



**PORTUGAL  
RUGBY**

**REGULAMENTO DO  
TORNEIO NACIONAL 7's  
FEMININO Sub-16 e Sub-18  
2019/2020**



## A. Regulamento Geral

O Torneio Nacional 7's Feminino será jogado por dois escalões – Sub-16 e Sub-18 e durante quatro etapas:

1ª Jornada – 30 Nov / 1 Dez – Jornada Nacional (local a definir)

2ª Jornada – 4/5 Janeiro – Jornada Nacional (local a definir)

3ª Jornada – 1/2 Fevereiro – Jornada Nacional (local a definir)

4ª Jornada – 14/15 Março – Jornada Nacional (local a definir)

**Nota:** o Torneio Nacional 7's Feminino será um torneio flexível no número de equipas que participam, não havendo penalização por não participar nalguma das jornadas definidas. O intuito desta flexibilidade é permitir a entrada de qualquer clube/equipa em qualquer momento da atividade e uma melhor gestão das jogadoras Sub-18 que estão envolvidas também na atividade sénior!

Vence o Torneio, a equipa que acumular mais pontos no final das quatro (4) jornadas.

Pontuação atribuída em cada jornada:

1º classificado – 22 pts	6º classificado – 11 pts	11º classificado – 6 pts
2º classificado – 19 pts	7º classificado – 10 pts	12º classificado – 5 pts
3º classificado – 17 pts	8º classificado – 9 pts	13º classificado – 4 pts
4º classificado – 14 pts	9º classificado – 8 pts	14º classificado – 3 pts
5º classificado – 12 pts	10º classificado – 7 pts	15º classificado – 2 pts

Pontuação

Vitória = 3 pontos | Empate = 2 pontos | Derrota = 1 ponto

Critérios de desempate

*FASE DE GRUPOS (se aplicável)*

Em caso de empate na pontuação final da Fase de Grupos, vence a equipa com melhor registo de Vitórias em sistema de **confronto directo** nas equipas em questão.

Em caso de empate na pontuação final da Fase de Grupos, ao nível de confronto directo, vence a equipa com **maior goal average** (diferença entre pontos marcados e sofridos).

*PONTUAÇÃO FINAL DO TORNEIO*

Em caso de empate na PONTUAÇÃO FINAL DO TORNEIO, vence a equipa com melhor registo de Vitórias em sistema de **confronto directo** nas equipas em questão.

Em caso de empate na PONTUAÇÃO FINAL DO TORNEIO, ao nível do confronto directo, vence a equipa com **maior goal average** (diferença entre pontos marcados e sofridos), na totalidade do Circuito.

Em caso de empate na PONTUAÇÃO FINAL DO TORNEIO, ao nível do goal average, vence a equipa com **melhor registo disciplinar** nas 4 jornadas realizadas.

## B. Leis de Jogo

Escalão Sub-16 – Nascidas em 2004 ou 2005 (14/15 anos).

Escalão Sub-18 – Nascidas em 2002 ou 2003 (16/17 anos).

### 1. BOLA

A bola a utilizar deverá ser a nº 5.

### 2. NÚMERO DE JOGADORAS (Substituições)

Cada equipa será constituída por 12 (doze) jogadoras, 7 jogadoras de campo e 5 suplentes.

a) São permitidas “rolling subs”;

- cada equipa pode utilizar um máximo de 5 substituições em cada jogo;

- as substituições terão de ser **obrigatoriamente realizadas** com autorização do árbitro;

- **é obrigatório a utilização de todas as jogadoras inscritas no boletim de jogo, devendo cada uma jogar um mínimo de 3 partes por jornada (sempre que possível);**

b) Em caso de lesão uma jogadora substituída poderá voltar a entrar;

- em caso de expulsão, a jogadora será substituída, mas não poderá jogar mais nenhum jogo da jornada;

- no caso da jogadora ser excluída temporariamente o tempo de exclusão é de 2 minutos.

c) qualquer equipa que não tenha jogadoras em número suficiente para realizar o segundo ou terceiro jogo da jornada (jogadora expulsa ou devido a lesão) poderá utilizar jogadoras cedidos por outra(s) equipa(s), antes de ser dado início ao jogo;

### 3. TEMPO DE JOGO

O tempo total de jogo será de 14 minutos. (composto por 2 partes de 7 minutos, com 2 minutos de intervalo)

a) Se no final do tempo regulamentar, de um jogo da Fase Final de uma jornada, as equipas em jogo estiverem empatadas, haverá lugar a um (1) período de prolongamento com a duração máxima de cinco (5) minutos, onde será considerada vencedora a equipa que pontuar primeiro (de qualquer forma: ensaio, pontapé de penalidade ou pontapé de ressalto).

### 4. O CAMPO

Os jogos serão disputados em campo inteiro, sendo a área do terreno do jogo 90m x 60m (aproximadamente).

Escalão Sub-16 – retirar os 5 metros laterais (experimental);

Escalão Sub-18 – campo inteiro

### 5. FORMAÇÃO ORDENADA

a) A FO será constituída sempre por 3 jogadoras, tendo os jogadores que permanecer ligadas até ao final da FO. Nenhuma jogadora da FO pode pontapear a bola na direcção da linha de ensaio adversária (PENALIDADE).

b) Após o contacto das 1<sup>as</sup> linhas, a FO deverá estar devidamente estabilizada, **sendo permitido empurrar até meio metro**, mas apenas depois da bola ter sido introduzida

c) É permitida a disputa da bola na talonagem, mas apenas depois da bola ter sido introduzida na FO

d) O médio de formação da equipa não introdutora não pode ultrapassar a linha de introdução; a introdução da bola pelo médio será sempre feita do lado esquerdo, ou seja do lado do pilar esquerdo

e) **As jogadoras não participantes na FO (atacantes e defensores) devem estar colocadas a 5 metros da FO.**

### Recomendações aos árbitros para a FO

O árbitro deverá conduzir e corrigir o processo de construção da FO, tendo em atenção os seguintes aspectos:

1. só dar início à FO depois do médio de formação ter a bola nas mãos e estar perto da FO
2. **ANTES do encaixe, verificar a** posição correcta dos jogadores (pés paralelos, joelhos flectidos, costas direitas)
3. verificar ligações/pegas
4. indicar os três tempos: 1. baixa; 2. liga; 3. forma
5. garantir a estabilidade da FO

#### 6. ALINHAMENTO

A equipa defensora **tem de colocar** um jogador no corredor de 5M, entre a linha lateral e até 2M da linha de 5M.

Se uma equipa optar por colocar um receptor (médio de formação), este **tem de estar a 2M do alinhamento** até que a bola seja lançada.

#### 7. “JOGO NO CHÃO”

Se a bola não estiver visível, então é preferível interromper o jogo e assinalar FO.

- se a bola se tornar injogável num ruck, então a introdução da bola na FO será a favor da equipa que progredia antes da paragem do jogo.

### Recomendações aos árbitros para o jogo no chão

- a. jogadora placadora – placa e larga a placada devendo afastar-se do local da placagem
- b. jogadora placada – coloca/larga a bola no solo ou passa-a imediatamente
- c. quando há um ruck (bola no solo, e uma ou mais jogadoras de cada equipa, de pé e em contacto, a tentar conquistar a bola), o árbitro deve dizer **“ruck”** e **“mãos fora”**, até que uma das equipas ganhe a linha da bola
- d. após uma placagem ou num ruck, as jogadoras no apoio (atacantes e defensoras) devem manter-se em pé e não tapar a bola com qualquer parte do corpo, caso contrário serão penalizados com um Pontapé de Penalidade.

#### 8. HAND-OFF

Só é permitido *hand-off* dos ombros para baixo (mão aberta).

#### 9. INSCRIÇÃO DAS JOGADORAS

Só podem participar, em representação do seu Clube, as jogadoras **regularmente inscritas na FPR** e todas as jogadoras são obrigadas a apresentar IDENTIFICAÇÃO (cartão de atleta ou bilhete de identidade) em todas as jornadas.

No boletim de jogo da equipa deverá constar o nº da Licença FPR ou do BI das jogadoras **obrigatoriamente**.