



Federação Portuguesa de Rugby



Federação Portuguesa de Rugby

# PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO

## 2025

Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3.º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523

Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva

## **MENSAGEM DO PRESIDENTE**

O Plano e Orçamento da Federação Portuguesa de Rugby (FPR) para o ano 2025 surge num contexto de desafios financeiros significativos, com um déficit considerável resultante da falta dos apoios prometidos, que ainda não foram pagos, nomeadamente aqueles relacionados com o Torneio de Repescagem realizado em Dubai, em 2022, e o Campeonato do Mundo de Rugby em França, em 2023. Esta situação condiciona, de forma importante, as nossas projeções e estratégias para o futuro.

Apesar deste panorama, estamos determinados em desenvolver um plano mais ambicioso do que o apresentado no ano anterior. Esta abordagem reflete a nossa vontade de promover o rugby em Portugal, fortalecer as nossas equipas e melhorar a performance desportiva, sempre em prol do crescimento da modalidade. Com o apoio de todos os envolvidos, colaboradores mais próximos, Clubes, Dirigentes, árbitros, jogadores e parceiros, acreditamos que conseguiremos ultrapassar os obstáculos atuais e alcançar os nossos objetivos para 2025.

O ano de 2025 apresenta-se como um marco decisivo para o Rugby em Portugal. Em Fevereiro, teremos a oportunidade de nos classificarmos para o Campeonato do Mundo de 2027, que se realizará na Austrália. Este torneio representa a grande prioridade internacional da FPR e poderá servir como uma confirmação da posição do rugby nacional, trazendo reflexos positivos tanto a nível doméstico quanto internacional.

No setor masculino, após a recente vitória no Campeonato Europeu, a possível participação no Trophy (Sub 20) será uma excelente oportunidade para enfrentar algumas das mais prestigiadas seleções mundiais. Paralelamente, a equipa de Sevens terá a chance de competir na "Challenger Series" e no Circuito Europeu, com a ambição de disputar o Torneio de acesso ao Circuito Mundial.

No setor feminino, a atividade está também em plena expansão, com a participação no "European Championship", nas categorias seniores e Sub 18, o que irá reforçar o desenvolvimento e a visibilidade do rugby feminino em Portugal.

A nível nacional, a atividade desportiva intensificar-se-á com o aumento da participação de clubes e jogadores, que anualmente batem recordes de inscrições junto da Federação. Para sustentar este crescimento, iremos reforçar as iniciativas de

desenvolvimento, com especial atenção às ações das Associações Regionais, promovendo uma maior divulgação e aproximação às escolas. O nosso objetivo é restabelecer a presença que outrora tivemos no Desporto Escolar.

Paralelamente, planeamos redimensionar as Academias, tanto a Nacional quanto as Regionais, procurando estabelecer uma importante parceria, que esperamos concretizar até ao final do ano.

A arbitragem, o desenvolvimento e a formação são áreas prioritárias que pretendemos consolidar, contando com o empenho e a disponibilidade dos Clubes, essenciais para avançarmos nestes domínios críticos. A formação de mais árbitros e a melhoria da sua qualidade são condições fundamentais para o desenvolvimento do rugby em Portugal e para a elevação do nível do jogo e, neste particular, os Clubes têm um importante papel a desempenhar.

Nessa medida, procurámos contemplar no orçamento um aumento das verbas destinadas a estas áreas, bem como para a Seleção nacional.

Reconhecemos que a comunicação ainda é um dos pontos mais fracos da gestão atual da Direção. A falta de divulgação e da informação atempada e objectiva têm afetado a modalidade que dispões actualmente de um "produto rugby", que merece ser promovido de forma mais eficaz.

A área de marketing também necessitará de um reforço significativo. Estamos em vias de um processo de renovação, com a contratação de novos profissionais, que trarão a expertise necessária para melhorias nestes setores.

As nossas ambições enfrentam desafios que estão intrinsecamente ligados à nossa capacidade de estabelecer novas parcerias, assim como de manter as atuais.

Contaremos sempre com o apoio das Instituições nacionais (como o IPDJ) e internacionais (como a World Rugby e a Rugby Europe). Além disso, a consolidação do apoio dos nossos principais patrocinadores, Cartrack e Banco Santander, será crucial. Estamos a ensaiar um modelo atrativo que venha captar empresas "Lobo", que poderão formar uma verdadeira equipa solidária, cujo contributo será essencial para o fortalecimento das nossas atividades.

Naturalmente, a expectativa é que o aumento do apoio institucional nos acompanhe, especialmente em função dos resultados desportivos obtidos, tanto pelos Lobos quanto pelos Sub 20.

Neste quadro, é imprescindível que possamos proporcionar melhores espetáculos e, conseqüentemente, maximizar as receitas dos jogos da Seleção. Assim como outras Federações, precisamos que os jogos sejam uma fonte de incremento nas nossas receitas próprias, vital para o contínuo desenvolvimento do rugby em Portugal.

Com o início de um novo ano, deparamo-nos com um desafio crescente que nos obriga a um elevado grau de comprometimento e de rigor na execução do plano e orçamento da FPR. A colaboração contínua e a compreensão dos Clubes e dos seus Dirigentes são fundamentais para o sucesso desta empreitada.

Estamos sempre disponíveis para discutir, analisar e decidir, mantendo como prioridade o desenvolvimento do rugby nacional, acima de quaisquer interesses individuais.

Este espírito de convergência e de diálogo aberto sempre foi uma característica da nossa abordagem.

É neste contexto que apresento à vossa apreciação e aprovação este Plano e Orçamento, que nos servirão de guia ao longo do próximo ano.

Estamos confiantes de que, juntos, conseguiremos enfrentar os desafios e alcançar os nossos objetivos.

Agradeço a todos pela atenção e pelo compromisso contínuo ao rugby em Portugal.

Muito obrigado.

Com amizade

Carlos Amado da Silva



# PLANO DE ATIVIDADES 2025

Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523  
Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva

## **ALTO RENDIMENTO**

### Seleção Nacional de XV

PLANO DE ACTIVIDADES 2025



### **Introdução**

O ano de 2025 representa um marco fundamental para o rugby português, estando o principal objetivo direcionado para a qualificação para o Campeonato do Mundo Rugby de 2027, na Austrália. A Federação Portuguesa de Rugby, em conjunto com a equipa técnica, elaborou um plano de preparação e de competição rigoroso, visando otimizar o desempenho dos atletas e garantir a presença de Portugal na maior competição mundial de rugby.

**Competições Rugby Europe Championship 2025:** A competição mais importante do ano será o Rugby Europe Championship, que se realizará nos meses de fevereiro e março. Os jogos contra Bélgica, Alemanha e Roménia serão decisivos para a qualificação para o Campeonato do Mundo Rugby de 2027.

**Janela Internacional de Julho:** A seleção nacional terá um compromisso confirmado em solo português contra a Irlanda. A possibilidade de mais dois jogos está a ser analisada e por confirmar pela World Rugby.

**Novembro Internacional:** Serão disputados três jogos, representando uma oportunidade crucial para avaliar o progresso da equipa e sua preparação para os desafios futuros. Estes jogos ainda estão sujeitos a confirmação pela World Rugby.

**Super Cup:** A participação do Lusitanos na Super Cup servirá como preparação adicional para a seleção nacional, permitindo aos jogadores manterem um alto nível competitivo e integrarem-se na equipa nacional.

Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3.º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523  
Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva



Federação Portuguesa de Rugby

<b>REC 1, Portugal - Bélgica</b>	<i>01/02 de fevereiro, Lisboa Portugal</i>
<b>REC 1, Portugal - Alemanha</b>	<i>08/0 8 de Fevereiro, Lisboa Portugal</i>
<b>REC 3, Roménia – Portugal</b>	<i>15/16 de Fevereiro, Roménia</i>
<b>REC Meia-Final</b>	<i>TBC</i>
<b>REC Final</b>	<i>TBC</i>
<b>Janela de Julho, Portugal - Irlanda</b>	<i>12/13 de Julho, Portugal TBC</i>
<b>Janela de Julho, TBC</b>	<i>19/20 de Julho, TBC</i>
<b>Janela de Julho, TBC</b>	<i>25/27 de Julho, TBC</i>
<b>Janela de Novembro, TBC</b>	<i>08/09 de Novembro, TBC</i>
<b>Janela de Novembro, TBC</b>	<i>15/16 de Novembro, TBC</i>
<b>Janela de Novembro, TBC</b>	<i>22/23 de Novembro, TBC</i>

Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523

Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva



## Preparação

**Janeiro:** Período dedicado à preparação física e tática, centrado no desenvolvimento das capacidades individuais e coletivas dos jogadores.

**Junho:** Preparação específica para a janela internacional de julho, com jogos de preparação e treinos intensivos.

**Novembro:** A preparação para a janela de novembro será complementada pela participação na Super Cup, permitindo aos jogadores manterem um ritmo competitivo.

<b>Fase 1</b>	<b>Janeiro</b>	<i>Competição Nacional de Clubes. Preparação do RE Championship 2025.</i>
	<b>Fevereiro</b>	<i>RE Championship 2025, Apuramento para o RWC 2027.</i>

	<b>Março</b>	<i>RE Championship 2025, Apuramento para o RWC 2027.</i>
<b>Fase 2</b>	<b>Abril</b>	<i>Competição Nacional de Clubes.</i>
	<b>Maió</b>	<i>Competição Nacional de Clubes.</i>
	<b>Jun/Julho</b>	<i>Preparação e Competição Internacional – Janela de Julho</i>
<b>Fase 3</b>	<b>Agosto</b>	<i>Período de férias e início da pré-época de preparação para a RE Supercup.</i>
	<b>Setembro</b>	<i>Competição RE Supercup. TBC</i>
	<b>Outubro</b>	<i>Competição RE Supercup. TBC</i>
	<b>Novembro</b>	<i>Competição Internacional – Janela de Novembro</i>

**Conclusão** O ano de 2025 representa, no contexto internacional, uma oportunidade única para o rugby português. Com um plano de preparação e competição rigoroso, a seleção nacional está determinada a alcançar os seus objetivos e a fazer história. A Federação Portuguesa de Rugby, em conjunto com a equipa técnica e os jogadores, está totalmente empenhada e levar Portugal ao Campeonato do Mundo de 2027 na Austrália.

## Seleção Nacional de Sevens

PLANO DE ACTIVIDADES 2025



### Introdução

O ano de 2025 marca um período crucial para o rugby português, com o foco principal direcionado para a qualificação da Seleção Nacional de XV para a Rugby World Cup de 2027. Paralelamente, a Seleção Nacional de Sevens terá como objetivos a manutenção na Challenger Series e o reforço dos resultados alcançados no Circuito Europeu, onde conquistou o quarto lugar na anterior edição.

**World Rugby Sevens Challenger Series:** A manutenção na Challenger Series será fundamental para garantir a continuidade do projeto e a possibilidade de disputar o acesso ao Circuito Mundial no futuro.

**Circuito Europeu de Sevens:** A seleção nacional buscará consolidar sua posição entre as principais equipas europeias e assim qualificando-se para o torneio da Challenger Series de 2026.

### Competições

- **World Rugby Sevens Challenger Series:** A participação na Challenger Series, com duas etapas agendadas para o início de março em Cape Town (África do Sul) e uma em abril na Polónia, representa a primeira fase crucial da temporada. As quatro primeiras equipas classificadas terão a oportunidade de disputar o acesso ao Circuito Mundial.
- **Circuito Europeu de Sevens:** Nos meses de junho, julho e, possivelmente, setembro, a Seleção nacional estará envolvida no Circuito Europeu de Sevens. As datas e locais específicos das três etapas ainda estão por confirmar, assim como a realização do terceiro torneio em setembro.

Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523  
Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva

<b>WRC SERIES 1</b>	<i>1&amp;2 de Março, Cape Town , África do Sul</i>
<b>WRC SERIES 2</b>	<i>7 &amp; 8 de Março, Cape Town , África do Sul</i>
<b>WRC SERIES 3</b>	<i>12 &amp; 13 de Abril, Krakow , Polónia</i>
<b>REC 7'S</b>	<i>TBC</i>
<b>REC 7'S</b>	<i>TBC</i>
<b>REC 7'S</b>	<i>TBC</i>

## Preparação

**Seleção Nacional de Sevens:** A primeira fase de preparação do ano 2025 (janeiro e fevereiro) incluirá um estágio com equipas convidadas, visando desenvolver o jogo e os diferentes indicadores de performance da equipa. Adicionalmente, serão realizados treinos específicos para as competições da WR Challenger Series e do Circuito Europeu.

O plano de competição e preparação apresentado para o ano de 2025 demonstra o compromisso da Federação Portuguesa de Rugby e da equipa técnica em alcançar os mais altos níveis no rugby de sevens. Através de uma programação rigorosa e de um trabalho árduo, a seleção nacional estará preparada para enfrentar os desafios da temporada e representar Portugal com distinção nas competições internacionais.

Federação Portuguesa de Rugby  
 Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3º Piso, 1600-131  
 NIPC 501617523  
 Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
 Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva

## Cronograma

<b>Fase 1</b>	<b>Jan/Fev</b>	<i>Desenvolvimento dos indicadores de performance. Estágios de desenvolvimento e aperfeiçoamento de jogo.</i>
	<b>Março</b>	<i>Competição em duas provas da Challenger Series e manutenção dos indicadores de performance.</i>
	<b>Abril</b>	<i>Competição em uma prova da Challenger Series e período de transição.</i>
<b>Fase 2</b>	<b>Maió</b>	<i>Período de transição. Manutenção de indicadores técnicos /tática.</i>
	<b>Junho</b>	<i>Desenvolvimento dos indicadores de performance. Estágios de desenvolvimento e aperfeiçoamento de jogo. Competição em prova do Circuito Europeu.</i>
	<b>Julho</b>	<i>Competição em prova do Circuito Europeu. Período de férias.</i>
<b>Fase 3</b>	<b>Agosto</b>	<i>Período de férias e início da pré-época de preparação para a terceira e última etapa do Circuito Europeu.</i>
	<b>Setembro</b>	<i>Competição na terceira etapa da prova do Circuito Europeu.</i>
	<b>Nov/ Dez</b>	<i>Fase de observação e desenvolvimento. Torneios de desenvolvimento.</i>

Federação Portuguesa de Rugby  
 Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3º Piso, 1600-131  
 NIPC 501617523

Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
 Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva



Federação Portuguesa de Rugby

## RUGBY FEMININO

A Direção da Federação Portuguesa de Rugby FPR mantém o seu firme compromisso com o desenvolvimento do rugby feminino em Portugal, refletindo a consolidação desta modalidade no nosso país.

Na época 2023/2024, o número de jogadoras inscritas atingiu um marco histórico, com 581 atletas registadas, mas com apenas mais 6 atletas que na época anterior, o que significa, ainda assim, estarmos numa fase de estagnação. Este facto, dever-nos-á, enquanto comunidade desportiva, obrigar a refletir sobre as estratégias e ações necessárias para inspirar, atrair e reter mais mulheres e jovens no rugby, acelerando o crescimento sustentável e inclusivo da modalidade em Portugal.

Mas, independentemente da quantidade, a qualidade e dedicação das nossas jogadoras têm sido notáveis, traduzindo-se em desempenhos de excelência pelas seleções femininas, Seniores e Sub 18, tanto na variante de rugby de 15 como na de 7. Em 2024, Portugal alcançou a 24.<sup>a</sup> posição no ranking mundial de rugby de 15 e garantiu a manutenção no Women's Championship XV da Rugby Europe, com uma vitória sobre a Suécia. Na variante de 7, a Seleção de seniores assegurou a continuidade no Women's Sevens Championship, enquanto a Seleção sub-18 também garantiu a permanência no Girls' U18 Championship.

No que diz respeito às competições internas, a Época Desportiva 2024/2025 inclui mais uma edição do Campeonato Nacional de Rugby de 15, com a participação de cinco equipas (Sporting CP, SL Benfica, Sport Clube do Porto, MRC Bairrada/RC Tondela e CR São Miguel). Paralelamente, estão previstas a realização da Taça de Portugal de Rugby de 15 e do Circuito Nacional de 7s, nos escalões Sénior e Sub-18. Destaca-se, ainda, a consolidação de outras competições, como o Campeonato Nacional Sub-18 e o Campeonato Nacional da 1.<sup>a</sup> Divisão (anteriormente denominado "Emergentes"). Pela primeira vez, será organizada a Taça de Portugal Sub-18 em Rugby de 15, reforçando o compromisso com o desenvolvimento da formação.

Nos escalões de formação, a FPR continuará a promover iniciativas, tanto locais quanto nacionais, que ofereçam às jovens jogadoras oportunidades de desenvolvimento alinhadas com as estratégias do Departamento de Desenvolvimento.

Em âmbito internacional, para 2025, Portugal continuará a competir no Women's Championship de Rugby de 15, recebendo, pela primeira vez, a Espanha e deslocando-se aos Países Baixos e Suécia. Além disso, as Seleções nacionais femininas participarão

Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3.º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523  
Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva

no Women's Sevens Championship e no Girls' U18 Sevens Championship, competições organizadas pela Rugby Europe.

Para o próximo ano, as prioridades da FPR no rugby feminino incluem:

1. Contribuir para o aumento do número de praticantes, reforçando a comunicação e visibilidade da modalidade.
2. Consolidar as competições internas.
3. Promover atividades para os escalões de formação, com foco no desenvolvimento das jovens jogadoras.
4. Assegurar a presença das seleções nacionais, nas variantes de 15 e 7, em todas as competições da Rugby Europe.

Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523  
Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva

## **DEPARTAMENTO MÉDICO**

Plano de Atividades do Departamento Médico da Federação Portuguesa de Rugby (FPR)  
- 2025

**Objetivos Principais:** Assegurar um apoio médico de excelência às seleções nacionais; fomentar a investigação científica no domínio do rugby; consolidar a projeção internacional do Departamento Médico; reforçar as melhores práticas em medicina desportiva e gestão de lesões, desde a epidemiologia à prevenção e reabilitação.

### **Prioridades para 2025**

#### **1. Apoio Médico às Seleções Nacionais**

- a. Prosseguir com o apoio médico integral às seleções nacionais de rugby, e outras equipas de elevado rendimento (ex. Lusitanos), nas diversas fases de treino, estágios e competições.
- b. Implementar protocolos e garantir as boas práticas de acompanhamento médico e de fisioterapia, com enfoque na prevenção e recuperação de lesões.

#### **2. Investigação Científica e Formação**

- a. Reforçar a colaboração com instituições académicas nacionais e internacionais, no campo da investigação científica aplicada às lesões desportivas, à recuperação e à prevenção no rugby.
- b. Continuar a participação ativa em eventos científicos internacionais, promovendo a partilha de resultados da investigação desenvolvida pelo Departamento Médico.
- c. Organizar e promover eventos científicos, como conferências e workshops, com a participação de especialistas da comunidade do rugby e áreas afins.

#### **3. Vigilância e Prevenção de Lesões**

- a. Continuar a implementar sistemas de monitorização e análise das lesões, visando a prevenção e a otimização do desempenho dos atletas.
- b. Aperfeiçoar os protocolos de acompanhamento pós-lesão e garantir uma recuperação eficaz dos atletas das seleções nacionais, com enfoque no retorno seguro à prática competitiva.

#### **4. Melhoria das Condições de Apoio Médico no Rugby Nacional**

Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3.º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523  
Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva

- a. Reforçar as condições de apoio médico no Centro de Alto Rendimento e nos diversos recintos onde se desenrolam competições nacionais, incluindo a modernização dos equipamentos e infraestruturas nos campos.
- b. Manter a melhoria contínua dos padrões médicos mínimos nas competições de rugby, garantindo a adequação às necessidades dos atletas.

#### 5. Projeção Internacional:

- a. Consolidar a presença do Departamento Médico da FPR em fóruns médicos internacionais, com especial relevância para a Rugby Europe e a World Rugby, apresentando Portugal com exemplo das melhores práticas médicas e de gestão desportiva.

### Conclusão

O Departamento Médico da FPR tem como objetivo continuar a ser um pilar fundamental no êxito desportivo das seleções nacionais, privilegiando a qualidade do apoio médico, a investigação, a prevenção de lesões e o reforço da reputação internacional do seu diretor e equipa. A colaboração com a comunidade científica e do rugby, a melhoria contínua das condições médicas nos campos e estádios e o foco no bem-estar do atleta, são determinantes para garantir a sustentabilidade e o sucesso a longo prazo.

Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3.º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523

Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva

## **ARBITRAGEM**

### **INTRODUÇÃO**

O Conselho de Arbitragem (CA) e a Direção Técnica de Arbitragem (DTA), considerando os modelos competitivos e as circunstâncias da Época Desportiva 2024-2025, irão planear e ajustar as atividades de arbitragem no sentido de garantir o alinhamento com a dinâmica existente.

Será mantido o foco na formação contínua de agentes (observadores, *coaches* e *Educators*), promovendo a capacitação e o acompanhamento técnico dos árbitros de forma eficaz e consistente.

A importância estratégica do recrutamento de novos árbitros é reconhecida, com destaque para o fortalecimento da colaboração direta entre os clubes e o CA/DTA. Este esforço conjunto visa não apenas atrair, mas também reter árbitros, assegurando a credibilidade e o desenvolvimento sustentável da arbitragem e da modalidade em Portugal.

### **SEGUROS**

Os árbitros regularmente inscritos na FPR estão cobertos por um seguro desportivo.

### **MATERIAL & EQUIPAMENTOS**

São reconhecidas as necessidades essenciais de equipamentos, são fundamentais para dignificar o exercício da função de árbitro e reforçar a credibilidade da modalidade.

**Fornecimento de Equipamentos:** Apesar dos esforços, ainda se enfrentam limitações no fornecimento de equipamento para os árbitros do painel da FPR.

**Materiais para novos Árbitros:** É essencial disponibilizar apitos e cartões aos jovens árbitros do programa #EuApito, promovendo sua integração e motivação.

**Aquisição de comunicação de rádios:** Existe a necessidade urgente de adquirir sistemas de comunicação rádio adequados para as equipas de arbitragem em

competições nacionais, garantindo eficácia e alinhamento com as exigências do jogo moderno.

**Equipamentos para Árbitros Internacionais:** Os árbitros internacionais devem ser equipados com trajes formais e de viagem (camisas, polos, fatos de treino, sacos desportivos e malas de viagem) que estejam em conformidade com os padrões estabelecidos pela FPR, assegurando uma apresentação profissional e uniforme.

## NOMEAÇÃO DE ÁRBITROS

Ao **CA/DTA** compete a responsabilidade pela nomeação de árbitros devidamente registados e enquadrados para os jogos das competições oficiais nacionais, bem como para outros eventos realizados em parceria com a FPR.

Paralelamente, será dada continuidade ao trabalho na retoma ou criação de oportunidades de intercâmbio com outras Federações, promovendo o desenvolvimento técnico e a troca de experiências.

Com o objetivo de fomentar o crescimento dos jovens árbitros formados pelo programa **#EuApito**, será dada prioridade àqueles que concluíram o percurso formativo com sucesso e demonstraram competências sólidas em momentos de observação e avaliação. Estes poderão ser selecionados para participações específicas em competições, desde que devidamente acompanhados por observadores/treinadores de árbitros.

## ACTIVIDADE INTERNACIONAL DE ARBITRAGEM

A arbitragem portuguesa tem demonstrado um desempenho extremamente positivo no cenário internacional, tanto nos Sevens quanto no XV, destacando-se em competições organizadas pela Rugby Europe e pela World Rugby.

O grande desafio é manter este elevado padrão de atuação e capacitar novos árbitros para que também alcancem resultados de excelência em torneios internacionais, contribuindo para o fortalecimento do nível técnico da arbitragem nacional e internacional.

Existe um esforço contínuo para aumentar a participação de árbitros portugueses em competições internacionais, com o objetivo de aumentar a sua visibilidade e maior exposição, bem como promover observações e avaliações mais qualificadas, e,

consequentemente, levar a uma maior qualidade da arbitragem nas competições nacionais.

A FPR, através do CA/DTA continuará a buscar representação nas principais competições internacionais de seleções organizadas pela Rugby Europe (Championship, Trophy e Super Cup) e nas provas da World Rugby, tanto nos Sevens quanto no XV. Esse objetivo está diretamente relacionado não apenas com o desempenho dos árbitros portugueses, mas também ao trabalho estratégico junto das entidades internacionais, dependendo do investimento contínuo da FPR na área de arbitragem.

Na arbitragem feminina, os resultados têm sido animadores, com destaque para uma árbitra nacional, que já arbitra no Torneio das 6 Nações Feminino, reforçando as possibilidades reais de representação portuguesa no Campeonato do Mundo de Rugby Feminino. Aumentar a representatividade feminina segue como uma prioridade, com iniciativas dedicadas ao recrutamento e formação de árbitras. A meta é não apenas aumentar a sua participação nas competições nacionais, mas também consolidar uma presença mais expressiva no cenário internacional.

## **OBSERVAÇÃO E COACHING**

Os árbitros que fazem parte do painel da FPR serão acompanhados por observadores qualificados, que avaliarão o seu desempenho e contribuirão para o seu desenvolvimento através de ações de coaching realizadas por profissionais devidamente credenciados.

O quadro de observadores será maior com a inclusão de novos membros inscritos para essa finalidade, permitindo um acompanhamento mais abrangente. Essa ampliação visa atender desde os formandos do programa **#EuApito** até os árbitros mais experientes, garantindo um apoio consistente em todos os níveis.

A maior parte das observações será realizada **in loco**, com acompanhamento direto de jovens árbitros durante as competições. Adicionalmente, algumas avaliações serão complementadas pela análise de filmagens dos jogos, proporcionando uma abordagem mais detalhada e abrangente.

## FORMAÇÃO DE ÁRBITROS

É urgente tornar a arbitragem mais atrativa, aproximando-a dos agentes desportivos, aumentando sua visibilidade e credibilidade. Essa abordagem é essencial para captar e reter jovens árbitros(as) dentro dos clubes e incentivar o seu percurso na arbitragem.

### 1. Criação de Oportunidades de Formação e Treino

Desenvolver mais oportunidades de formação, tanto presenciais quanto online, para alinhar ideias, capacitar árbitros e promover momentos de discussão e partilha de experiências entre os envolvidos.

### 2. Cursos de Iniciação à Arbitragem

Organizar cursos ao longo da época regular para potenciar possíveis interessados e otimizar oportunidades para iniciar o seu percurso na arbitragem.

### 3. Curso de Árbitros de Grau 2

Implementar este curso com o objetivo de consolidar conhecimentos e capacitar os árbitros do painel FPR, reforçando a competência e qualidade do grupo.

### 4. Formação de Observadores e Coaches de árbitros

Aumentar o número de recursos capacitados para acompanhar e avaliar os árbitros de maneira competente.

Além disso, estabelecer um plano de transição para árbitros em fim de carreira, direcionando-os para essas funções estratégicas. Aumentar o número de observadores em todas as regiões, principalmente nas regiões mais remotas, garantindo uma supervisão mais abrangente e eficaz.

### 5. Formação de Educators Certificados (World Rugby)

Aumentar o número de formadores certificados para ministrar cursos iniciais de arbitragem nas diferentes regiões do país. Essa medida proporcionará maior proximidade, autonomia regional e um acompanhamento contínuo e eficiente.

Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523

Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva

## **DESENVOLVIMENTO**

O Departamento de Desenvolvimento tem como principais funções a estruturação e execução de plano para as atividades relacionadas com os escalões de desenvolvimento de Sub 6 a Sub 12 e também o escalão de competição Sub 14.

Nestes escalões é da responsabilidade do Departamento a organização e estruturação dos momentos competitivos, criação de linhas orientadoras, organização das academias de desenvolvimento Sub 14, Sub 15, Sub 16 e Sub 17; apoio à organização dos clubes e nas suas regiões, organização dos convívios regionais e inter-regionais em parceria com os clubes.

Todas as atividades realizadas e idealizadas foram pensadas e preparadas em conjunto com as associações regionais: AR Norte e CRR Centro.

É também da responsabilidade do Departamento a ligação com o Desporto Escolar, assim como as iniciativas de divulgação em escolas e outras entidades onde se possa promover o Rugby. No entanto, sempre que possível, estas ações serão realizadas em apoio aos clubes nas suas atividades direcionadas com as escolas ou Agrupamentos da sua proximidade e que tenham intenção de as realizar no âmbito promoção e ensino do Rugby nas aulas de Educação Física.

Por fim, centramos a nossa atenção no futuro do rugby Português e em formas de organização das nossas estruturas para dar uma melhor resposta às necessidades dos Clubes.

### **1. Desenvolvimento da prática desportiva Juvenil**

#### **1.1-Organização dos Convívios e Competições Juvenis**

**1.1.1** - Nas regiões Norte e Centro os **convívios regionais e inter regionais** serão organizados pelos técnicos regionais conjuntamente com os clubes anfitriões onde existirá sempre uma supervisão dos mesmos.

Convívios organizado em parceria com:

Norte > CRAV, Guimarães, Braga, Trofa, Famalicão, ERP; CDUP, Cercar-te.

Centro > AAC, Agrária, Bairrada, Lousã, Tondela.

Na região Sul devido à inexistência da ARS no presente, sempre que solicitado o técnico Regional ou o Técnico Nacional ajudará na organização e/ou supervisão do convívio.

Serão promovidos 2 a 3 **Convívios Nacionais** de apoio à Seleção Nacional Senior Masculina e 1 a 2 Convívios Nacionais de apoio à Seleção Nacional Senior Feminina, onde procuraremos ter apenas as atletas juvenis femininas nestes eventos.

Proposta de Convívios Nacionais de apoio à Seleção Nacional Senior Masculina:

1 Fev 2025 – Portugal vs Bélgica

8 Fev 2025 – Portugal vs Alemanha

Nov 2025 – Portugal vs TBC (Janela de Novembro)

Proposta de Convívios Nacionais de apoio à Seleção Nacional Senior Feminina:

29 Mar 2025 – Portugal vs ESP

Nov 2025 – Portugal vs TBC (Janela de Novembro)

**1.1.2** – O Departamento de Desenvolvimento com as suas ARs continuará a organizar os Torneios de Sub 14 nas diferentes fases da Época com vários níveis de competição que se designarão de Aperfeiçoamento Nacional, Desenvolvimento Nacional e Desenvolvimento Regional.

- Os torneios de rugby do nível de Aperfeiçoamento serão disputados em Rugby 13 na 1ª Fase (SET a DEZ) e Rugby de 15 na 2ª fase (JAN a MAI). Os torneios do nível de Desenvolvimento serão disputados em formato Game On, ou seja, (dependente do nível de desenvolvimento), em cada jornada os clubes poderão e deverão jogar com o maior número de atletas possível em cada jogo (por exemplo. 10, 12, 13, ou 7,9,10).

Cada fase terá por base 6 Jornadas.

- O Dep. de Desenvolvimento irá organizar as Etapas de 7s Sub 14 em Maio e Junho 2025 e o Circuito de Beach Rugby 2025 em Junho e Julho 2025.

## 1.2 - Crescer - Rugby do Clube nas escolas

Este Projeto visa o crescimento sustentado de praticantes na modalidade, dando aos Clubes a capacidade de recrutamento e criação de um melhor relacionamento com as suas comunidades locais. Procuramos que os Clubes criem parcerias duradouras com os agrupamentos de escola, fortalecendo os seus laços do ponto de vista desportivo, mas também criando sinergias para apoiar os alunos na sua progressão estudantil e social.

Cada Clube identificará na sua área de ação um Agrupamento de escolas com qual irá criar uma parceria. Caso seja possível poderá aumentar o número de agrupamentos, sendo que deverá sempre evitar que entre em conflito com uma zona próxima de outro clube onde já exista uma parceira criada.

O Técnico Regional articulará com o responsável do clube uma ação de formação de professores para o Agrupamento de Escolas ou Escola não Agrupada. Para a implementação do projeto na escola será disponibilizado pela FPR um Kit de material composto por 4 Bolas (Duas nº 3 + duas nº 4) e Tags - fitas e cintos (14 conjuntos).

Objetivos para 2025.

Norte – Apoiar 6 clubes na implementação do projeto.

Centro - Apoiar 4 clubes na implementação do projeto.

Sul - Apoiar 10 clubes na implementação do projeto.

## 1.3 Crescer - Rugby nos Clubes

Apoiar a criação de novos clubes e apoio a clubes emergentes é e será sempre uma prioridade da FPR. Para tal a FPR promoverá:

- Através dos seus técnicos regionais, Dirigentes das ARs, Diretores de Desenvolvimento, de Competições ou outros promoverá reuniões de potenciais clubes com Municípios e eventuais patrocinadores para que de uma forma estratégica e planeada se consigam implementar novos clubes pelo país, em especial em zonas onde não existam clubes de Rugby.
- Apoio Material para iniciação da modalidade (bolas, Tags, e outro material disponível na FPR).

- Apoio Técnico e descontos na formação inicial e/ou formação contínua de treinadores dos novos clubes e clubes emergentes.
- Promoção nos municípios através do Roadshow da FPR (em articulação com o Departamento de Marketing).

Em 2025 é objetivo apoiar os seguintes clubes:

#### Clubes emergentes

- Lobos de Leiria

#### Novos Clubes

- Beja Rugby / Colégio S.José
- Amadora Rugby
- Loures
- Aveiro
- Fundão
- Vila Real
- Valongo

### 1.4 Programa de apoio técnico aos Clubes

Este apoio será direcionado para a realização de um follow-up dos treinadores que concluíram os Cursos de grau 1, 2 e 3 da formação inicial da FPR em 2024. Serão realizadas reuniões online e posteriormente visitas programadas aos clubes para realização de avaliações das ações dos treinadores, onde se poderão conciliar outras pequenas formações internas nos clubes. Além dos técnicos da FPR serão solicitadas as intervenções de outros Educators normalmente contratados pela FPR para efeitos de formação.

### 1.5 Programa deteção de talentos

Através da realização dos estágios / treinos e torneios das equipas regionais e da realização das academias regionais e nacionais, serão identificados(as) atletas que tenham por base um conjunto de características que os distingam dos demais.

Será utilizado um programa adquirido pela FPR, (Sports-train, <https://sports-train.com/>) para se identificarem e avaliarem os atletas a partir do escalão Sub 15. Essa plataforma será usada internamente para seguir os atletas nas várias componentes, nomeadamente físicas, morfológicas, questões de saúde e lesões, avaliações nas várias épocas.

No presente, está em fase de criação um perfil morfológico e de aptidão física para caracterizar o jogador de rugby português nas várias idades e por posição.

### 1.6 Programa de apoio às Associações Regionais

A FPR tem formalizado Protocolos de cooperação com a Associação de Rugby do Norte e com o Comité de Rugby da Região Centro que regula os direitos e obrigações das partes.

A FPR continuará a apoiar estas Associações na sua atividade regular e ações a desenvolver no plano regional e local.

Uma das medidas de apoio é o apoio dos custos de contratação dos Diretores Técnicos Regionais e dos Técnicos Regionais.

### 1.7 Programa de apoio aos Centros de Formação Desportiva do Desporto Escolar (CFDDE)

Apoiar a criação de novos centros junto do Desporto Escolar e o CFDDE de Arcos de Valdevez através de:

- Material
- Apoio Técnico e formação de professores
- Apoio na planificação e implementação de treinos nos CFDDE
- Organização de Atividades mistas do Desporto Escolar com Desporto Federado

É objetivo futuro da FPR que exista um CFDDE em cada Região, incluindo Algarve.

### 1.8 Rugby na comunidade - Integração social

Apoiar os Clubes que têm como base a intervenção e integração social junto das suas comunidades com:

Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3.º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523  
Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva

- apoio nos seguros desportivos.
- apoio material.
- apoio na participação em eventos de âmbito nacional promovidos pela FPR ou seus parceiros, como torneios ou convívios nacionais.

Clubes que atualmente reúnem nestas condições

- Escolinha Rugby da Galiza
- Escolinha Rugby S. João Talha
- Escolinha Rugby Trofa
- Cercar-te

## 2. Torneio das Regiões - S14/S16/S18

O Torneio das Regiões é uma forma de ter um LTPD (Long Term Player Development) e um LTPC (Long Term Coach Development) promovido pela FPR em conformidade com os objetivos da World Rugby, da Rugby Europe e do DTN e Técnico Nacional de Desenvolvimento em conjunto com os Diretores Técnicos Regionais.

Este Torneio promove a participação de vários jogadores e treinadores de TODOS OS CLUBES nacionais, para que as metodologias e conceitos que sejam introduzidos nos treinos e estágios regionais, possam ser passados e replicados em todos os Clubes.

Cada equipa regional deverá convocar 35 jogadores de vários Clubes, sendo que o número estipulado para cada Clube será de acordo com o número de inscritos na FPR

Os Diretores Técnicos Regionais poderão, de acordo com a sua região e com o conhecimento mais profundo da realidade dos Clubes, determinar diferentes quotas e ter diferentes premissas para a base de seleção dos jogadores garantindo sempre que todos os Clubes se vejam representados neste processo.

## Calendarização das Atividades das Equipas Regionais



A competição será realizada num formato de 3 jornadas, uma em cada região (Norte, Centro e Sul) onde em cada uma delas, as equipas realizarão jogos de todos contra todos. Após cada jornada haverá uma classificação, exceto no escalão de Sub 14. No final da 3ª jornada apurar-se-á o vencedor do Torneio das Regiões Sub 16 e Sub 18.

No final da presente Época desportiva serão repensados os escalões a participar neste torneio.

### 3. Academias Regionais/Nacionais - S14/S15/S16/S17

Esta é mais uma atividade para se estimular um LTPD (Long Term Player Development) e um LTPC (Long Term Coach Development) promovido pela FPR em conformidade com os objetivos da World Rugby, Rugby Europe e o DTN e Técnico Nacional de Desenvolvimento em conjunto com os Diretores Técnicos Regionais.

Nesta situação o objetivo passa pela identificação de jogadores com potencial para integrarem no futuro as Academias de Alto Rendimento.

- Terão prioridade os jogadores que estiveram envolvidos nas equipas regionais Sub 14, Sub 16 e Sub 18

## Critérios de Seleção para as Academias:

- Jogadores/as com capacidade para se desenvolver para o futuro.
- Mais do que os melhores jogadores, procuramos os jogadores com compromisso.
- Participa nos treinos com regularidade (todos) .
- Participa nos momentos competitivos sempre que convocado.
- Respeita os colegas e treinadores.
- Melhora as suas qualidades técnicas e sociais em prol da equipa.
- Participa nas iniciativas do clube.

### Academia SUL

- Academias S17 e Sub 16 - 2 x p/ mês

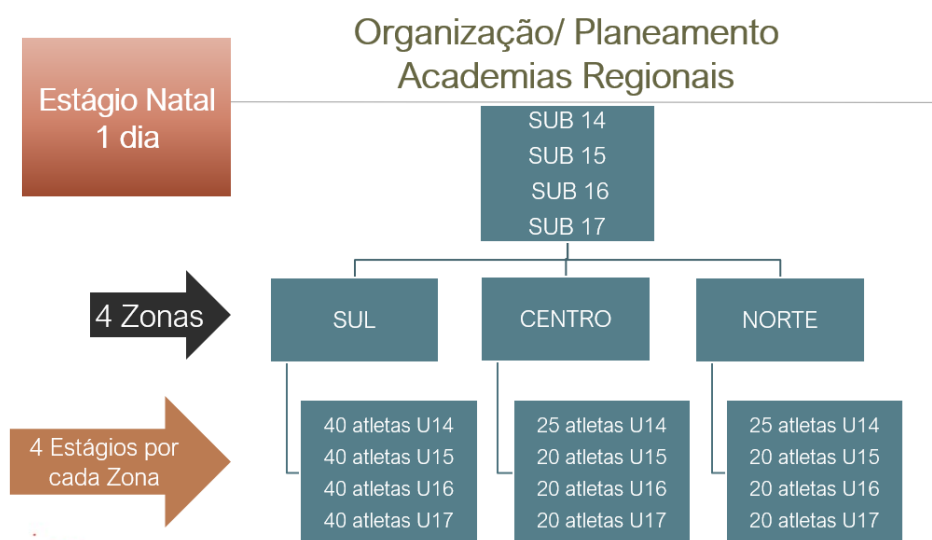
### Academia Centro

- Academia Sub 17 / S16 - 2 x p/ mês
- Feminino – 1 x p/mês
- Academia Força 8 – 1 x p/mês

### Academia Norte

- Academias Sub 17 / Sub 16 - 2 x p/ mês (Zona Minho / Zona Porto)
- Feminino – 1 x p/mês
- Academia Força 8 – 1 x p/mês

## ESTÁGIOS das ACADEMIAS

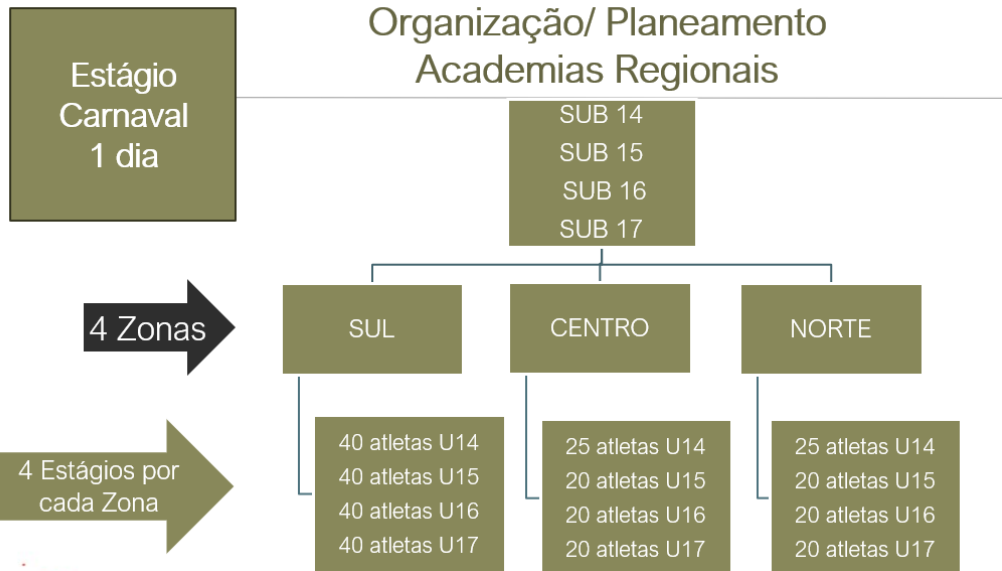


Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523

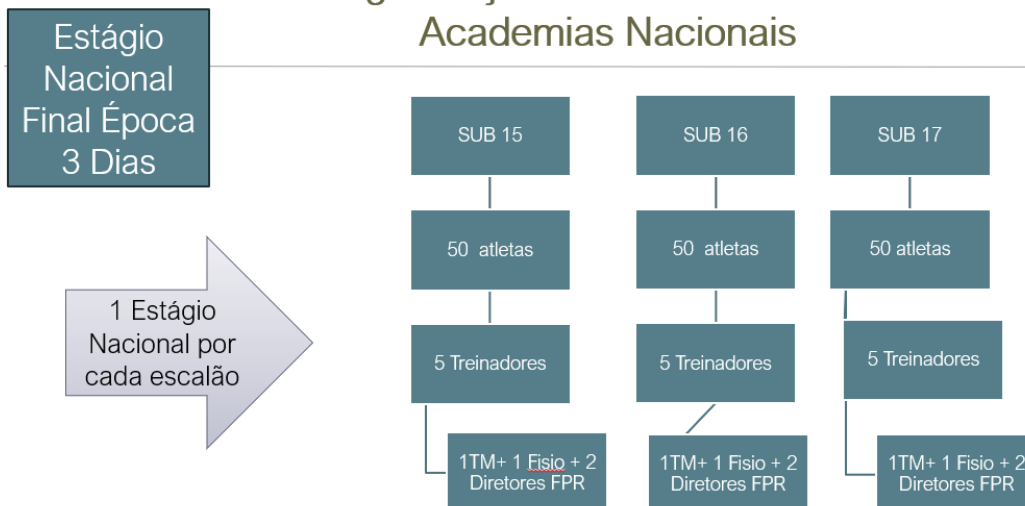
Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva

## Organização/ Planeamento

### Organização/ Planeamento Academias Regionais



## Organização/ Planeamento 2024 Academias Nacionais



Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523

Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva



Federação Portuguesa de Rugby

# RUGBY FEMININO – Atividades dos Escalões de Desenvolvimento



FPR 2024/25 - MAPA ATIVIDADES DESENVOLVIMENTO FEMININO  
Atividade Regional - versão 23 Outubro 2024

#Lobinhas a Lobas

## ESCALÃO U6 / U14

	Data	Duração	Atividade	Jogadoras	Horário	Local	Observações	Âmbito/Responsabilidade
Março 2025	15	1 dia	U6 e U14 - Convívio Apoio à SNF XV (a confirmar) Test Match - Portugal vs Brasil (a confirmar)	---	TUDO O DIA	Lisboa (a confirmar)	Convívio Juvenil apenas com raparigas! Técnicos Regionais têm que operacionalizar o Convívio	
	29 (a confirmar)	1 dia	U6 e U14 - Convívio Apoio à SNF XV (a confirmar) Jogo do WREC - Portugal vs Espanha	---	TUDO O DIA	Bairrada (a confirmar)	Convívio Juvenil apenas com raparigas! Técnicos Regionais têm que operacionalizar o Convívio	

## ESCALÃO U14 / U16

	Data	Duração	Atividade	Jogadoras	Horário	Local	Observações	Âmbito/Responsabilidade
Dezembro 2024	7-8	1 dia (mínimo)	U14 e U16 - Estágio Regional de NATAL	a definir	TUDO O DIA	Lisboa (e/ou Sul); Centro e Norte	Os Técnicos Regionais devem fazer a convocatória, operacionalizar e acompanhar os Estágios	
Janeiro 2025	18-19	1 dia (mínimo)	U14 e U16 - Estágio Regional de JANEIRO	a definir	TUDO O DIA	Lisboa (e/ou Sul); Centro e Norte	Os Técnicos Regionais devem fazer a convocatória, operacionalizar e acompanhar os Estágios	
Março 2025	1 e 5	1 dia (mínimo)	U14 e U16 - Estágio Regional de CARNAVAL	a definir	TUDO O DIA	Lisboa (e/ou Sul); Centro e Norte	Os Técnicos Regionais devem fazer a convocatória, operacionalizar e acompanhar os Estágios	
	22-23	1 ou 2 dias	U14/16 - Treino Seleções Regionais	a definir	TUDO O DIA	Lisboa (e/ou Sul); Centro e Norte	Os Técnicos Regionais devem fazer a convocatória, operacionalizar e acompanhar os Estágios	
	29 (a confirmar)	1 dia	U14/16 - Torneio Seleções Regionais	a definir	TUDO O DIA	Bairrada (a confirmar)	Os Técnicos Regionais devem fazer a convocatória, operacionalizar e acompanhar o Torneio	
Abril 2025	5-6	1 ou 2 dias	U15 - Treino Seleções Regionais	a definir	TUDO O DIA	Lisboa (e/ou Sul); Centro e Norte	Os Técnicos Regionais devem fazer a convocatória, operacionalizar e acompanhar o Estágio prep. PRVF 2025	
	12-13	2 dias	U15 - Participação no PRVF 2025	a definir	TUDO O DIA	Lisboa - Estádio Universitário	Os Técnicos Regionais têm que fazer a convocatória, operacionalizar e acompanhar a participação no PRVF 2025	
Junho 2025	19 e 23	2 dias	U14 e U16 - Estágio NACIONAL	a definir	TUDO O DIA	a definir	Os Técnicos Regionais devem fazer a convocatória, operacionalizar e acompanhar o Estágio.	

## ESCALÃO U18

	Data	Duração	Atividade	Jogadoras	Horário	Local	Observações	Âmbito/Responsabilidade
Novembro 2024	25 26	1 noite	U18 - Treino Academia Regional Centro/Norte U18 - Treino Academia Regional Sul	a definir	20h às 21.45h	Centro/Norte - Bairrada Sul - CAR Jamor	Os Técnicos Regionais devem fazer a convocatória e assegurar o treino. Nestes dias também há treino sénior.	
Dezembro 2024	2 3	1 noite	U18 - Treino Academia Regional Centro/Norte U18 - Treino Academia Regional Sul	a definir	20h às 21.45h	Centro/Norte - Bairrada Sul - CAR Jamor	Os Técnicos Regionais devem fazer a convocatória e assegurar o treino. Nestes dias também há treino sénior.	
	9 10	1 noite	U18 - Treino Academia Regional Centro/Norte U18 - Treino Academia Regional Sul	a definir	20h às 21.45h	Centro/Norte - Bairrada Sul - CAR Jamor	Os Técnicos Regionais devem fazer a convocatória e assegurar o treino. Nestes dias também há treino sénior.	
Janeiro 2025	13 14	1 noite	U18 - Treino Academia Regional Centro/Norte U18 - Treino Academia Regional Sul	a definir	20h às 21.45h	Centro/Norte - Bairrada Sul - CAR Jamor	Os Técnicos Regionais devem fazer a convocatória e assegurar o treino. Nestes dias também há treino sénior.	
Fevereiro 2025	3 4	1 noite	U18 - Treino Academia Regional Centro/Norte U18 - Treino Academia Regional Sul	a definir	20h às 21.45h	Centro/Norte - Bairrada Sul - CAR Jamor	Os Técnicos Regionais devem fazer a convocatória e assegurar o treino. Nestes dias também há treino sénior.	
	15-16	1 ou 2 dias	U18 - Treino Seleções Regionais	a definir	TUDO O DIA	Lisboa (e/ou Sul); Centro e Norte	Os Técnicos Regionais devem fazer a convocatória e assegurar o treino. Nestes dias também há treino sénior.	
	22-23	1 dia	U18 - Torneio Seleções Regionais (pode contar com presença de equipas inglesas)	a definir	TUDO O DIA	Lisboa / Caldas (a confirmar)	Os Técnicos Regionais devem fazer a convocatória e assegurar o treino. Nestes dias também há treino sénior.	
Março 2025	10 11	1 noite	U18 - Treino Academia Regional Centro/Norte U18 - Treino Academia Regional Sul	a definir	20h às 21.45h	Centro/Norte - Bairrada Sul - CAR Jamor	Técnicos Regionais podem/devem assegurar este treino NOTA - também há treinos seniores nos mesmos horários	
	17 18	1 noite	U18 - Treino Academia Regional Centro/Norte U18 - Treino Academia Regional Sul	a definir	20h às 21.45h	Centro/Norte - Bairrada Sul - CAR Jamor	Técnicos Regionais podem/devem assegurar este treino NOTA - também há treinos seniores nos mesmos horários	
	24 25	1 noite	U18 - Treino Academia Regional Centro/Norte U18 - Treino Academia Regional Sul	a definir	20h às 21.45h	Centro/Norte - Bairrada Sul - CAR Jamor	Técnicos Regionais podem/devem assegurar este treino NOTA - também há treinos seniores nos mesmos horários	
Abril 2025	5-6	1 ou 2 dias	U17 - Treino Seleções Regionais	a definir	TUDO O DIA	Lisboa (e/ou Sul); Centro e Norte	Os Técnicos Regionais devem fazer e convocatória, operacionalizar e acompanhar o Estágio prep. PRVF 2025	
	5-6	2 dias	SNF XV U18 - Treino Seleção Nacional NOTA - Jogo do WREC - Países Baixos vs Portugal	a definir	TUDO O DIA	a definir	Organização nacional NOTA - preparação para participar no PRVF 2025	
	12-13	2 dias	U17 - Participação no PRVF 2025	a definir	TUDO O DIA	Lisboa - Estádio Universitário	Os Técnicos Regionais têm que fazer a convocatória, operacionalizar e acompanhar a participação no PRVF 2025	
	12-13	2 dias	SNF XV U18 - Participação no PRVF 2025 NOTA - Jogo do WREC - Suécia vs Portugal	a definir	TUDO O DIA	Lisboa - Estádio Universitário	Organização nacional NOTA - preparação para participar no PRVF 2025	

Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3.º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523

Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva

## **FORMAÇÃO**

O Plano de formação dos agentes desportivos de Rugby pretende desenvolver competências em todos aqueles que atuam no palco desta modalidade e que são os garantes do desenvolvimento da modalidade.

Nos últimos anos assistimos a uma incapacidade de aplicação dos regulamentos no que respeita às exigências do grau de treinador para o nível e escalão de competição. A plataforma utilizada permitia a inscrição de treinador com a licença caducada. Assim que foi identificado o problema, foram acionados todos os meios de informação sobre as ações de formação contínua destinadas à revalidação das licenças de treinador, bem como ao prazo, mês de Dezembro para atualização das mesmas. A oferta formativa foi adequada em número, diversidade e proximidade por regiões e assistimos a inúmeros cancelamentos por insuficiente número de treinadores inscritos.

O planeamento de ações de formação inicial e contínua de treinadores apresentada para 2025 pretende dar resposta à expectável procura de treinadores para revalidação das licenças e atualização de conhecimentos.

À semelhança do ano passado, a FPR através do Departamento de formação, em colaboração com a World Rugby irá promover uma formação denominada Super Week onde potência em simultâneo de formadores, treinadores, árbitros, preparadores físicos e área médica. Esta ação decorrerá em Maio.

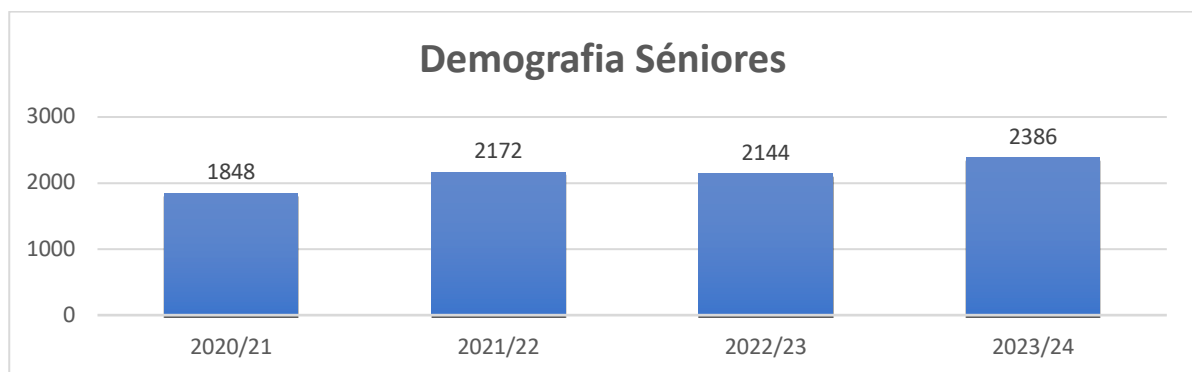
Queremos recrutar mais árbitros através da realização de cursos de iniciação à arbitragem, de Norte a sul do país com uma real aposta no aparecimento de árbitros. Continuar a capacitar os árbitros existente através de formação continua e formações internacionais permitindo um melhor enquadramento técnico, melhorando as condições atuais de atuação dos árbitros em Portugal. Continuar a aposta na formação de novos observadores e Coaches de árbitros, uma vez que são uma peça importante no desenvolvimento e retenção de árbitros. Os diretores de equipa continuam a ser o garante da comunicação entre o clube e a federação. Os comissários de jogo são o garante do cumprimento dos regulamentos e fiscalizam o bom funcionamento e a equidade das competições.

Este ano iremos promover e relançar o curso de Diretor de Equipa e de Comissário de Jogo para potenciar a participação será por vídeo conferência.

## COMPETIÇÕES

As competições de rugby em Portugal para Época Desportiva em curso (2024-2025) devem envolver uma série de estratégias, tanto a nível organizativo quanto de crescimento do desporto a nível nacional.

### 1. Competições Nacionais Seniores



- **TOP 12:**

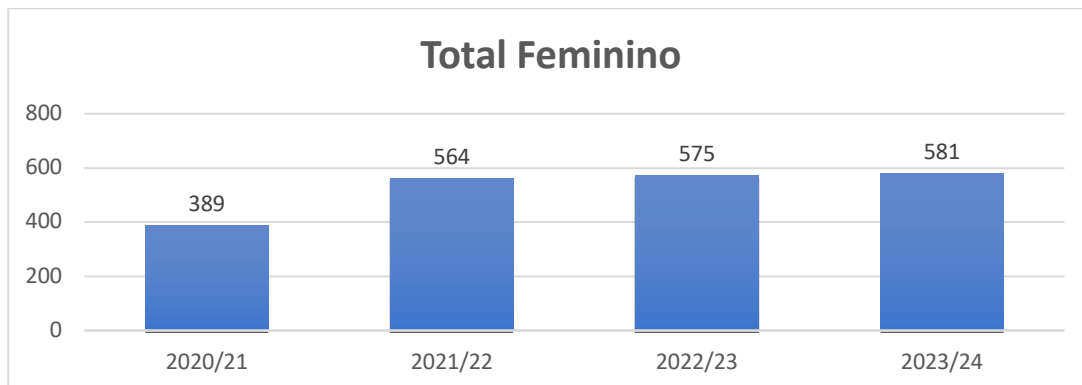
- A Divisão de Honra continua a ser o núcleo do rugby mais competitivo em Portugal.
- O modelo competitivo foi alterado, com a concordância dos Clubes, para poder ser adaptado ao calendário internacional da Seleção nacional de XV e em virtude dos Lusitanos, que disputaram a Super Cup entre Setembro e Outubro 2024.

- **CN1:**

- O aumento da competitividade entre os clubes da CN1 é uma prioridade, assim como o aumento das condições para a sua evolução.

- O modelo será semelhante ao do ano passado, traduzindo-se num sucesso competitivo e conseguindo-se potenciar as equipas tendo com base a sua localização geográfica.
- **CN2 & CN3:**
  - A introdução do campeonato de promoção CN3, tem como intenção a melhoria do CN2, criando nessa mesma Divisão um aumento de competição e condições para que exista uma melhoria dos clubes na CN2, com melhor competição e aumento da competitividade.
    - A CN3 tem como objetivo primordial a iniciação de várias equipas num campeonato mais formal e, também, criar uma competição mais intensa, proporcionando uma oportunidade a clubes de menor expressão para jogarem mais formalmente.
- Foi criado um Torneio de Abertura para todas as divisões, para os Clubes poderem usar na sua plenitude todos os atletas, numa prova que tem como objetivo a preparação, a participação e a formação de novos talentos, e para que os Clubes se adaptem aos processos administrativos para se poderem inscrever corretamente nos campeonatos nacionais.
- **Em relação ao Circuito Nacional de 7's**, será novamente criada uma etapa no fim da época para o escalão sénior.
- **Circuito de Beach Rugby**, serão mantidas as três etapas habituais no rugby Masculino para o escalão sénior, bem como será criada a Taça de Portugal de Beach Rugby.

## 2. Competições Femininas

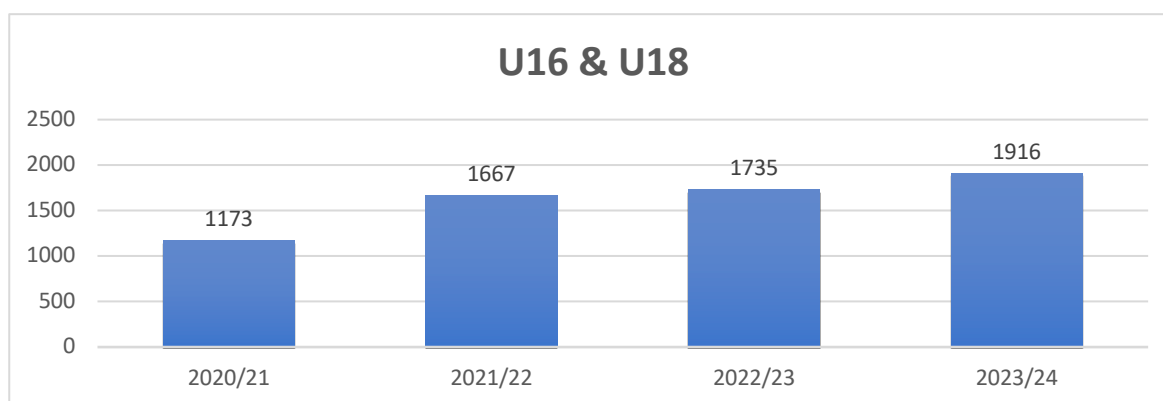


O rugby feminino tem registado um crescimento do número de atletas nos últimos anos, ainda que não significativo, pelo que o desenvolvimento de competições específicas será crucial para manter esse crescimento.

- **Campeonato Nacional da Divisão de Honra Feminino:** Embora tenha havido uma redução no número de clubes a competir nesta Divisão, registou-se uma melhoria nas condições de jogo e na organização de torneios e competições.
- **Foi criado um campeonato da CN1,** (antes denominado Torneio Nacional Emergentes) para que as equipas possam competir num segundo escalão, dando oportunidade às Equipas recém-criadas para fidelizarem as suas atletas assim como para se criarem condições para que outras, no fim da época, possam estar mais aptas a integrar a Divisão de Honra.
- **Foi criado um Campeonato Sub 18,** (antes denominado Torneio Nacional U18) – É um passo fundamental, pois permite criar uma competição mais organizada e mais regular, tendo como objetivo aumentar/melhorar a base do rugby feminino para o futuro.
- No que diz respeito à **Taça de Portugal,** vai ser criada uma competição para o Escalão Sub18 e manter esta competição no escalão sénior.
- **Em relação ao Circuito Nacional de 7's,** serão mantidas as 3 habituais etapas no rugby feminino tanto para o escalão sénior, como para o escalão Sub 18, com a possibilidade de organizar 1 momento de competição de 7's para o escalão Sub16.
- Nos próximos anos, a intenção é também criar um **campeonato de Sub 16.**

- **Formação e Apoio:** Investimento em programas de base e em centros de alto rendimento pode ajudar a criar uma nova geração de talentos, fomentando ainda mais o desenvolvimento do rugby feminino.
- **A consolidação e fomento do Rugby Feminino é um objetivo da Direção da FPR.**

### 3. Rugby Júnior



- **Campeonatos de Sub 16 e Sub 18:** A criação de mais competições e torneios para estes escalões etários ajuda a dar continuidade ao desenvolvimento dos atletas, promovendo a transição para o rugby sénior de forma mais célere, e mais benéfica para os Clubes e jovens jogadores.
- **As competições de Sub 16 e Sub 18:**
  - O modelo atual, é o modelo utilizado após a pandemia da Covid19, que permite uma diferenciação positiva das equipas.
  - Torneio Nacional Sub16 e Sub18 – respetivamente 9 e 11 equipas, que jogam emparelhadas pela situação geográfica, apurando-se as melhores 6 para a disputa do Torneio Nacional.
  - Os Torneios Regionais Sub 16 e Sub 18 – As equipas são distribuídas por escalões e pela zona geográfica até janeiro, enquanto a fase final nacional é

distribuída pelos melhores classificados nas Taças Plate, Bowl e Silver, sempre com a preocupação de nivelar a capacidade competitiva das equipas.

- Este modelo competitivo atual foi um fator positivo para o aumento do número de equipas principalmente fora dos grandes centros urbanos.
- No final da época serão realizados torneios de sevens regionais e nacionais, tal como aconteceu na época passada.

## 7. Rugby de Base e Inclusão Social

O rugby é um desporto que promove a inclusão social, com vários Clubes já a trabalhar com jovens em situações de risco ou com deficiência. Expandir essas iniciativas e garantir que o rugby seja acessível a mais pessoas pode ser uma das chaves para o crescimento da modalidade no país.

## 8. Comunicação com os Clubes

Para uma melhoria na comunicação com os Clubes, todas as competições, resultados e classificações podem ser consultadas na drive, que foi preparada e organizada para esse efeito.

<https://drive.google.com/drive/folders/1dRutL9NMbjQ0P6iSpnsFwiN-kWyKqn0d?usp=sharing>

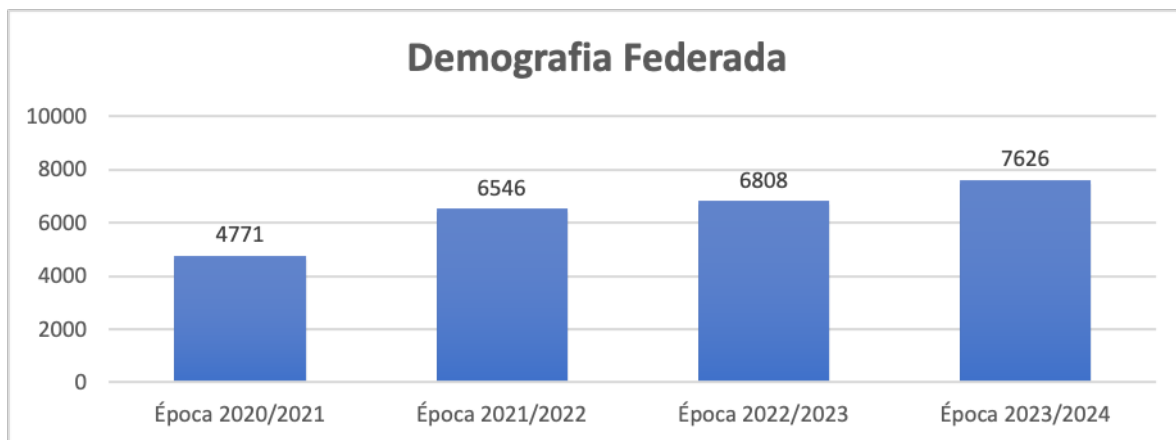
## Conclusão

A época desportiva de rugby em Portugal em curso deve ser marcada pela consolidação das competições nacionais, fortalecimento da formação de jovens, maior visibilidade para o rugby feminino, bem como de melhorias nas infraestruturas e apoio à seleção nacional.

A promoção do desporto, tanto a nível nacional quanto internacional, e a criação de uma base sólida para os Clubes de todas as divisões são fundamentais para o crescimento sustentável do rugby em Portugal, registando-se um acréscimo do número de atletas e do número de equipas nas várias competições.



Federação Portuguesa de Rugby



Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3.º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523

Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva



Federação Portuguesa de Rugby

# ORÇAMENTO 2025

Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523

Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva



Federação Portuguesa de Rugby  
Orçamento 2025

ORÇAMENTO DE RENDIMENTOS	Custos Previstos	2025	2024
		Custos Totais Previstos	Custos Totais Previstos
<b>TOTAL DE RENDIMENTOS</b>		<b>3 865 922,80</b>	<b>3 559 692,20</b>
<b>PROGRAMA ATIVIDADES REGULARES</b>		<b>3 832 230,60</b>	<b>3 526 000,00</b>
<b>INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO JUVENTUDE</b>		<b>1 302 230,60</b>	<b>1 281 000,00</b>
Organização e Gestão da Federação		158 230,60	156 000,00
Desenvolvimento da atividade desportiva		285 000,00	275 000,00
Alto rendimento e seleções nacionais		859 000,00	850 000,00
<b>COMITE OLIMPICO NACIONAL</b>		<b>25 000,00</b>	<b>25 000,00</b>
Solidariedade Olímpica		25 000,00	25 000,00
<b>FEDERAÇÕES INTERNACIONAIS</b>		<b>1 060 000,00</b>	<b>980 000,00</b>
World Rugby		920 000,00	880 000,00
Rugby Europe		70 000,00	50 000,00
Jogos preparação		70 000,00	50 000,00
<b>RECEITAS PRÓPRIAS</b>		<b>1 445 000,00</b>	<b>1 240 000,00</b>
Taxas de inscrição		190 000,00	180 000,00
Donativos		80 000,00	80 000,00
Outros (cartoes/penalidades)		60 000,00	35 000,00
Autarquias		130 000,00	65 000,00
Patrocínios		870 000,00	790 000,00
Receitas apostas online		55 000,00	35 000,00
Loja online		35 000,00	30 000,00
Rugby TV		25 000,00	25 000,00
<b>FORMAÇÃO</b>		<b>33 692,20</b>	<b>33 692,20</b>
Instituto Português Desporto Juventude		10 000,00	10 000,00
Inscrições		23 692,20	23 692,20
<b>EVENTOS INTERNACIONAIS</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
Campeonato Europa sub 20			
Instituto Português Desporto Juventude			
Inscrições			
<b>TOTAL DE RENDIMENTOS</b>		<b>3 865 922,80</b>	<b>0,00</b>



Federação Portuguesa de Rugby  
Orçamento 2024

	2025	2024
ORÇAMENTO DE GASTOS	Custos Previstos	Custos Totais Previstos
<b>PROGRAMA ATIVIDADES REGULARES</b>	<b>3 832 230,60</b>	<b>3 478 190,70</b>
<b>ORGANIZAÇÃO E GESTÃO DA FEDERAÇÃO</b>	<b>493 137,75</b>	<b>477 439,46</b>
Recursos Humanos	174 637,75	190 239,46
Recursos materiais e tecnológicos e fornecimentos e serviços externos	318 500,00	287 200,00
<b>DESENVOLVIMENTO DA ACTIVIDADE DESPORTIVA</b>	<b>810 658,71</b>	<b>625 631,70</b>
Recursos Humanos - DAD	200 371,41	182 476,42
Quadros competitivos nacionais sob a forma de jornadas ou circuito nacional	279 836,30	156 254,28
Gastos gerais provas e Arbitragem	279 836,30	156 254,28
Apoio a associados	30 000,00	30 000,00
Clubes desportivos	0,00	0,00
Associação de base territorial ou equivalentes(agrupamentos de clubes)	30 000,00	30 000,00
Desenvolvimento da prática desportiva Juvenil	84 500,00	86 300,00
Crescer - Clube nas escolas	7 500,00	
Crescer - Rugby nas escolas	5 000,00	
Programa de apoio as Associações Regionais	5 000,00	
Programa de apoio aos CFDDDE	5 000,00	
Programa de deteção de talentos	3 500,00	
Organização dos Convívios e Competições Juvenis	5 000,00	
Programa de apoio técnico aos clubes	5 000,00	
Rugby na comunidade - Integração social	4 000,00	
Torneio das Regiões - S14/S16/S18	22 100,00	
Academias Regionais/Nacionais - S14/S15/S16/S17	22 400,00	
Projeto de ética no desporto	4 000,00	4 000,00
Ações de formação e sensibilização	2 000,00	2 000,00
Projetos Inovadores de desenvolvimento	2 000,00	2 000,00
Outras desp.e aquisições de apoio ao projecto de desenvolvimento atividade desportiva	211 951,00	166 601,00
Seguros desportivos	60 000,00	55 000,00
Seguros escola formação	20 000,00	20 000,00
Observação a acompanhamento arbitragem	31 251,00	31 251,00
Gastos com staf arbitragem	20 700,00	10 350,00
Rugby TV	50 000,00	50 000,00
Material Tecnico e Equipamentos	30 000,00	
<b>SELECÇÕES NACIONAIS E ALTO RENDIMENTO</b>	<b>2 528 434,14</b>	<b>2 375 119,54</b>
Recursos Humanos (SNAR)	631 534,14	502 469,54
Ações de preparação	706 300,00	959 950,00
Séniiores Masculinos XV	475 000,00	
Séniiores Masculinos VII	54 900,00	
Séniiores Masculinos Sub 20 XV	35 250,00	
Séniiores Sub 18 XV	21 300,00	
Séniiores Sub 18 VII	1 500,00	
Séniiores Femininos XV	43 200,00	
Séniiores Femininos VII	36 400,00	
Sub-20 Femininos XV	9 500,00	
Sub-18 Femininos XV	13 250,00	
Sub-18 Femininos VII	16 000,00	
Participação em competições internacionais	906 600,00	701 500,00
Séniiores Masculinos XV	453 000,00	
Séniiores Masculinos VII	197 600,00	
Séniiores Masculinos Sub 20 XV	85 000,00	
Séniiores Sub 18 XV	45 000,00	
Séniiores Sub 18 VII	9 500,00	
Séniiores Femininos XV	54 500,00	
Séniiores Femininos VII	47 000,00	
Sub-18 Femininos VII	15 000,00	

<b>Programa detecção de talentos</b>	<b>14 000,00</b>	<b>17 500,00</b>
Estágio Carnaval	2 000,00	
Estágio nacional	2 000,00	
Estágio Verão 1	2 000,00	
Estágio Verão 2	2 000,00	
Treinos regionais	2 000,00	
Treino seleção regionais	2 000,00	
Estágio Natal	2 000,00	
<b>Outras despesas e aquisição de apoio ao projeto SNAR</b>	<b>270 000,00</b>	<b>193 700,00</b>
Sistema de análise de jogo e consumíveis	70 000,00	55 500,00
Tratamentos, consumíveis e suplementos	13 000,00	13 000,00
Suplementos alimentares	10 000,00	12 000,00
Seguros (ativações e acompanhamento de atletas lesionados)	10 000,00	10 000,00
Medicação e outros	1 000,00	1 200,00
Cirurgias, procedimentos, outros	10 000,00	10 000,00
Exames de imagem	9 000,00	10 000,00
Colaboradores externos (médicos, fisioterapeutas, outros)	14 000,00	12 000,00
Equipamentos médicos	3 000,00	
Equipamentos desportivos	130 000,00	70 000,00
<b>FORMAÇÃO</b>	<b>33 692,20</b>	<b>33 692,20</b>
Custos Operacionais		
Recursos Humanos		
Formação Arbitros	33 692,20	33 692,20
Gnosies		
<b>EVENTOS INTERNACIONAIS</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
Campeonato Europa		
<b>TOTAL DE GASTOS</b>	<b>3 865 922,80</b>	<b>3 511 882,90</b>



Federação Portuguesa de Rugby

Federação Portuguesa de Rugby  
Rua Julieta Ferrão, n.º 12, 3º Piso, 1600-131  
NIPC 501617523

Telefone: +351 217991690 E-mail: [geral@fpr.pt](mailto:geral@fpr.pt) sítio na internet: [www.fpr.pt](http://www.fpr.pt)  
Federação Desportiva com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva

