cabelo comprido deverão ter o cabelo apanhado, de forma que este não atrapalhe o decorrer do combate;
- c) As unhas dos pés e das mãos deverão ter um tamanho apropriado, de forma a não causar lesões ao atleta adversário;

9.5. Um atleta que se apresente no tatami inadequadamente, sem alguma peça de equipamento ou uniforme apropriado, terá um aviso de dois minutos para se apresentar corretamente, pelo que excedido o tempo, o atleta será imediatamente desclassificado.

### 10. Duração dos combates

#### 10.1. Point Fighting e Light Contact (Cadetes)

- a) 2 x 1 minuto e 30 segundos com 1 minuto de intervalo

#### 10.2. Point Fighting, Light Contact e Kick Light (Iniciados, Juvenis e Juniores)

- a) 2 x 2 minutos com 1 minuto de intervalo

#### 10.3. Point Fighting, Light Contact e Kick Light (Seniores)

- a) 3 x 2 minutos com 1 minuto de intervalo

#### 10.4. Point Fighting, Light Contact e Kick Light (Veteranos)

- a) 2 x 2 minutos com 1 minuto de intervalo



## 11. Regras

O TDL rege-se pelas regras internacionais da WAKO, as quais poderão ser consultadas no seguinte link:

<https://wako.sport/wp-content/uploads/2022/01/WAKO-Rules-12.11.2020.pdf>:

- Point Fighting (Capítulo 2: pp 88-95)
- Light Contact (Capítulo 3: pp 96-101)
- Kick Light (Capítulo 4: pp 102-107)