

Federação Portuguesa de Taekwondo

Direcção Técnica e Desportiva

Regulamento de Provas

Aprovado em Assembleia-Geral de 27 de Novembro de 2007

Índice

Índice.....	2
Parte I - Introdução.....	4
Capítulo 1 - Enquadramento.....	4
Capítulo 2 - Competências.....	4
Capítulo 3 - Filiação.....	5
PARTE II - Generalidades.....	6
Capítulo 1 - Escalões.....	6
Capítulo 2 – Participação nos Eventos.....	6
Capítulo 3 - Obrigações.....	7
Capítulo 4 – Sorteios e Cabeças de Série.....	8
Capítulo 5 - Candidaturas.....	8
Capítulo 6 - Apoios.....	9
Capítulo 7 - Staff das Provas e Funções.....	9
Capítulo 8 - Constituição das Equipas.....	10
Capítulo 9 – Quadro Competitivo Nacional.....	10
PARTE III - Provas de Combates.....	12
Capítulo 1 - Modelo de Competição de Combates.....	12
Capítulo 2 - Equipamentos.....	12
Capítulo 3 - Pesagens.....	13
Capítulo 4 - Duração dos Combates.....	13
Capítulo 5 - Categorias de Peso.....	13
Capítulo 6 - Ranking Nacional.....	14
Capítulo 7 - Provas de Apuramento.....	15
Capítulo 8 - Campeonato Nacional.....	15
Capítulo 9 - Taça de Portugal.....	16
Capítulo 10 – Torneios Internacionais.....	16
Capítulo 11 - Classificações.....	17
Capítulo 12 - Selecções Nacionais.....	17
Capítulo 13 - Seleccionadores/Treinadores.....	18
PARTE IV - Provas de Técnica.....	19
Capítulo 1 - Modelo de Competição de Técnica.....	19
Capítulo 2 - Classificações.....	19
Capítulo 3 - Campeonato Nacional.....	20
Capítulo 4 - Taça de Portugal.....	20

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TAEKWONDO

Área Desportiva - Regulamento de Provas

Capítulo 5 – Torneios Internacionais	20
PARTE V - CONTROLO E AVALIAÇÃO	22
Capítulo 1 - Controlo Anti-Doping.....	22
PARTE VI - CANDIDATURAS.....	23
Capítulo 1 - Organização	23
Capítulo 2 - Caderno de Encargos	23

Parte I - Introdução

Capítulo 1 - Enquadramento

1. Finalidade

O Regulamento de Provas e Normas, define a articulação básica do sistema de competição instituída na Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD.

2. Âmbito

O presente Regulamento aplica-se a área Técnica e Desportiva da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, com competências previstas nos estatutos.

3. Definição

O propósito, do presente Regulamento de Provas, é regular e enquadrar a organização de actividades desportivas, tais como: campeonatos nacionais, taças, provas, estágios e outras actividades de âmbito técnico, promovidos pela Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD.

4. Objectivo

O Objectivo é assegurar a unificação na realização das provas nacionais e internacionais.

5. Casos Omissos

Os casos omissos ao presente regulamento cabe aos órgãos, da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, decidir em conformidade.

Capítulo 2 - Competências

6. Competências

A Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, é a única entidade nacional, com direito de proclamar os Campeões Nacionais (Individual e por Equipas) e vencedores de Taças.

7. Títulos

Todos os anos a Federação Portuguesa de Taekwondo, atribui títulos de campeões nacionais conforme se discrimina:

- Na disciplina de Combates: individualmente em todas as categorias de peso das classes cadetes, júnior e sénior (feminino e masculino). Por equipas nas classes cadetes, júnior e sénior (feminino e masculino).
- Na disciplina de Poomsae: individualmente nas várias categorias de KUP (de acordo com regras de competição estabelecidas em documento próprio) e nas várias categoria de DAN (de acordo com regras de competição estabelecidas pela WTF). Por equipas nas categorias de KUP's e DAN's.

8. Promulgação

Todos os anos a Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, atribui títulos de vencedores de taças nas seguintes categorias:

- Na disciplina de Combates: a equipa vencedora da Taça de Portugal - combates.
- Na disciplina de Técnica: a equipa vencedora da Taça de Portugal - técnica.

9. Validação

Todas as actividades desportivas não incluídas no programa de actividades da Federação

Portuguesa de Taekwondo, UPD, não são considerados nem aceites em termos de resultados oficiais.

10. Programa

O programa de actividades da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, de âmbito nacional, para o ano seguinte, deve ser enviado às Associações até ao dia 31 de Agosto, permitindo a estas tempo suficiente para se candidatarem à organização de actividades. O Director Desportivo é responsável pela sua elaboração. As associações interessadas na organização de qualquer actividade devem fazê-lo até ao dia 30 de Setembro (em impresso próprio).

- O programa de actividades aprovado pela Direcção, carece de aprovado em Assembleia-geral.
- A Direcção da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD. reserva-se o direito de alterar, em parte o programa de actividades aprovado, se razões de ordem técnica ou financeira o exigirem.

Capítulo 3 - Filiação

11. Associações

As associações filiadas com a sua situação devidamente regularizada podem participar nos eventos da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD.

12. Delegados/Treinadores/Atletas

Os elementos referidos com a sua situação regularizada perante a Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, podem participar nas actividades desta. A filiação de atletas na Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, é feita através da associação. A graduação mínima para um atleta participar nas provas de combate é 5º Kup (cinturão azul).

PARTE II - Generalidades

Capítulo 1 - Escalões

13. Classes Etárias

As classes etárias, na vertente combates, estão divididas conforme quadro a seguir:

Escalão	Que completem no ano da prova:
Cadetes	12, 13 ou 14 anos de idade
Juniores	14, 15, 16 ou 17 anos de idade
Seniores	16 ou mais anos de idade

Capítulo 2 - Participação nos Eventos

14. Inscrições/Revalidações na FPT

- As inscrições e/ou revalidações de quaisquer agentes desportivos que pretendam participar em qualquer evento, efectuadas próximo deste, deverão dar entrada na Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, até ao quinto dia útil anterior à primeira data de inscrição no evento, no caso em que esse agente, ainda, não esteja inscrito ou revalidado.

15. Inscrições nas provas

- As inscrições devem ser recebidas pelo secretariado da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, até a última data limite, efectuadas através de impresso próprio e remetidas pela Associação, autenticadas com o respectivo carimbo.
- As inscrições via FAX ou E-MAIL só serão consideradas efectivas até dois dias após a última data limite.
- A ficha de inscrição, tem que estar completamente preenchida e validada pela Associação. Pode ser feito *download* no site da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, do ficheiro em Excel ou em pdf.
- Após a recepção das inscrições, caso os atletas inscritos estejam irregulares perante a Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, se a Associação quiser proceder à sua regularização no período de tempo entre a inscrição e a realização do sorteio da prova, a associação deve entregar os documentos em falta e pagar a sobretaxa de 5,00€ para garantir tal procedimento
- As inscrições deverão ser enviadas para:
 - Morada: Rua dos Correeiros, nº 221 - 2º Esq. 1100-165 LISBOA
 - Fax. 213 240 300
 - E-mail - geral@fpt.pt

16. Ficha de Inscrição

- As fichas de inscrição (combates e técnica) devem ser devidamente preenchidas em impresso próprio (modelo FPT).
- Indicar, na íntegra, os elementos dos praticantes requeridos nas mesmas.
- A Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, irá fiscalizar nas competições a veracidade das inscrições e só devem participar nas reuniões e/ou em qualquer acção pessoas/elementos inscritos e com a licença desportiva em dia.
- Não serão aceites inscrições de atletas que não sejam efectuadas no impresso próprio da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD.

17. Data Limite e Taxas de inscrição - Conforme tabela abaixo mencionada:

Prova	Prazo	Valor
Combates	Até às 12h00 da 2ª Feira da semana anterior à prova	5,00€
	Até às 12h00 da 6ª Feira da semana anterior à prova	10,00€
	Até às 12h00 da 2ª Feira da semana em que decorre a prova	15,00€
Técnica	Até às 12h00 da 2ª Feira da semana anterior à prova	5,00€
	Até às 12h00 da 6ª Feira da semana anterior à prova	7,00€
	Até às 12h00 da 2ª Feira da semana em que decorre a prova	10,00€

18. Nº de Atletas

- Provas de Combates - É permitida a inscrição de 2 (dois) atleta por categoria de peso e género; Em cada prova poderá ser permitida a inscrição de mais atletas por categoria através de proposta apresentada pelo Director Desportivo, e, aprovada pela Direcção.
- Provas de Técnica - É permitida a inscrição de 2 (dois) atleta por categoria e género. Em cada prova poderá ser permitida a inscrição de mais atletas por categoria através de proposta apresentada pelo Director Desportivo, e, aprovada pela Direcção.

19. Pagamento

- As inscrições só são consideradas efectivas com pagamento simultâneo. O pagamento deverá ser feito por cheque ou vale postal à ordem da F.P.T. e enviado para a morada mencionada em rodapé, ou ainda por transferência bancária para: NIB: 0007.0045.00008840008.97; Conta BES - 0450.0884.0008
- Admitindo, ocasionalmente, problemas de tesouraria de alguma Associação, o cheque poderá ser pré-datado, devendo tal facto ser comunicado à Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD.

Capítulo 3 - Obrigações

20. Credenciação

- A credenciação das equipas é feita no período das 10H00 às 11H00.
-

- Será entregue uma senha, a cada equipa, com o objectivo de ordenar as pesagens. O delegado da equipa deve dirigir-se ao “Secretariado da Prova” munido da sua licença federativa a fim de levantar o processo.
- As equipas que não efectuem a credenciação dentro do horário estabelecido serão desclassificadas da prova.

21. Árbitros - A reunião da Equipa de Arbitragem é às 10H00.

22. Delegados - A reunião com os delegados é às 11H30, devendo estes apresentarem-se na sala de reunião com o “Caderno de Sorteio” a fim de registarem as alterações necessárias.

23. Pretensão/Protesto - O Delegado da equipa é responsável pela redacção e assinatura do protesto. Deve ser apresentado acompanhado de uma quantia de 100,00€ (cem euros), e entregue ao Director de Prova, durante os 15 (quinze) minutos seguintes ao combate em causa. Este valor não será devolvido caso haja indeferimento à pretensão. Os protestos devem ser redigidos em impresso próprio.

Capítulo 4 - Sorteios e Cabeças de Série

24. Sorteio

- O sorteio é realizado na última terça-feira que antecede a actividade, das 18h30 às 19h30, nas instalações da Federação Portuguesa de Taekwondo.
- O método de sorteio utilizado é o “misto”, ou seja, com pedras da sorte numeradas para as posições livres e, na medida do possível, evitar que atletas da mesma equipa combatam entre si na primeira eliminatória.

25. Cabeças de Série - Todas as categorias de peso, com pelo menos quatro atletas participantes, terão cabeças de série. Os atletas classificados nas primeiras quatro posições, das várias categorias, serão considerados os cabeças de série para a próxima prova. Na inexistência de um ranking, os cabeças de série são os 4 primeiros classificados em prova correspondente de ano anterior.

26. Sorteio

- Os cabeças de série ocuparão as seguintes posições: P1 para o 1.º Classificado, P2 para o 2.º Classificado, P3 para o 4.º Classificado e P4 para o 3.º Classificado.
- Só as categorias com mais de quatro atletas inscritos são consideradas os cabeças de série. Os restantes atletas são sorteados para as outras posições da grelha de combate.
- Se se verificar a não inscrição de qualquer cabeça de série a posição passa para o atleta classificado na posição imediatamente a seguir e assim sucessivamente.

Capítulo 5 - Candidaturas

27. Âmbito - As acções propostas, no programa de actividades da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, são promovidos por esta e eventualmente organizadas pelas associações ou clubes/escolas filiados.

28. Prazos - A pretensão formal (por escrito), na organização de qualquer evento desportivo, proposta no programa de actividades deve ser remetido até ao fim do mês de Setembro respondendo a todos os requisitos em impresso próprio.

- 29. Critérios** - Os critérios de selecção das associações na organização de provas/actividades, previstas no programa de actividades da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, são por ordem decrescente os seguintes:
- Ordem de entrada na Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD;
 - Descentralização das actividades;
 - Associações não privilegiadas na última época;
 - Única candidatura;
 - Método da proposta.
- 30. Inquérito** - Em todas as provas poderão ser distribuídos inquéritos às equipas para avaliação da organização da prova.

Capítulo 6 - Apoios

- 31. Arbitragem** - Fica a cargo do Conselho de Arbitragem da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, a responsabilidade integral sobre a arbitragem.
- 32. Recursos Humanos** - A Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, apoia em recursos humanos tudo que esteja ao seu alcance.
- 33. Recursos Materiais** - A Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, apoia em recursos materiais tudo que esteja ao seu alcance, como por exemplo: tapetes, quadros de pontuação, etc.
- 34. Recursos Financeiros** - A Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, apoia financeiramente na organização de Campeonatos Nacionais, Taças de Portugal e outras provas do calendário.

Capítulo 7 - Staff das Provas e Funções

- 35. Director de Prova** - Dirige e orienta a actividade operativa da prova e objectiva a concretização das actividades estabelecidas pela direcção da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD. É nomeado pela Organização da prova com o aval do Director Técnico e Desportivo da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD.
- 36. V/Director de Prova** - Apoia o director de prova, examina necessidades e propõe estratégias de acção. É responsável pela operacionalidade da actividade, principalmente pelos momentos de início e fim da prova e entrega de prémios. É nomeado pela Associação organizadora do evento com o aval do Director Técnico e Desportivo da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD.
- 37. Mesa de Controlo/Chamada** - A mesa de controlo/chamada é constituída pelo menos por 3 (três) elementos, devidamente acreditados para aquelas funções. Estes elementos são responsáveis pelo normal funcionamento de cada uma das áreas de competição. São nomeados pelo Conselho de Arbitragem da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD.
- 38. Relações Públicas e Secretariado** - Apoia a Direcção na organização de eventos (culturais e desportivos). Colabora na divulgação de uma imagem da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, que transmita segurança, notoriedade e confiança. É responsável pela recepção e credenciação das equipas.
- 39. Comissão de Arbitragem** - A comissão de Arbitragem das provas é composta por 3 (três) ou 5 (cinco) elementos, sendo constituída pelo responsável de área/zona de combates e

os outros são nomeados pelo Presidente do CA. Esta comissão é responsável pela análise e resposta aos protestos apresentados pelas equipas.

- 40. Responsáveis pelas Áreas de Combates** - Denominam-se “Juizes Árbitros” e são responsáveis pelo normal funcionamento da sua zona de combates. Nomeiam e registam, em impresso próprio, os árbitros participantes nos combates e no final elaboram o respectivo relatório que deve ser entregue ao Presidente do Conselho de Arbitragem. São nomeados pelo Conselho de Arbitragem da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD.
- 41. Árbitros** - A equipa de arbitragem é da responsabilidade do Conselho de Arbitragem da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD. Estes devem cuidar da sua prestação enquanto agentes promotores da modalidade.
- 42. Médico de Prova** - É responsável por cuidar da integridade física e efectuar o devido diagnóstico dos atletas acidentados.
- 43. Socorristas/Ambulância** - São responsável pelos primeiros socorros e eventual transporte, ao Hospital de atletas acidentados, em situação de emergência.

Capitulo 8 - Constituição das Equipas

- 44. Constituição** - As equipas podem apresentar uma estrutura semelhante a que se indica: Presidente, Delegado, Treinador Principal, Treinadores Adjuntos, Massagista e Atletas.
- 45. Presidente** - Supervisiona e define a filosofia da equipa de forma a controlar as diversas tarefas.
- 46. Delegado** - Dirige toda a actividade da equipa quer nas acções intrínsecas quer extrínsecas no que diz respeito a actividade da equipa na prova. Toma parte das reuniões e procura dar resposta aos problemas surgidos em cada momento. Deve manter uma atitude digna e coerente de forma a poder resolver os possíveis conflitos.
- 47. Treinador Principal** - Coordena a actividade competitiva (combates) da equipa e dos atletas. Deve adoptar o seu estilo de liderança de acordo com aquilo que a situação mais aconselha, ou seja, motivar o atleta para a vitória.
- 48. Treinadores Adjuntos** - Coadjuvam o Treinador Principal na sua tarefa primária. As equipas podem nomear os treinadores adjuntos que entenderem por necessário.
- 49. Médico/Massagista/Fisioterapeuta** - O massagista da equipa acompanha os atletas nas actividades inerentes a actividade de massagista ou fisioterapeuta.
- 50. Atletas** - Os atletas são o factor mais importante de uma prova. Sem eles a competição não tem razão de existir. No entanto, não é permitido que um indivíduo inscrito como atleta numa determinada prova, venha a desempenhar papeis que não aquele para o qual foi inscrito.

Capitulo 9 - Quadro Competitivo Nacional

- 51. Quadro Competitivo Nacional** - O quadro competitivo nacional é constituído como segue:

Titulos Nacionais

Prova	Tipo de Prova			Escalão		
	Técnica	Demonstração	Combates	Cadetes	Juniores	Séniiores
Campeonato Nacional de Combates			X	X		

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TAEKWONDO

Área Desportiva - Regulamento de Provas

Campeonato Nacional de Combates			X			X
Campeonato Nacional de Combates			X		X	
Campeonato Nacional Universitário	X		X			X
Campeonato Nacional de Técnica	X			X	X	X

Taças

Prova	Tipo de Prova			Escalaão		
	Técnica	Demonstração	Combates	Cadetes	Juniiores	Séniiores
Taça de Portugal	X		X			X
Taça Embaixador da Coreia em Portugal		X	X		X	X

Torneios Nacionais

Prova	Tipo de Prova			Escalaão		
	Técnica	Demonstração	Combates	Cadetes	Juniiores	Séniiores
Torneio Nacional de Beneficência	X	X	X	X	X	X

Torneios Internacionais

Prova	Tipo de Prova			Escalaão		
	Técnica	Demonstração	Combates	Cadetes	Juniiores	Séniiores
Taça Ibérica	X		X		X	X
Open Internacional de Lisboa	X		X		X	X

52. Regras - As provas, torneios, taças e campeonatos são regidas pelas regras em vigor na Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, emanadas pela WTF (vide Regulamento de Arbitragem).

53. Calendário - A organização, das provas do Quadro Competitivo Nacional, será feito em cada ano de acordo com os objectivos e necessidades específicos dessa época e de acordo com o Calendário de provas Internacional.

PARTE III - Provas de Combates

Capítulo 1 - Modelo de Competição de Combates

54. Estrutura

- O modelo de competição de combates é constituído de acordo com o ponto 51
- Caso seja entendido necessário, a Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, poderá promover provas nacionais em cada uma das categorias oficiais.

Capítulo 2 - Equipamentos

55. Atletas

- O equipamento oficial dos atletas é o uniforme de Taekwondo (Do-bok), ou seja, casaco com gola branca, vermelho/preto ou preta, conforme seja Kup, Poom ou Dan respectivamente, calças brancas e cinturão correspondente.
- Em combates devem fazer uso das protecções homologados pelo Regulamento de Arbitragem da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, emanadas pela WTF.
- Os atletas que compareçam no Pódio, para recepção de prémios, devem trazer de Fato de Treino da equipa ou em Do-Bok.

56. Treinadores

- O equipamento dos treinadores é o Fato de Treino (calças, t'shirt e casaco), meias desportivas e ténis adequados à prática de Taekwondo.
- Estes podem fazer-se acompanhar na sua missão de: uma toalha, uma garrafa de água, um mini bloco de apontamentos, uma esferográfica e de um cronómetro.
- Não é permitido ao treinador apresentar-se nas suas funções em: calças de do-bok, do-bok e traje civil de passeio.
- Também, não é permitido aos atletas em competição desempenharem funções de “coach” ou treinadores.

57. Delegados

- Os Delegados supervisionam toda a acção inerente a sua equipa.
- Não é permitido ao delegado desempenhar funções cumulativas com às de treinador.

58. Identificação - O acesso à Zona de Competição, só é permitido a delegados, treinadores, atletas, árbitros, médicos, elementos da organização e pessoas devidamente autorizadas.

Capítulo 3 - Pesagens

59. Pesagens

- A pesagem é um processo individual e por equipa.
- Todo o atleta, no momento da pesagem, *deve apresentar um documento de identificação válido (BI ou Passaporte), sem o qual não poderá ser pesado.*
- Os atletas terão que ser pesados em roupa interior ou nus se o entenderem.
- Os delegados podem acompanhar todo o processo de pesagens das equipas, tomando o devido cuidado para não interferirem no trabalho dos árbitros.

60. Horário - A pesagem dos atletas em prova inicia-se às 11h00 e termina às 12h00. A competição tem início às 14h30. Caso seja necessário, a Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, poderá efectuar as alterações que julgar necessárias.

61. Ordem - As equipas, no momento da credenciação, recebem uma senha numerada a fim de ordenar as pesagens.

Capítulo 4 - Duração dos Combates

62. Geral - Os combates terão a duração estabelecida no Regulamento de Competição de acordo com as regras emanadas pela WTF.

63. Provas Nacionais - Os combates terão a duração estabelecida no Regulamento de Competição de acordo com as regras emanadas pela WTF.

Capítulo 5 - Categorias de Peso

64. Cadetes - As categorias de peso para o escalão de Cadetes são:

CATEGORIAS	MASCULINO	FEMININO
Mini-Mosca	- 33 kg	- 29 kg
Mosca	33 - 37	29 - 33
Galo	37 - 41	33 - 37
Pluma	41 - 45	37 - 41
Ligeiro	45 - 49	41 - 44
Super-Ligeiro	49 - 53	44 - 47
Semi Médio	53 - 57	47 - 51
Médio	57 - 61	51 - 55
Semi Pesado	61 - 65	55 - 59
Pesado	+ 65 kg	+59 Kg

65. Juniores - As categorias de peso para o escalão de Juniores são:

CATEGORIAS	MASCULINO	FEMININO
Mini-Mosca	-45 Kg	-42 Kg

Mosca	45 - 48	42 - 44
Galo	48 - 51	44 - 46
Pluma	51 - 55	46 - 49
Ligeiro	55 - 59	49 - 52
Super-Ligeiro	59 - 63	52 - 55
Semi Médio	63 - 68	55 - 59
Médio	68 - 73	59 - 63
Semi Pesado	73 - 78	63 - 68
Pesado	+78 Kg	+68 Kg

66. Seniores - As categorias de peso para o escalão de Seniores são:

CATEGORIAS	MASCULINO	FEMININO
Mini-Mosca	-54 Kg	-47 Kg
Mosca	54 - 58	47 - 51
Galo	58 - 62	51 - 55
Pluma	62 - 67	55 - 59
Ligeiro	67 - 72	59 - 63
Super-Ligeiro	72 - 78	63 - 67
Médio	78 - 84	67 - 72
Pesado	+84 Kg	+72 Kg

67. Pesos Olímpicos - As categorias de peso para as competições Olímpicas são:

CATEGORIAS	MASCULINO	FEMININO
	-58 Kg	-49 Kg
	58 - 68	49 - 57
	68 - 80	57 - 67
	+80 kg	+67 kg

Capítulo 6 - Ranking Nacional

68. **Âmbito** - O ranking nacional tem como propósito regular e pontuar os atletas que participam nas provas e campeonato nacional, incluídos no programa de actividades da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD.

69. **Objectivo** - O objectivo do ranking nacional é criar um sistema de avaliação contínua dos atletas, de modo a permitir a classificação qualitativa destes para eventual acesso a actividades com pré-requisitos assim definidos.

- O acesso aos Campeonatos Nacionais poderá ser feito pelo ranking;
- O acesso às Selecções Nacionais poderá ser feito pelo Ranking;
- O acesso a provas especiais poderá ser feito pelo ranking;

70. **Pontuação** - A pontuação não é acumulativa nas diferentes categorias de peso em que o atleta participe. É da responsabilidade do Director Técnico e Desportivo a elaboração do ranking após cada prova.

71. Sistema de pontos - O sistema de pontuação utilizado é o seguinte:

- 7 pontos por um 1º lugar
- 3 pontos por um 2º lugar
- 2 pontos por um 3º lugar (perde com o 1º classificado)
- 1 ponto por um 4º lugar (perde com o 2º classificado)

72. Excluídos - São excluídos do Ranking Nacional, quaisquer participações em provas, torneios ou campeonatos que não estejam incluídos no programa de actividades da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD.

73. Transição - Os atletas classificados nos primeiros quatro lugares no ranking, após o campeonato nacional, iniciam a próxima época com 7, 3, 2 e 1 pontos respectivamente.

Capítulo 7 - Provas de Apuramento

74. Provas - Caso o número de participantes no Campeonato Nacional ultrapasse um número entendido como elevado, poderá optar-se pela realização de provas de apuramento onde se procederá a um primeiro momento de apuramento para o Campeonato Nacional.

75. Participação - Só podem participar em provas de Apuramento para provas Nacionais, atletas com nacionalidade Portuguesa.

76. Prémios - Atribuem-se os seguintes prémios nas Provas de Apuramento:

- **Individuais:** Medalhas para o 1º, 2º, e 3ºs classificados;
- **Equipas:** Troféus para os 1º, 2º e 3º classificados Masculino e Feminino;
- **Participação:** Troféus para todas as equipas participantes;
- **Recepção de prémios:** Os atletas deverão estar vestidos com fato de treino ou Dobok para receberem os prémios. A recepção dos prémios por equipas e absoluto deverá ser feita pelo Capitão de Equipa. Não serão entregues prémios por equipas a atletas.

Capítulo 8 - Campeonato Nacional

77. Campeonato Nacional de Combates - O Campeonato Nacional, é disputado numa prova, conforme previsto no quadro competitivo. É nesta prova que são disputados os títulos de Campeões Nacionais Individuais e por Equipas nova vários escalões.

- O vencedor será considerado Campeão Nacional;
- O Programa da prova será divulgado em específico para cada Campeonato contendo um resumo do Regulamento de provas;
- Os itens não mencionados no Programa da prova serão resolvidos através da consulta deste regulamento.

78. Participação - Só podem participar em Campeonatos Nacionais atletas com nacionalidade Portuguesa.

79. Apuramento - A participação no Campeonato Nacional de Combates pode ser feita através de momentos de apuramento, ou seja, provas que antecedem o campeonato nacional, ficando apurados os 8 (oito) primeiros classificados de cada categoria de peso nos vários escalões e géneros.

80. Árvore/Sorteio - No Campeonato Nacional será da seguinte forma: o 1.º Classificado do Ranking ocupará a P1, o 2.º Classificado do Ranking ocupará a P2, o 3.º Classificado no Ranking ocupará a P4 e 4.º Classificado do Ranking ocupará a P3.

81. Apuramento de Atletas

- Os atletas apurados para o Campeonato Nacional de Combates não podem participar em duas ou mais categorias.
- Os atletas que nos momentos de apuramento tenham participado em mais do que uma categoria, participarão (no campeonato nacional) numa e só numa categoria de peso e ficará apurado para a categoria em que concorreu no último momento de apuramento.

82. Os atletas eliminados nas pesagens serão considerados fora de prova. Não lhes sendo atribuída qualquer classificação final e/ou prémio.

83. Prémios - conforme quadros abaixo mencionados:

- **Individuais:** Medalhas para o 1º, 2º, e 3ºs classificados;
- **Equipas:** Troféus para os 1º, 2º e 3º classificados Masculino e Feminino;
- **Absoluto:** Taça para a equipa vencedora;
- **Participação:** Troféus para todas as equipas participantes;
- **Recepção de prémios:** Os atletas deverão estar vestidos com fato de treino ou Dobok para receberem os prémios. A recepção dos prémios por equipas e absoluto deverá ser feita pelo técnico responsável da equipa ou seu representante. Não serão entregues prémios por equipas a atletas.

Capítulo 9 - Taça de Portugal

84. Taça de Portugal - A Taça de Portugal é disputada numa prova nas Categorias de: Pesos Olímpicos (femininos e masculinos). É uma prova aberta a atletas juniores e seniores, podendo as equipas inscrever o máximo de 1 (um) atleta por categoria de peso. Só haverá uma equipa vencedora da Taça de Portugal (ver categorias de peso olímpicos).

85. Participação - Cada equipa pode inscrever, atletas estrangeiros, até ao máximo de dois atletas por equipa.

86. Prémios - conforme quadros abaixo mencionados:

- **Individuais:** Medalhas para o 1º, 2º, e 3ºs classificados;
- **Equipas:** Troféus para os 1º, 2º e 3º classificados Masculino e Feminino;
- **Absoluto:** Taça para a equipa vencedora;
- **Participação:** Troféus para todas as equipas participantes;
- **Recepção de prémios:** Os atletas deverão estar vestidos com fato de treino ou Dobok para receberem os prémios. A recepção dos prémios por equipas e absoluto deverá ser feita pelo técnico responsável da equipa ou seu representante. Não serão entregues prémios por equipas a atletas.

Capítulo 10 - Torneios Internacionais

87. **Torneios Internacionais** - Os Torneios Internacionais são provas internacionais com o objectivo de promover o nível competitivo nacional além fronteiras, trazendo a Portugal equipas de outros países.
88. **Equipas Internacionais** - As equipas internacionais podem inscrever 1 (um) atleta por categoria de peso.
89. **Equipas Nacionais** - As associações nacionais podem inscrever até um máximo de 4 (quatro) atletas (dois femininos e dois masculinos).
90. **Seleccção Nacional** - A Seleccção Nacional será composta para participação nesta prova.
91. **Categorias de Peso** - As categorias de peso a utilizar poderão ser normais ou olímpicas de acordo com o ano de realização e após análise do panorama competitivo Internacional, bem como orientações a nível de competições internacionais da ETU e WTF.

Capítulo 11 - Classificações

92. **Classificação Individual** - Em todas as actividades desportivas são atribuídas medalhas aos atletas classificados em 1.º, 2.º e 3.º(s) lugares, por categoria de peso nos vários escalões etários e géneros.
93. **Classificação por equipas** - Em todas as actividades desportivas são atribuídos prémios (uma taça) as equipas classificadas em 1.º, 2.º e 3.º(s) lugares nos vários escalões etários e géneros. As equipas campeãs nacionais nos vários escalões etários e géneros são premiadas com as respectivas taças.
94. **Pontuação por equipas** - De acordo com o estipulado no Regulamento de arbitragem em vigor.
95. **Classificação por equipas** - Será vencedora a equipa que somar mais pontos obtidos pelas classificações individuais dos seus atletas.
96. **Empates** - Em caso de empate, por equipas, proceder de acordo com o Regulamento de Arbitragem em vigor na FPT emanado pela WTF.

Capítulo 12 - Seleccões Nacionais

97. **Definição** - A Seleccção Nacional é a equipa oficial Portuguesa, tendo por objectivo representar Portugal nas competições internacionais. São as associações/equipas que fornecem atletas a equipa nacional. Só podem participar nas seleccões nacionais atletas de Nacionalidade Portuguesa.
98. **Objectivo** - As Seleccões Nacionais têm por objectivo o desenvolvimento do Taekwondo proporcionando aos atletas confrontos internacionais e elevados níveis de prestação técnica/física dos atletas e técnicos.
99. **Critérios** - Os critérios de selecção dos atletas, são ditados pelo Departamento de Seleccões de Combates, devendo os mesmos assentar num processo justo e transparente, comunicados aos atletas, treinadores e clubes com antecedência a fim de relativizar a importância dos vários critérios e criar um processo de avaliação com princípios metodológicos e biológicos do treino.
100. **Graduação** - Os atletas que não sejam Cinturões Negros e venham a ser convocados para representar Portugal nas Competições Oficiais Internacionais (Campeonatos da Europa, Mundo e Jogos Olímpicos) poderá ser solicitada à Kukkiwon a sua graduação de 1º Dan. Caso assim seja, ficam estes obrigados de efectuar o respectivo exame na Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, logo que tenham o tempo suficiente para aquela graduação.

- 101. Regulamento das Selecções Nacionais** - Para regular a actividade e funcionamento das Selecções Nacionais é constituído um documento nomeado “Regulamento das Selecções Nacionais” cujo teor deverá ser apresentado à Assembleia-geral para aprovação.

Capitulo 13 - Seleccionadores/Treinadores

- 102. Definição** - Os Treinadores Nacionais são os técnicos responsáveis pelas Selecções Nacionais de Cadetes, Juniores e Seniores (femininos e masculinos).
- 103. Objectivo** - Os Treinadores Nacionais têm por objectivo primário treinar a equipa nacional de combates, procurando elevar os níveis de prestação dos atletas.
- 104. Atitude** - Estes devem procurar adoptar um comportamento cívico, ético e desportivamente correcto.
- 105. Constituição** - Serão nomeados e contratados com carácter anual, Treinadores principais para as Selecções de Cadetes, Juniores e Seniores. Estes poderão seleccionar treinadores adjuntos para os coadjuvarem na sua actividade.
- 106. Contratação** - O contrato de que sejam alvo os Treinadores Principais, estabelece Objectivos, Direitos, Obrigações Contratuais, Remunerações e Extinção do Contrato, entre outros. Este documento é de carácter anual.

PARTE IV - Provas de Técnica

Capítulo 1 - Modelo de Competição de Técnica

107. Estrutura

- O modelo de competição de técnica é constituído de acordo com o ponto 51
- Caso seja entendido necessário, a Federação Portuguesa de Taekwondo poderá promover provas nacionais em cada uma das categorias oficiais.

108. Regras

- **Competição de Kups**
 - As regras para as Competições de KUP'S serão emanadas pelo Director Técnico e Desportivo após compilação e adaptação das actuais regras internacionais em vigor para Dan's, devidamente adaptadas à realidade das graduações de Kup's e à realidade nacional. Estas regras serão compiladas em colaboração com o Conselho de Arbitragem e a Comissão Técnica Nacional;
 - As regras para as Competições de DAN'S serão as emanadas pela WTF.

Capítulo 2 - Classificações

109. **Classificação Individual** - Em todas as actividades desportivas são atribuídas medalhas aos atletas classificados em 1º, 2º e 3º lugares, por categoria nos vários escalões etários e géneros.

110. **Classificação por equipas** - Em todas as actividades desportivas são atribuídos prémios (uma taça) as equipas classificadas em 1º, 2º e 3º lugares nos vários escalões etários e géneros. As equipas campeãs nacionais nos vários escalões etários e géneros são premiadas com as respectivas taças.

111. **Pontuação por equipas** - A equipa que somar mais pontos, no final da prova, é considerada vencedora. Todos os atletas classificados em 1º, 2º e 3º lugares somam pontos para à equipa. Só pontuam as categorias com pelo menos 3 (três) atletas inscritos.

- Nota: entenda-se por “atleta inscrito”, todo o competidor validado pela FPT para participação na prova, apurado na credenciação e que se apresente em prova para competir.
- Os sistemas de pontuação utilizados para classificação das equipas são os seguintes:
 - 1º Classificado - 7 pontos
 - 2º Classificado - 3 pontos
 - 3º classificado - 1 ponto

112. **Classificação por equipas** - Será vencedora a equipa que somar mais pontos obtidos pelas classificações individuais dos seus atletas.

113. **Empates** - Em caso de empate, por equipas, proceder de acordo com o Regulamento de Arbitragem em vigor na FPT emanado pela WTF.

Capítulo 3 - Campeonato Nacional

114. **Campeonato Nacional** - O Campeonato Nacional de Técnica (CNT) é disputado numa prova. É nesta prova que se disputam os títulos de Campeões Nacionais individuais e por equipas na categoria de KUP's e DAN's. As equipas concorrentes devem participar em todas as categorias de Dan's.
115. **Participação** - Só podem participar em Campeonatos Nacionais atletas com nacionalidade Portuguesa.
116. **Prémios** - conforme quadros abaixo mencionados:
- **Individuais:** Medalhas para o 1º, 2º, e 3º classificado;
 - **Equipas:** Troféus para os 1º, 2º e 3º classificado em KUP's e DAN's;
 - **Participação:** Troféus para todas as equipas participantes;
 - **Recepção de prémios:** Os atletas deverão estar vestidos com fato de treino ou Dobok para receberem os prémios. A recepção dos prémios por equipas e absoluto deverá ser feita pelo técnico responsável da equipa ou seu representante. Não serão entregues prémios por equipas a atletas.

Capítulo 4 - Taça de Portugal

117. **Taça de Portugal** - A Taça de Portugal é disputada numa prova. A equipa que somar mais pontos é declarada vencedora.
118. **Participação** - Cada equipa pode inscrever, atletas estrangeiros, até ao máximo de dois atletas por equipa.
119. **Prémios** - conforme quadros abaixo mencionados:
- **Individuais:** Medalhas para o 1º, 2º, e 3º classificado;
 - **Equipas:** Troféus para os 1º, 2º e 3º classificados em KUP's e DAN's;
 - **Participação:** Troféus para todas as equipas participantes;
 - **Recepção de prémios:** Os atletas deverão estar vestidos com fato de treino ou Dobok para receberem os prémios. A recepção dos prémios por equipas e absoluto deverá ser feita pelo técnico responsável da equipa ou seu representante. Não serão entregues prémios por equipas a atletas.

Capítulo 5 - Torneios Internacionais

120. **Torneios Internacionais** - Os Torneios Internacionais são provas internacionais com o objectivo de promover o nível competitivo nacional além fronteiras, trazendo a Portugal equipas de outros países.
-

- 121. Equipas Internacionais** - As equipas internacionais podem inscrever 1 (um) atleta por categoria e género.
- 122. Equipas Nacionais** - As associações nacionais podem inscrever até um máximo de 4 (quatro) atletas nas categorias que entenderem.
- 123. Selecção Nacional** - A Selecção Nacional será composta para participação nesta prova.
- 124. Regras e Categorias**
- As regras utilizadas neste tipo de provas são as regras da ETU e WTF;
 - Os torneios internacionais serão disputados apenas em categorias de DAN'S;

PARTE V - CONTROLO E AVALIAÇÃO

Capítulo 1 - Controlo Anti-Doping

125. **Controlo** - Qualquer praticante de Taekwondo pode, a qualquer momento, ser sujeito a controlo anti-doping, em competição ou fora desta.
126. **Regulamento** - Para mais informação sobre a matéria Anti-dopagem consultar o Regulamento de Anti-dopagem.

PARTE VI - CANDIDATURAS

Capítulo 1 - Organização

127. **Associações e Clubes** - Todas as Associações e Clubes filiados na Federação Portuguesa de Taekwondo podem candidatar-se a realização de qualquer evento proposto no programa de actividades anual.
128. **Organização**
- As Associações organizadoras de actividade(s), prevista(s) no programa da Federação Portuguesa de Taekwondo, devem ser sócios de pleno direito da Federação Portuguesa de Taekwondo, com a situação devidamente regularizada;
 - Os clubes organizadores de actividade(s), prevista(s) no programa da Federação Portuguesa de Taekwondo, devem ser membros de Associações que sejam sócios de pleno direito da Federação Portuguesa de Taekwondo, com a situação devidamente regularizada;
129. **Prazos** - O Director Desportivo fica responsável por enviar, até ao dia 31 de Julho de cada ano, o Programa de actividades do ano seguinte às Associações. Estas, devem enviar à Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, o processo de candidatura para organização de actividades propostas pela Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, até ao dia 30 de Setembro de cada ano.
130. **Atitude** - As Associações que promovam os eventos, devem colaborar na prevenção e controlo de manifestações de violência associada ao desporto, adoptando consequentemente, normas de disciplina e ordenamento dentro dos complexos, recintos desportivos e áreas de competição de acordo com o Regulamento de Prevenção e Controlo da Violência da Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD.

Capítulo 2 - Caderno de Encargos

131. **Organização** - As associações organizadoras de actividades em parceria com a Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD, devem na:
- **Pré-Candidatura**
 - Preencher o impresso próprio de candidatura a realização de actividades propostas pela Federação Portuguesa de Taekwondo.
 - Enviar a pretensão até ao dia 30 de Junho do corrente ano.
 - A Federação Portuguesa de Taekwondo comunica às Associações o parecer sobre as candidaturas até ao dia 31 de Julho do corrente ano.
 - **Antes da Actividade**
 - Participar activamente na realização do evento com o Director Desportivo.
 - Disponibilizar um pavilhão com as dimensões no mínimo de 20 * 40m. Deve este recinto proporcionar uma zona de aquecimento, 3 (três) áreas de competição, zona de pesagens, balneários, zona de cafetaria e descanso, uma sala para reuniões, etc.

- Nas provas, as associações, são responsáveis pela aquisição de taças/trofeus para as equipas participantes, taças/trofeus para as equipas classificadas em 1.º, 2.º e 3.º lugares e medalhas para os atletas classificados em 1.º, 2.º e 3.ºs lugares em cada uma das categorias de peso.
- Ponto único: Nos Campeonatos Nacionais e Taças de Portugal as taças e troféus referidos no parágrafo anterior são da responsabilidade da F.P.T.
- **Durante a Actividade**
 - Garantir uma assistência médica e de emergência, fornecendo: - uma ambulância e respectivos recursos humanos e materiais, um massagista, uma mala térmica com pequenos sacos de gelo, etc.
 - Fornecer ao Director de Prova, o plano de emergência, contendo os seguintes números de telefone; - Bombeiros, Polícia, Hospitais, INEM, etc.
 - Garantir uma cerimónia de abertura de acordo com o programa estipulado pela Federação Portuguesa de Taekwondo, UPD.
 - Devem preparar uma equipa de demonstração (tempo máximo da exibição quinze minutos).
 - Nomear 8 (oito) colaboradores para tarefas protocolares, tais como: condução e credenciação das equipas, recepção dos convidados, apoio na cerimónia de entrega de prémios, etc. Estes elementos devem trajar de casaco, gravata e calças/saias azuis.
 - Nomear 4 (quatro) elementos para tarefas diversas: inspecção aos atletas, limpeza de tapetes, etc. Estes, deve trajar de casaco, gravata e calças/saias azuis.
- **Após a Actividade**
 - Efectuar um relatório da acção mencionando as dificuldades encontradas e dando sugestões positivas e/ou negativas (retroacção), proporcionando assim um feedback de aprendizagem resultativo ou terminal.