

REGRAS

1. Campo

1.1. Terreno de jogo com 31 Metros de comprimento e 25 metros de largura, com 3 metros para cada área de validação.

1.2. Tolera-se a diferença (a mais ou a menos) de 1 metro em cada uma das medidas apresentadas.

1.3. A organização pode variar as medidas apresentadas, face às características do evento.

2. Bola

2.1. A bola tem de ser de tamanho 4.

3. A equipa

3.1. Uma equipa não deve apresentar mais de 5 jogadores na área de jogo.

3.2. Uma equipa pode apresentar 7 suplentes e efectuar um número ilimitado de substituições no jogo, desde que efectuadas em situações de bola morta.

3.3. No caso de uma equipa em determinado momento do jogo, utilizar mais do que 5 jogadores o árbitro tem o direito de anular todas as acções decorrentes desde o momento em que a equipa se encontra em superioridade numérica, exceptuando se a equipa não prevaricadora tiver obtido um ensaio, durante esse tempo

3.4. Em situação alguma uma equipa poderá utilizar jogadores de outras equipas, sob a penalização de lhe ver ser averbada uma derrota por 10 - 0 no jogo em que tal situação se verificar.

4. Equipamento de jogadores

4.1. O equipamento dos jogadores é composta por uma camisola resistente (não é permitido o uso de T-shirts) e um par de calções.

5. Tempo de jogo

5.1. Um jogo está dividido em duas partes de 5 minutos de tempo de jogo efectivo. O intervalo tem a duração máxima de 3 minutos.

6. Árbitros

6.1. O jogo é arbitrado por um árbitro e dois auxiliares ou juizes de linha, caso sejam nomeados oficialmente ou apresentados pelas equipas, respectivamente.

O árbitro deve organizar o sorteio para apurar quem dá início ao jogo.

6. Forma de jogar

6.1. O jogo começa com o pontapé de saída que pode ocorrer de duas maneiras:

- Através de um toque com o pé na bola (tipo Pontapé Livre/ Penalidade jogado à mão),

6.2. Qualquer jogador em posição legal, pode passar a bola, correr com ela, placar o adversário portador da bola e pode ser placado quando for portador da mesma. Todas as acções devem estar de acordo com as Leis e Código do Jogo e o espírito inerentes.

6.3. Nenhum jogador pode pontapear a bola enquanto esta estiver em jogo (excepto na execução eventual do pontapé de saída ou recomeço). Caso contrário, Pontapé Livre.

6.4. Após ensaio, o recomeço de jogo será feito pela equipa adversária através de um pontapé livre no centro do terreno.

6.5. Após a marcação de um ensaio a bola deve ser deixada no local do "grounding". Qualquer jogador adversário da equipa que marcou pode apanhar a bola e imediatamente correr para o centro do terreno e jogá-la (a equipa perde o "direito" de jogar rápido se a bola for passada para a frente)

7. Pontuação

7.1. Um ensaio é marcado na área de ensaio adversária e vale 1 ponto.

8. Toque ou passe para diante

8.1. Sempre que um jogador passar ou tocar a bola para diante, em direcção à linha de ensaio adversária, e esta cair no solo ou tocar noutro jogador e sem obtenção de vantagem por parte da equipa adversária, o jogo será recomeçado com um Pontapé Livre a favor desta equipa.

9. Placagem

9.1. É considerado placagem quando o portador da bola é agarrado e derrubado por um ou mais adversários.

9.2. Ser derrubado significa que o portador da bola está deitado, sentado ou com pelo menos um joelho no chão ou em outro jogador que esteja no chão.

9.3. Ser agarrado significa que o placador deve continuar agarrando o portador da bola com ambos os braços claramente envolvidos até que o portador da bola esteja no chão.

9.4. Após a ocorrência de uma placagem, o placador e os defensores assistentes (jogador que segurou o portador da bola enquanto ia para o solo) devem soltá-lo. Depois de soltar, eles podem atacar a bola após mostrarem claramente que o soltaram (mão acima dos ombros).

9.5. . O portador da bola precisa de largar ou jogar a bola imediatamente (2 segundos) após ser derrubado.

Sanção: Pontapé Livre

9.6. Atacar a bola significa uma tentativa de agarrá-la após a placagem. Os jogadores devem permanecer de pé.

Sanção: Pontapé Livre

9.7. Qualquer jogador que queira atacar a bola deve permanecer em pé, apoiando o próprio peso do corpo (ombro acima do quadril) e sem as mãos no chão e atrás da bola. Eles devem pegar a bola e começar o jogo imediatamente.

Sanção: Pontapé. Livre

9.8 Qualquer jogador que queira atacar a bola precisa vir do seu próprio lado e passar pela “porta”.

Sanção: Pontapé. Livre

10. Blocagem

10.1. Quando o portador da bola for agarrado e parado pelo adversário, ficando os dois de pé, a partir desse ponto, o portador da bola deverá soltar a bola dentro de 2 segundos jogando-a.

Sanção: Pontapé. Livre

11. Bola fora

11.1. Sempre que uma equipa for responsável por colocar a bola fora, a outra equipa beneficia de um Pontapé Livre no local onde a bola saiu pela lateral.

12. Pontapé livre

12.1. Sempre que for cometida uma falta por uma equipa, os adversários recomeçarão o jogo com um Pontapé Livre. O pontapé livre é executado com um toque com o pé na bola. A bola tem de sair das mãos do executante.

12.2. Na execução de um Pontapé Livre, a equipa infractora deve recuar imediatamente para uma linha paralela à linha de ensaio e que dista 5 metros do ponto da falta. Caso contrário, Pontapé Livre 5 metros à frente do local da falta original.



13. Disciplina

13.1. Cartão Amarelo - Suspensão Temporária (2 minutos) sem direito a substituição por outro jogador da equipa. A acumulação de cartões amarelos no mesmo jogo levará a uma suspensão permanente para esse jogo sem direito a substituição.

13.2 Cartão Vermelho - Suspensão permanente para esse jogo sem direito a substituição.

Nota: Em caso de gravidade séria da ofensa, o árbitro poderá determinar a extensão da suspensão a outros jogos.

14. Desempate

14.1. Fase de Grupos

- Número de pontos obtidos entre as equipas empatadas;
- Diferença de ensaios marcados e sofrido nos jogos entre as duas equipas;
- Número de ensaios marcados nos jogos entre as equipas empatadas;
- Diferença do numero de ensaios marcados e sofridos em todos os jogos da fase de grupos;
- Maior numero de ensaios concretizados, em todos os jogos realizados no grupo.
- Histórico de Disciplina

43.2. Fase Final

- Morte Súbita