**CIRCULAR Nº** 177/25

**ASSUNTO:** Regulamento Organização de Provas (ROP)

Odivelas, 31 de dezembro de 2025

Ex^mos^. Senhores,

Vimos por este meio enviar o Regulamento Organização de Provas, o qual entra em vigor no dia 1 de janeiro de 2026

Com os nossos melhores cumprimentos e cordiais

Saudações Desportivas
O Presidente da FPJ

Sérgio Pina

# REGULAMENTO ORGANIZAÇÃO DE PROVAS

Federação Portuguesa de Judo

Dezembro 2025

O presente Regulamento entra em vigor no dia **1 de janeiro de 2026.**

## *Índice*


Índice ..... 2
CAPÍTULO I ..... 7
DISPOSIÇÕES GERAIS ..... 7
Artigo 1.º ..... 7
Âmbito de Aplicação ..... 7
Artigo 2.º ..... 7
Provas Organizadas por Associações de Clubes ..... 7
Artigo 2.º-A ..... 8
Provas Organizadas por Zonas Territoriais ..... 8
Artigo 3.º ..... 8
Escalões Etários ..... 8
Artigo 4.º ..... 9
Permissão de Participação em Provas de Escalões Diferentes ..... 9
Artigo 5.º ..... 10
Proibição de Combates Mistos ..... 10
Artigo 6.º ..... 10
Nacionalidade ..... 10
Artigo 7.º ..... 11
Cor do Judogi ..... 11
Artigo 8.º ..... 12
Inscrição nas Provas por Equipas ..... 12
Artigo 9.º ..... 12
Sistema de Qualificação para os CASN ..... 12
Artigo 10.º ..... 14
Ranking Nacional ..... 14
CAPÍTULO II ..... 15
PREPARAÇÃO DAS COMPETIÇÕES ..... 15
Secção I ..... 15
Disposições Gerais ..... 15
Artigo 11.º ..... 15
Constituição das Zonas ..... 15
Artigo 12.º ..... 16
Quotas de Participação ..... 16
Artigo 12.º-A ..... 16

Processo de Inscrição nos CASN e Campeonatos Nacionais..... **Erro! Marcador não definido.**
Artigo 13.º ..... 17
Natureza das Provas por Equipas ..... 17
Secção II ..... 17
Categorias de Peso e Tempo de Combate ..... 17
Artigo 14.º ..... 17
Competições Masculinas ..... 17
Artigo 15.º ..... 18
Competições Femininas..... 18
Artigo 16.º ..... 19
Outras Disposições ..... 19
Artigo 17º ..... 19
Pesagens ..... 19
Artigo 18.º ..... 20
Mudanças de Categoria de Peso ..... 20
Artigo 19.º ..... 20
Exame de Avaliação Médico-Desportiva ..... 20
Artigo 20.º ..... 20
Apoio Médico ..... 20
CAPÍTULO III ..... 21
ORGANIZAÇÃO DAS COMPETIÇÕES ..... 21
Secção I..... 21
Modelo e Sistema de Classificação ..... 21
Artigo 21.º ..... 21
Campeonato de Apuramento para Seleção Nacional de Juvenis..... 21
Artigo 22.º ..... 21
Campeonato de Apuramento para a Seleção Nacional de Sub23..... 21
Artigo 23.º ..... 22
Campeonato Nacional Absoluto..... 22
Artigo 24.º ..... 22
Campeonato Nacional de Veteranos..... 22
Artigo 25.º ..... 23
Campeonato Nacional JUDO KATA ..... 23
Artigo 26.º ..... 23
Campeonato Nacional Paralímpico e Judo Adaptado ..... 23
Artigo 27.º ..... 24

Campeonato Nacional de Equipas Seniores Masculinas ..... 24
Artigo 28.º ..... 24
Campeonato Nacional de Equipas Juniores Masculinas ..... 24
Artigo 29.º ..... 25
Campeonato Nacional de Equipas Cadetes Masculinas ..... 25
Artigo 30.º ..... 25
Campeonato Nacional de Equipas Juvenis Masculinas ..... 25
Artigo 31.º ..... 26
Campeonato Nacional de Equipas Seniores Femininas ..... 26
Artigo 32.º ..... 26
Campeonato Nacional de Equipas Juniores Femininas ..... 26
Artigo 33.º ..... 26
Campeonato Nacional de Equipas Cadetes Femininas ..... 26
Artigo 34.º ..... 27
Campeonato Nacional de Equipas Juvenis Femininas ..... 27
Artigo 35.º ..... 27
Taça de Portugal Equipas Mistas ..... 27
Artigo 35.º-A ..... 28
Torneio de Equipas Inter-Associações ..... 28
Secção II ..... 28
Outras Disposições ..... 28
Artigo 36.º ..... 28
Presenças, Classificações e "Cabeças-de-Série" ..... 28
Artigo 37.º ..... 30
Sistema de Competição das Provas por Equipas ..... 30
Artigo 38.º ..... 31
Sistema de Poule em Provas Nacionais ..... 31
Artigo 39.º ..... 32
Eliminatórias Diretas ..... 32
Artigo 40.º ..... 32
Distribuição dos Atletas e Sequência dos Combates ..... 32
Artigo 41.º ..... 33
Pontuação ..... 33
Artigo 42.º ..... 33
Substituições e outras ocorrências nas Provas por Equipas ..... 33
Artigo 43.º ..... 33
Falta de Comparência ..... 33

Artigo 44.º ..... 34
Abandono ..... 34
Artigo 45.º ..... 34
Hansoku-Make ..... 34
Artigo 46.º ..... 35
Ponto de Ouro ..... 35
Artigo 47.º ..... 35
Critério de Desempate nas Provas Disputadas em Sistema de Poule ..... 35
Artigo 48.º ..... 35
Critério de Desempate nas Provas por Equipas Disputadas em Sistema de Poule ..... 35
CAPÍTULO IV ..... 36
REQUISITOS MÍNIMOS PARA REALIZAÇÃO DE PROVAS ..... 36
Artigo 49.º ..... 36
Pesagens ..... 36
Artigo 50.º ..... 37
Infraestruturas ..... 37
Artigo 51.º ..... 37
Medidas Mínimas do Espaço de Competição e Zonas de Segurança ..... 37
Artigo 52.º ..... 38
Número Mínimo de Áreas de Competição ..... 38
Artigo 53.º ..... 38
Âmbito de Aplicação ..... 38
CAPÍTULO V ..... 38
RESPONSABILIDADE E CONDUTA ..... 38
Artigo 54.º ..... 38
Treinadores ..... 38
Artigo 55.º ..... 40
Atletas ..... 40
Artigo 56.º ..... 40
Manifestações proibidas ..... 40
CAPÍTULO VI ..... 40
DISPOSIÇÕES FINAIS ..... 40
Artigo 57.º ..... 41
Casos Omissos ..... 41
Artigo 58.º ..... 41
Entrada em vigor ..... 41

*CAPÍTULO I*
*DISPOSIÇÕES GERAIS*

## Artigo 1.º
## Âmbito de Aplicação

**1.** O presente Regulamento estabelece as regras aplicáveis às provas organizadas e reconhecidas pela Federação Portuguesa de Judo, abreviadamente designada por FPJ, dando cumprimento ao disposto na Lei e nos Estatutos da FPJ.

**2.** A FPJ celebrará contratos-programa com as Associações de Clubes que abrangerão todo o plano anual de atividade de cada uma das Associações, tendo como contrapartida financiamentos diferenciados.

**3.** As provas que constam do Calendário Nacional encontram-se discriminadas no Calendário FPJ divulgado anualmente.

## Artigo 2.º
## Provas Organizadas por Associações de Clubes

**1.** Só são reconhecidas pela FPJ as provas organizadas pelas Associações de Clubes que:

a) Constem do calendário associativo / zonal aprovado previamente pela FPJ;
b) Contemplem, no escalão etário a que dizem respeito, a participação de todas as categorias de peso constantes deste Regulamento;
c) Sejam abertas à participação de todos os Clubes nacionais, ou das respetivas Associações, consoante o âmbito das provas;
d) Respeitem os requisitos estabelecidos neste Regulamento.

**2.** A realização de uma ou várias provas abertas, por escalão e Associação será objeto de proposta a enviar para análise da FPJ.

**3.** Só são reconhecidas pela FPJ as provas abertas que, para além do disposto no n.º 1, sejam objeto de divulgação por todas as Associações de Clubes e FPJ com uma antecedência mínima de 20 (vinte) dias.

**4.** O cancelamento de uma prova aberta constante do calendário associativo aberto a nível nacional deve ser efetuado até 30 (trinta) dias antes da data agendada para a prova, sob pena de poderem deixar de ser reconhecidos os eventos organizados por essa Associação.

**5.** Cada Associação de Clubes poderá organizar anualmente um Open Associativo para cada um dos seguintes escalões etários: Cadetes, Juniores e Seniores,

contabilizando para o ranking nacional de cada escalão, desde que cumpra cumulativamente os seguintes requisitos:

**5.1**. Não seja cobrada uma taxa de participação, por atleta, de valor superior a 15 € (quinze euros);

**5.2**. A competição seja gerida pelo software de gestão de competição, disponibilizado pela FPJ, e seja pago à FPJ o respetivo custo de utilização.

**5.3**. Seja utilizado um meio de captação de imagem/vídeo em cada área de competição, que permita a análise, pelos responsáveis de Arbitragem, de situações mais difíceis de avaliar.

**5.4**. Sejam utilizados Árbitros que, na sua maioria (por área de competição), já atuem em provas nacionais convocados pelo Conselho de Arbitragem da FPJ.

**6.** Não poderá ser realizado mais do que um Open Associativo do mesmo escalão na mesma data / fim-de-semana.

## Artigo 2.º-A
## Provas Organizadas por Zonas Territoriais

1. Cada Zona Territorial organizará anualmente um Campeonato Zonal para cada um dos seguintes escalões etários: Juvenis, Cadetes, Juniores, e Seniores.

## Artigo 3.º
## Escalões Etários

**1.** Para efeitos de organização competitiva da modalidade, a FPJ reconhece os seguintes escalões de idade, referenciada a 31 de Dezembro do ano da prova:

| ESCALÃO | IDADES |
|---|---|
| Benjamins | ≤10 |
| Infantis | 11 |
| Iniciados | 12 |
| Juvenis | 13/14 |
| Cadetes | 15/16/17 |
| Juniores | 18/19/20 |

| | |
|---|---|
| Sub23 | 21/22 |
| Seniores | ≥21 |
| Veteranos | ≥30 |

**2.** Para efeitos de participação nas provas desportivas compete aos Treinadores, devidamente certificados nos termos da Lei e dos Regulamentos da FPJ, ponderar sobre a aptidão técnica e física dos seus Atletas para o efeito e responsabilizar-se pela respetiva inscrição.

**3.** As inscrições de Atletas, para efeitos de participação de provas, quando não sejam realizadas em plataforma eletrónica, são obrigatoriamente assinadas pelo Treinador responsável do Clube com expressa menção do nome legível, sob pena de não ser admitida a respetiva participação, competindo às Associações de Clubes o controlo deste procedimento.

**4.** Nos escalões etários de Benjamins, Infantis, Iniciados e Juvenis não é permitida a aplicação de Shime-Waza nem de Kansetsu-Waza.

**5.** No escalão etário de Cadetes é permitida a aplicação de Shime-Waza e Kansetsu-Waza mas o Atleta que desmaie em consequência de aplicação de Shime-Waza fica impedido de prosseguir em prova, tendo direito à classificação obtida até esse momento.

## Artigo 4.º
## Permissão de Participação em Provas de Escalões Diferentes

**1.** A participação em provas de escalões etários diferentes daqueles em que se incluem os Atletas, e sem prejuízo do disposto no n.º 2 do artigo anterior e da exceção constante do n.º 2 do presente artigo, é permitida nos seguintes casos:

| TIPO DE PROVA | SENIORES | SUB23 | JUNIORES | CADETES | JUVENIS |
|---|---|---|---|---|---|

<table>
<tr><td rowspan="5">ESCALÃO ETÁRIO</td><td>Veteranos</td><td rowspan="2">Sub23</td><td rowspan="2">Juniores</td><td rowspan="2">Cadetes</td><td rowspan="2">Juvenis</td></tr>
<tr><td>Seniores</td></tr>
<tr><td>Sub23</td><td>Juniores</td><td>Cadetes</td><td colspan="2" rowspan="3"></td></tr>
<tr><td>Juniores</td><td>Cadetes<br>com exame médico-desportivo<br>sobreclassificação</td><td colspan="2" rowspan="2"></td></tr>
<tr><td>Cadetes<br>com exame médico-desportivo<br>sobreclassificação</td><td colspan="3"></td></tr>
</table>

**2.** Nos meses de Setembro, Outubro, Novembro e Dezembro as participações nas provas de Cadetes estarão limitadas aos Atletas Cadetes de 1.º e 2.º anos e Atletas Juvenis de 2.º ano.

## Artigo 5.º
## Proibição de Combates Mistos

Independentemente do tipo de prova, não são permitidos combates mistos nas provas organizadas ou reconhecidas pela FPJ.

## Artigo 6.º
## Nacionalidade

**1.** Nas provas por Equipas é autorizada a participação de previamente inscritos na FPJ nas seguintes condições:

a) Não existe limitação ao número de Atletas estrangeiros na pesagem;

b) Na composição das Equipas para cada encontro os Atletas nacionais do Clube têm de estar em maioria, não sendo admissível as situações de igualdade numérica entre Atletas nacionais e estrangeiros

**2.** Nas provas individuais é autorizada a participação de cidadãos nacionais e estrangeiros, nos termos seguintes:

a) Nos Campeonatos Nacionais de Absolutos, Veteranos e JUDO KATA, em que sejam atribuídos títulos nacionais, podem participar cidadãos

nacionais e cidadãos comunitários ou cidadãos de países com os quais o Estado Português ou a União Europeia tenham acordos de reciprocidade, não obstante só poderem ser atribuídos títulos a cidadãos nacionais;

b) Nos Campeonatos de Apuramento para a Seleção Nacional nos escalões de Juvenis, Cadetes, Juniores, Sub23 e Seniores, nos termos previstos no Modelo (Organizativo) do Judo de Alto Rendimento e Seleções Nacionais, só é permitida a participação de Atletas com a nacionalidade Portuguesa e que não se encontrem inscritos na Judobase por outro País que não Portugal.

c) Nos Campeonatos Zonais nos escalões de Juvenis, Cadetes, Juniores e Seniores, só é permitida a participação de Atletas com a nacionalidade Portuguesa e que não se encontrem inscritos na Judobase por outro País que não Portugal, nos termos da alínea anterior.

d) A responsabilidade pelo cumprimento dos requisitos mencionados na parte final da alínea anterior, cabe solidariamente ao atleta, se maior de idade, e respetivo treinador, incorrendo estes em sanção disciplinar em caso de incumprimento.

**3.** Nos campeonatos nacionais de Absolutos, Veteranos e JUDO KATA os respetivos títulos de Campeão Nacional serão atribuídos aos Atletas nacionais melhor classificados.

## Artigo 7.º
## Cor do Judogi

**1.** É obrigatório o uso de judogi branco para o primeiro competidor e de judogi azul para o segundo competidor em todas as provas nacionais, com exceção das de Juvenis.

**2.** Nas provas nacionais de juvenis, embora seja recomendável o uso do judogi azul para o segundo competidor, é permitido, em sua substituição, o uso de judogi branco com cinto vermelho.

**3.** Quando utilizem o judogi azul, os competidores não podem utilizar outro cinto a não ser o da sua graduação.

## Artigo 8.º
## Inscrição nas Provas por Equipas

**1.** Nas provas por Equipas, cada Clube apenas pode inscrever uma Equipa.

**2.** As Equipas podem ser constituídas por Atletas do respetivo Clube, independentemente de poderem estar inscritos noutros Clubes que não tenham sede em Portugal, assim como por Atletas de outro(s) Clube(s) com sede em Portugal que não participe(m) nessa prova, devendo constar a sua identificação da relação nominal referida no n.º 4 deste artigo, e circunscrevendo-se essa inscrição à participação na respetiva prova por esses Clubes.

**3.** No caso de inscrição de Atletas de outro(s) Clube(s), nos termos do número anterior, não existe limitação ao número de atletas desse(s) Clube(s) na pesagem, sem prejuízo do disposto no número seguinte.

**4.** Na composição das equipas para cada encontro os Atletas nacionais do Clube que a Equipa representa têm de estar em maioria relativamente à soma de Atletas estrangeiros e de Atletas de outro(s) Clube(s) que eventualmente integrem essa equipa. Nomeadamente:

**4.1** Se uma equipa se apresentar com 6 (seis) atletas, 4 (quatro) terão que ser do clube que a equipa representa e não estrangeiros

**4.2** Se uma equipa se apresentar com 5 (cinco) atletas, 3 (três) terão que ser do clube que a equipa representa e não estrangeiros;

**4.3** Se uma equipa se apresentar com 4 (quatro) atletas, 3 (três) terão que ser do clube que a equipa representa e não estrangeiros;

**4.4** Se uma equipa se apresentar com 3 (três) atletas, 2 (dois) terão que ser do clube que a equipa representa e não estrangeiros;

**5.** Os Clubes deverão enviar, juntamente com a sua inscrição, a relação nominal dos Atletas que poderão vir a inscrever na prova, limitada ao dobro das possíveis inscrições, sem obrigatoriedade de indicação das categorias de peso.

**6.** Nas provas por Equipas, o Clube pode apresentar um Atleta efetivo e um suplente em cada categoria de peso.

## Artigo 9.º
## Sistema de Qualificação para os CASN

1. A qualificação para os Campeonatos de Apuramento para a Seleção Nacional dos escalões de Cadetes, Juniores e Seniores é feita da seguinte forma:

a. Estão automaticamente qualificados os 4 medalhados do ano anterior, desde que inscritos na mesma categoria, sem prejuízo do disposto no nº 1 do Artigo 18º;
b. Estão automaticamente qualificados os 1ºs classificados nos Campeonatos Zonais, ou, caso este esteja já apurado nos termos da alínea anterior, o atleta seguinte melhor classificado. Caso haja mais do que um atleta nesta situação, será realizado um combate de desempate entre eles, com início em "ponto de ouro".
c. Estão qualificados, através do Ranking Nacional do respetivo escalão etário, os 22 melhor classificados que não estejam já apurados nos termos das alíneas anteriores.
d. Em caso de empate na(s) últimas posições da qualificação, aplicar-se-ão os seguintes critérios de desempate, pela seguinte ordem:
    i. Atleta com melhor classificação no Campeonato Zonal;
    ii. Atleta que tenha obtido a pontuação em menor número de provas;
    iii. Atleta que tenha obtido a pontuação mais alta numa prova;
e. Se, ainda assim, se mantiver a situação de empate, todos os atletas empatados ficam qualificados para o Campeonato de Apuramento para a Seleção Nacional.

2. Os Campeonatos Zonais e os Opens Associativos são as provas que contabilizam pontos para o Ranking Nacional dos respetivos escalões etários.
3. As datas para a realização dos Campeonatos Zonais são definidas pelas Zonas, respeitando a antecedência mínima de 3 semanas em relação ao Campeonato de Apuramento da Seleção Nacional do respetivo escalão etário.
4. Os Opens Associativos são realizados nas datas definidas pelas Associações, preferencialmente de acordo com o calendário proposto e definido pela FPJ em conjunto com as Associações.
5. Podem solicitar wild card para participação no CASN, em vaga extra relativamente às vagas definidas nos pontos anteriores, os atletas que, não tendo medalhado no CASN do ano anterior, e não tiverem participado em quaisquer provas que contabilizam pontos para o ranking nacional, tiverem obtido, nos doze (12) meses anteriores, classificações internacionais de elevado relevo, designadamente, terem obtido medalhas em Grand Prix, Grand Slam,

Campeonato da Europa, e/ou Campeonato do Mundo, e/ou estarem integrados no Projeto de Preparação Olímpica.

## Artigo 10.º
## Ranking Nacional

1. Existirá um Ranking Nacional, por categoria de peso, para cada um dos seguintes

| OPENS ASSOCIATIVOS | | | CAMPEONATOS ZONAIS | |
|---|---|---|---|---|
| Classificação | Pontuação Obtida | | Classificação | Pontuação Obtida |
| 1º | 15 | | 1º | 25 |
| 2º | 12 | | 2º | 20 |
| 3º | 9 | | 3º | 15 |
| 4º (Poule) | 6 | | 4º (Poule) | 10 |
| 5º | 6 | | 5º | 10 |
| 7º | 3 | | 7º | 5 |
| 9º | 1 | | 9º | 2 |

escalões etários: Cadetes, Juniores, e Seniores.

2. O Ranking Nacional ordenará os atletas de acordo com as pontuações obtidas nos Opens Associativos e nos Campeonatos Zonais, de acordo com as seguintes regras:
    a. Apenas serão contabilizados os três melhores resultados nos diversos Opens Associativos, acrescido do resultado do Campeonato Zonal.
    b. A atribuição de pontos para efeitos de elaboração do Ranking Nacional de cada um dos escalões etários processa-se de acordo com os quadros seguintes:

## *CAPÍTULO II*
## *PREPARAÇÃO DAS COMPETIÇÕES*

### Secção I
### Disposições Gerais

### Artigo 11.º
### Constituição das Zonas

**1.** As Associações de Clubes são agrupadas nas seguintes Zonas:

- **Zona Norte** - inclui as Associações de Clubes de:
  - Aveiro
  - Porto
  - Viana do Castelo
  - Viseu
- **Zona Centro** - inclui as Associações de Clubes de:
  - Coimbra
  - Leiria
  - Santarém
- **Zona Centro-Sul** - inclui as Associações de Clubes de:
  - Castelo Branco
  - Portalegre
- **Zona Sul** - inclui as Associações de Clubes de:
  - Algarve
  - Beja
  - Setúbal
- **Zona de Lisboa** – inclui a Associação de Clubes de:
  - Lisboa
- **Zona da Região Autónoma dos Açores** – inclui a Associação de Clubes de:
  - Açores
- **Zona da Região Autónoma da Madeira** – inclui a Associação de Clubes da:
  - Madeira

**2.** Os Atletas das Associações de Clubes recém-formadas podem participar nas provas da Zona em que a sua Associação estiver integrada, 3 (três) meses após a respetiva filiação como sócias da FPJ.

## Artigo 12.º
## Quotas de Participação

1. Nos Campeonatos de Apuramento para a Seleção Nacional dos escalões de Cadetes, Juniores e Seniores as quotas de participação são as mencionadas no artigo 9.º.
2. No Campeonato de Apuramento para a Seleção Nacional de Juvenis as quotas de participação são as mencionadas no artigo 21º.
3. As restantes provas organizadas pela FPJ não têm limite de participantes.

## Artigo 12.º-A
## Processo de Inscrição nos CASN e Campeonatos Nacionais

**1.** Nos Campeonatos de Apuramento para a Seleção Nacional de Juvenis:

1.1. O envio das inscrições da Zona para a FPJ deverá ser feito pela Associação organizadora do Campeonato Zonal.

1.2. Nessa inscrição, devem constar exclusivamente os atletas com estatuto de apurados (qualificados), quer pelo apuramento Zonal ou por terem medalhado no ano anterior.

1.3. Não devem constar atletas na condição de suplente (não apurados).

1.4. Devem ser comunicadas à FPJ eventuais substituições em caso de cancelamento de algum efetivo, indicado o nome do atleta que sai e o que entra em seu lugar.

1.5. As substituições apenas podem ocorrer até à quarta-feira anterior à data de realização do CASN (3 dias).

**2.** Nos Campeonatos de Apuramento para a Seleção Nacional de Cadetes, Juniores e Seniores:

2.1. O envio das inscrições para a FPJ deverá ser feito pela Associação onde os atletas estão federados, após terem recebido a confirmação do respetivo clube, até à quinta-feira da semana anterior à prova (9/10 dias de antecedência).

2.2. Nessa inscrição, devem constar os atletas que, de acordo com o sistema de apuramento, tenham estatuto de efetivos e de suplentes.

2.3. A FPJ, após receber as inscrições, divulgará, até à quarta-feira anterior à prova, a lista final de participantes.

3. Nas restantes Competições Nacionais (abertas), o envio das inscrições para a FPJ deverá ser feito pela Associação onde os atletas estão federados, até à quinta-feira da semana anterior à prova (9/10 dias de antecedência).

## Artigo 13.º
## Natureza das Provas por Equipas

As provas nacionais por Equipas são provas abertas, não sendo efetuados apuramentos Zonais.

## Secção II
### Categorias de Peso e Tempo de Combate

## Artigo 14.º
## Competições Masculinas

**1.** Nas competições masculinas os tempos de combate por categorias de pesos são os indicados no quadro infra, sem prejuízo do disposto no número seguinte:

| Escalão | Juvenis | Cadetes | Juniores | Sub23 | Seniores | Veteranos |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Tempo de Combate** | 3 min | 4 min | 4 min | 4 min | 4 min | 3 min |
| **Ponto de Ouro** | Sem limite de tempo | Sem limite de tempo | Sem limite de tempo | Sem limite de tempo | Sem limite de tempo | Sem limite de tempo |
| **Categorias de peso** | -38 Kg | | | | | |
| | -42 Kg | | | | | |
| | -46 Kg | | | | | |
| | -50 Kg | -50 Kg | | | | |
| | -55 Kg | -55 Kg | | | | |
| | -60 Kg | -60 Kg | -60 Kg | -60 Kg | -60 Kg | -60 Kg |
| | -66 Kg | -66 Kg | -66 Kg | -66 Kg | -66 Kg | -66 Kg |
| | -73 Kg | -73 Kg | -73 Kg | -73 Kg | -73 Kg | -73 Kg |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | -81 Kg | -81 Kg | -81 Kg | -81 Kg | -81 Kg | -81 Kg |
| | +81 Kg | -90 Kg | -90 Kg | -90 Kg | -90 Kg | -90 Kg |
| | | +90 Kg | -100 Kg | -100 Kg | -100 Kg | -100 Kg |
| | | | +100 Kg | +100 Kg | +100 Kg | +100 Kg |

**2.** O tempo de combate nas provas de Veteranos, para Atletas com 60 (sessenta) ou mais anos de idade é de apenas 2 ½ m (dois minutos e meio) e o ponto de ouro terá o limite máximo de 1 minuto, havendo decisão obrigatória da equipa de arbitragem, se o combate não ficar resolvido durante o período de ponto de ouro.

## Artigo 15.º
## Competições Femininas

**1.** Nas competições femininas os tempos de combate por categorias de peso são os indicados no quadro infra, sem prejuízo do disposto no número seguinte:

| **Escalão** | **Juvenis** | **Cadetes** | **Juniores** | **Sub23** | **Seniores** | **Veteranos** |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Tempo de Combate** | 3 min | 4 min | 4 min | 4 min | 4 min | 3 min |
| **Ponto de Ouro** | Sem limite de tempo | Sem limite de tempo | Sem limite de tempo | Sem limite de tempo | Sem limite de tempo | Sem limite de tempo |
| **Categorias de Peso** | -40 Kg | -40 Kg | | | | |
| | -44 Kg | -44 Kg | | | | |
| | -48 Kg | -48 Kg | -48 Kg | -48 Kg | -48 Kg | -48 Kg |
| | -52 Kg | -52 Kg | -52 Kg | -52 Kg | -52 Kg | -52 Kg |
| | -57 Kg | -57 Kg | -57 Kg | -57 Kg | -57 Kg | -57 Kg |
| | -63 Kg | -63 Kg | -63 Kg | -63 Kg | -63 Kg | -63 Kg |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | -70 Kg | -70 Kg | -70 Kg | -70 Kg | -70 Kg | -70 Kg |
| | +70 Kg | +70 Kg | -78 Kg | -78 Kg | -78 Kg | -78 Kg |
| | | | +78 Kg | +78 Kg | +78 Kg | +78 Kg |

**2.** O tempo de combate nas provas de Veteranos, para Atletas com 60 (sessenta) ou mais anos de idade é de apenas 2 ½ m (dois minutos e meio) e o ponto de ouro terá o limite máximo de 1 minuto, havendo decisão obrigatória da equipa de arbitragem, se o combate não ficar resolvido durante o período de ponto de ouro

## Artigo 16.º
## Outras Disposições

Para além das categorias de peso, mínimas e máximas, referidas nos artigos anteriores, é possível a criação de mais uma categoria, no extremo superior e/ou outra categoria no extremo inferior, mas apenas no escalão etário de Juvenis, desde que haja um mínimo de três Atletas em cada uma das categorias de peso a criar.

### SECÇÃO III

### PESAGENS E EXAME MÉDICO

## Artigo 17º
## Pesagens

**1.** Os Atletas masculinos participantes nas provas de escalões até Cadetes, inclusive, têm de ser pesados com roupa interior (calções ou cuecas), beneficiando de uma tolerância até 200 (duzentos) gramas inclusive de excesso de peso no ato da pesagem.

**2.** As Atletas femininas participantes nas provas de escalões até Cadetes, inclusive, têm de ser pesadas com roupa interior (calções ou cuecas, e t'shirt ou top), beneficiando de uma tolerância até 200 (duzentos) gramas, inclusive, de excesso de peso no ato da pesagem.

**3.** Os Atletas só podem ser pesados, no máximo, uma vez durante o período das pesagens oficiais.

**4.** Os Atletas são obrigados a identificar-se no momento do controle e pesagem, através de documento de identificação válido.

## Artigo 18.º
## Mudanças de Categoria de Peso

**1.** Nos Campeonatos de Apuramento para as Seleções Nacionais não é autorizada qualquer alteração nas categorias de peso, em relação à inscrição feita, exceto nos escalões de Juvenis e Cadetes, em que os Atletas poderão entrar na categoria de peso com que se apresentarem ao controlo, desde que seja na categoria imediatamente acima ou abaixo da inscrição.

**2.** Nas provas por Equipas dos escalões de Juniores e Seniores, sem prejuízo do Atleta ser necessariamente inscrito na categoria correspondente ao seu peso corporal, pode depois, no decurso da prova, participar na sua categoria de peso real e na categoria de peso imediatamente acima, podendo alternar de encontro para encontro.

## Artigo 19.º
## Exame de Avaliação Médico-Desportiva

1. Os Atletas Cadetes que pretendam participar em provas de Sub23 e/ou de Seniores devem fazer prova da realização de exame de avaliação médico-desportivo de sobreclassificação, nos termos legais, o qual não pode ser dispensado por declaração ou termo de responsabilidade.
2. O exame deve ser enviado juntamente com a inscrição para a competição.

## Artigo 20.º
## Apoio Médico

**1.** Todas as provas nacionais organizadas pela FPJ são obrigatoriamente acompanhadas por um departamento clínico adequado, sob a responsabilidade de um médico devidamente reconhecido pela respetiva Ordem, e disponibilidade permanente de uma ambulância no local de realização das provas.

**2.** A FPJ considera ser de extrema importância e recomenda que o Apoio Médico, referido no número anterior, seja seguido nos mesmos termos nas provas Associativas e Zonais.

## *CAPÍTULO III*
### *ORGANIZAÇÃO DAS COMPETIÇÕES*

## Secção I
## Modelo e Sistema de Classificação

### Artigo 21.º
### Campeonato de Apuramento para Seleção Nacional de Juvenis

1. Para os Campeonatos de Apuramento para Seleção Nacional do escalão de Juvenis ficam qualificados os atletas que se classifiquem nos Campeonatos de Apuramento Zonal, nos seguintes termos:

   a) Caso a categoria de peso na prova de apuramento Zonal tenha a participação de até 8 atletas, qualificar-se-ão para o Campeonato de Apuramento para a Seleção Nacional os primeiros 6 classificados.

   b) Caso a categoria de peso na prova de apuramento Zonal tenha a participação de 9 a 16 atletas, qualificar-se-ão para o Campeonato de Apuramento para a Seleção Nacional os primeiros 8 classificados.

   c) Caso a categoria de peso na prova de apuramento Zonal tenha a participação de mais de 16 atletas, qualificar-se-ão para o Campeonato de Apuramento para a Seleção Nacional os primeiros 10 classificados.

2. Ficam automaticamente qualificados os atletas medalhados no Campeonato de Apuramento para a Seleção Nacional do ano anterior, caso se mantenham na mesma categoria de peso.

3. Os atletas que sejam convocados pela FPJ para eventos que se realizem na mesma data da realização dos Campeonatos de Apuramento Zonal, podem requerer a qualificação para os respetivos Campeonatos de Apuramento para Seleção Nacional através de wild card emitido pela FPJ ao abrigo da presente norma.

### Artigo 22.º
### Campeonato de Apuramento para a Seleção Nacional de Sub23

A Competição é aberta e decorrerá de acordo com as normas em vigor da FPJ, aplicando-se o disposto nas alíneas *b)* e *c)*, do nº 2, do artigo 6º do presente Regulamento.

## Artigo 23.º
## Campeonato Nacional Absoluto

A Competição é aberta e decorrerá de acordo com as normas em vigor da FPJ.

## Artigo 24.º
## Campeonato Nacional de Veteranos

1. A Competição é aberta e decorrerá de acordo com as normas em vigor da FPJ com divisão por idades e tempo de combate nos termos do quadro seguinte:

| IDADE | DURAÇÃO DE COMBATE | CÓDIGO FEMININO | CÓDIGO MASCULINO |
|---|---|---|---|
| 30-34 | 3 | F1 | M1 |
| 35-39 | 3 | F2 | M2 |
| 40-44 | 3 | F3 | M3 |
| 45-49 | 3 | F4 | M4 |
| 50-54 | 3 | F5 | M5 |
| 55-59 | 3 | F6 | M6 |
| 60-64 | 2,5 | F7 | M7 |
| 65-69 | 2,5 | F8 | M8 |
| 70-74 | 2,5 | F9 | M9 |
| MAIS DE 75 | 2,5 | F10 | M10 |

2. No caso do número de inscrições na respetiva categoria ser inferior a 5 (cinco), a organização reserva-se o direito de juntar 2 (dois) escalões etários (dez em dez anos) ou 2 (duas) Categorias de peso.
3. A partir dos escalões etários F7/M7 (60 anos ou mais anos de idade) não é permitida a aplicação de Shime-Waza, e o ponto de ouro terá uma duração máxima de 1 minuto, findo o qual, haverá decisão obrigatória da equipa de arbitragem.
4. A participação no Campeonato Nacional de Veteranos, de acordo com os

normativos internacionais para o escalão, está condicionada à apresentação de um atestado médico, comprovando que o(a) atleta está apto(a) e saudável para participar na competição, devendo este ser válido para o dia da competição e não ter sido emitido há mais de um (1) ano.

## Artigo 25.º
## Campeonato Nacional JUDO KATA

A Competição é aberta e decorrerá de acordo com as normas em vigor da IJF, EJU, e FPJ com as especificidades próprias deste tipo de competição que resultem do Regulamento específico do evento, que será divulgado até 60 dias antes da realização do mesmo.

## Artigo 26.º
## Campeonato Nacional Paralímpico e Judo Adaptado

1. O Campeonato Nacional Paralímpico é uma competição aberta, destinada exclusivamente, salvo regulamentação em sentido contrário, a Atletas cegos, surdocegos ou de baixa visão, com as classificações visuais de J1 e J2.
2. Nesta prova podem participar Atletas Seniores, Juniores e Cadetes com exame médico-desportivo de sobreclassificação.
3. A prova decorrerá com as normas em vigor da FPJ, com as especificidades próprias deste tipo de competição que resultem do Regulamento de Judo Adaptado da FPJ, das normas internacionais aplicáveis, nomeadamente as normas publicadas pela International Blind Sports Federation (IBSA), designadamente no que concerne às regras de arbitragem e de classificação dos Atletas.
4. Os atletas J1 e J2 competem separadamente, sem prejuízo da organização se reservar no direito de juntar 2 (duas) categorias de peso ou atletas da mesma categoria de peso, mas com classificações visuais distintas, caso o número de inscrições na respetiva categoria e classificação visual ser inferior a 3 (três).
5. O Campeonato Nacional de Judo Adaptado é uma competição aberta, destinada exclusivamente, salvo regulamentação em sentido contrário, a Atletas portadores de deficiência, nomeadamente défice intectual, paralisia cerebral e/ou *síndrome de down* ou *trissomia 21*.
6. Nesta prova podem participar Atletas Seniores, Juniores e Cadetes com exame médico-desportivo de sobreclassificação.

**7.** A prova decorrerá com as normas em vigor da FPJ, com as especificidades próprias deste tipo de competição que resultem do Regulamento de Judo Adaptado da FPJ, das normas internacionais aplicáveis, nomeadamente as normas publicadas pela IJF e/ou pela EJU, designadamente no que concerne às regras de arbitragem, e da autenticação da classificação dos Atletas pela Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência (FPDD).

## Artigo 27.º
## Campeonato Nacional de Equipas Seniores Masculinas

**1.** No Campeonato Nacional de Equipas Seniores Masculinas, as Equipas são constituídas por 5 (cinco) Atletas efetivos, com as seguintes categorias de peso:

a) um com -66 Kg;
b) um com -73 Kg;
c) um com -81 Kg;
d) um com -90 Kg;
e) um com +90 Kg.

**2.** Nesta prova podem participar Atletas Seniores, Juniores, e Cadetes com exame médico-desportivo de sobreclassificação.

**3.** É permitida a subida de uma categoria de peso.

**4.** Nenhuma Equipa pode participar nesta prova com um número inferior a 3 (três) Atletas.

## Artigo 28.º
## Campeonato Nacional de Equipas Juniores Masculinas

**1.** No Campeonato Nacional de Equipas Juniores Masculinas, as Equipas são constituídas por 5 (cinco) Atletas efetivos, com as seguintes categorias de peso:

a) um com -60 Kg;
b) um com -66 Kg;
c) um com -73 Kg;
d) um com -81 Kg;
e) um com +81 Kg.

**2.** Nesta prova apenas podem participar Atletas Juniores e Cadetes.

**3.** É permitida a subida de uma categoria de peso.

**4.** Nenhuma Equipa pode participar nesta prova com um número inferior a 3 (três) Atletas.

## Artigo 29.º
## Campeonato Nacional de Equipas Cadetes Masculinas

**1.** No Campeonato Nacional de Equipas Cadetes Masculinas, as Equipas são constituídas por 5 (cinco) Atletas efetivos, com as seguintes categorias de peso:

a) um com -55 Kg;

b) um com -60 Kg;

c) um com -66 Kg;

d) um com -73 Kg;

e) um com +73 Kg.

**2.** Nesta prova apenas podem participar Atletas Cadetes.

**3.** Nesta prova não é permitida a mudança de categorias de peso.

**4**. Os Atletas só podem competir na categoria de peso a que corresponde o seu peso corporal.

**5.** Nenhuma Equipa pode participar nesta prova com um número inferior a 3 (três) Atletas.

## Artigo 30.º
## Campeonato Nacional de Equipas Juvenis Masculinas

**1.** No Campeonato Nacional de Equipas Juvenis Masculinas, as Equipas são constituídas por 6 (seis) Atletas efetivos, com as seguintes categorias de peso:

**a)** um com +38 Kg e -46 Kg;

**b)** um com -50 Kg;

**c)** um com -55 Kg;

**d)** um com -60 Kg;

**e)** um com -66 Kg;

**f)** um com +66 Kg e -81 Kg.

**2.** Nesta prova apenas podem participar Atletas Juvenis.

**3.** Nesta prova não é permitida a mudança de categorias de peso.

**4.** Os Atletas só podem competir na categoria de peso a que corresponde o seu peso corporal.

**5.** Nenhuma Equipa pode participar nesta prova com um número inferior a 4 (quatro) Atletas.

## Artigo 31.º
## Campeonato Nacional de Equipas Seniores Femininas

**1.** No Campeonato Nacional de Equipas Seniores Femininas, as Equipas são constituídas por 5 (cinco) Atletas efetivas, com as seguintes categorias de peso:

a) uma com -52 Kg;
b) uma com -57 Kg;
c) uma com -63 Kg;
d) uma com -70 Kg;
e) uma com +70 Kg.

**2.** Nesta prova podem participar Atletas Seniores, Juniores, e Cadetes com exame médico-desportivo de sobreclassificação.

**3.** É permitida a subida de uma categoria de peso.

**4.** Nenhuma Equipa pode participar nesta prova com um número inferior a 3 (três) Atletas.

## Artigo 32.º
## Campeonato Nacional de Equipas Juniores Femininas

**1.** No Campeonato Nacional de Equipas Juniores Femininas, as Equipas são constituídas por 5 (cinco) Atletas efetivas, com as seguintes categorias de peso:

a) uma com -52 Kg;
b) uma com -57 Kg;
c) uma com -63 Kg;
d) uma com -70 Kg;
e) uma com +70 Kg.

**2.** Nestas provas apenas podem participar Atletas Juniores e Cadetes.

**3.** É permitida a subida de uma categoria de peso.

**4.** Nenhuma Equipa pode participar nesta prova com um número inferior a 3 (três) Atletas.

## Artigo 33.º
## Campeonato Nacional de Equipas Cadetes Femininas

**1.** No Campeonato Nacional de Equipas Cadetes Femininas, as Equipas são constituídas por 5 (cinco) Atletas efetivas, com as seguintes categorias de peso:

a) uma com -48 Kg;
b) uma com -52 Kg;

c) uma com -57 Kg;
d) uma com -63 Kg:
e) uma com +63 Kg.

**2.** Nesta prova apenas podem participar Atletas Cadetes.

**3.** Nesta prova não é permitida a mudança de categorias de peso.

**4.** As Atletas só podem competir na categoria de peso a que corresponde o seu peso corporal.

**5.** Nenhuma Equipa pode participar nesta prova com um número inferior a 3 (três) Atletas.

## Artigo 34.º
## Campeonato Nacional de Equipas Juvenis Femininas

**1.** No Campeonato Nacional de Equipas Juvenis Femininas, as Equipas são constituídas por 5 (cinco) Atletas efetivos, com as seguintes categorias de peso:

**a)** uma com +36 Kg e -44 Kg;
**b)** uma com -48 Kg;
**c)** uma com -52 Kg;
**d)** uma com -57 Kg:
**e)** uma com +57 Kg e -70 Kg;

**2.** Nesta prova apenas podem participar Atletas Juvenis.

**3.** Nesta prova não é permitida a mudança de categorias de peso.

**4.** As Atletas só podem competir na categoria de peso a que corresponde o seu peso corporal.

**5.** Nenhuma Equipa pode participar nesta prova com um número inferior a 3 (três) Atletas.

## Artigo 35.º
## Taça de Portugal Equipas Mistas

**1.** Na Taça de Portugal Equipas Mistas, as Equipas são constituídas por 6 (seis) Atletas efetivos, 3 (três) femininos e 3 (três) masculinos, com as seguintes categorias de peso:

a) uma com -57 Kg;
b) um com -73 Kg;
c) uma com -70 Kg;
d) um com -90 Kg;

e) uma com +70 Kg;

f) um com +90Kg.

**2.** Nesta prova podem participar Atletas Seniores, Juniores, e Cadetes com exame médico-desportivo de sobreclassificação.

**3.** É permitida a subida de uma categoria de peso.

**4.** Nenhuma Equipa pode participar nesta prova com um número inferior a 4 (quatro) Atletas.

## Artigo 35.º-A
## Torneio de Equipas Inter-Associações

1. No Torneio de Equipas Inter-Associações, as Equipas são constituídas por 8 (oito) Atletas efetivos, todos do escalão de Juvenis, 4 (quatro) femininos e 4 (quatro) masculinos, com as seguintes categorias de peso:

   a) uma com +36 Kg e -44 Kg;

   b) um com +38 Kg e -46 Kg;

   c) uma com -48 Kg;

   d) um com -50 Kg;

   e) uma com -52 Kg:

   f) um com -55 Kg;

   g) uma com +52 Kg e -63 Kg;

   h) um com +55 Kg e -73 Kg.

2. Nesta prova apenas podem participar Atletas juvenis filiados na respetiva Associação.

3. Não é permitida a subida de qualquer categoria de peso.

4. Nenhuma Equipa pode participar nesta prova com um número inferior a 5 (cinco) Atletas.

# Secção II
# Outras Disposições

## Artigo 36.º
## Presenças, Classificações e "Cabeças-de-Série"

**1.** Nas provas de todos os escalões o número mínimo de presenças e o sistema de classificação são os seguintes:

**2.** A prova realiza-se com um mínimo de 2 (duas) presenças.

**3.** Nos Campeonatos Nacionais de Juvenis, Cadetes, Juniores, Sub23, Seniores e Veteranos, são reconhecidas as seguintes classificações:

**a)** Com 2 (duas) presenças, o primeiro classificado, independentemente da efetiva realização de combate;

**b)** Com 2 (duas) presenças, os primeiro e segundo classificados, caso este último tenha vencido um combate;

**c)** Com 3 (três) presenças, os primeiro, segundo e terceiro classificados, caso este último tenha vencido um combate;

**d)** Com 4 (quatro) presenças, os primeiro, segundo e terceiro classificados;

**e)** Com 5 (cinco) presenças, os primeiro, segundo e terceiro classificados;

**f)** Com 6 (seis) ou mais presenças, os primeiro, segundo e dois terceiros classificados.

**4**. Nos Campeonatos Nacionais de JUDO KATA, são reconhecidas as seguintes classificações:

**a)** Com 1 (uma) presença, o primeiro par classificado;

**b)** Com 2 (duas) presenças, o primeiro par classificado;

**c)** Com 3 (três) presenças, os primeiro e segundo pares;

**d)** Com 4 (quatro) ou mais presenças, os primeiro, segundo e terceiro pares classificados;

5**.** Nos Campeonatos Nacionais de Equipas são reconhecidas as seguintes classificações:

**a)** Com 1 (uma) presença, a primeira equipa classificada;

**b)** Com 2 (duas) presenças, as primeira e segunda equipas classificadas;

**c)** Com 3 (três) presenças, as primeiro, segunda e terceira equipas classificadas;

**d)** Com 4 (quatro) ou 5 (cinco) presenças, as primeira, segunda e terceira equipas classificadas**.**

**e)** Com 6 (seis) ou mais presenças, as primeira, segunda e duas terceiras equipas classificadas**.**

**6.** No Campeonato de Apuramento para Seleção Nacional de Seniores será atribuído um trofeu aos três Clubes primeiros classificados no quadro das medalhas, considerando para o efeito as classificações masculinas e femininas.

**7.** Nos Campeonatos de Apuramento para a Seleção Nacional de Seniores, Juniores, e Cadetes, masculinos e femininos, são considerados “cabeça de série” os quatro

medalhados do ano anterior e os quatro primeiros classificados do Ranking Nacional do respetivo escalão, que não estejam já incluídos nos quatros medalhados do ano anterior.

**8**. Nos Campeonatos de Apuramento para a Seleção Nacional de Sub 23, e Juvenis, masculinos e femininos, são considerados "cabeça de série" os quatro medalhados do ano anterior.

**9**. Nos Campeonatos Nacionais de JUDO KATA são considerados "cabeça de série" os dois primeiros classificados do ano anterior, sendo os últimos pares a executar o Kata correspondente.

**10**. Nas provas nacionais de Equipas, são consideradas "cabeças de série":

**a)** as duas primeiras classificadas (finalistas) no ano anterior, caso o número de Equipas presentes para o sorteio seja igual ou inferior a 8 (oito);

**b)** as quatro primeiras classificadas (medalhadas) no ano anterior, caso o número de Equipas presentes para o sorteio seja superior a 8 (oito).

## Artigo 37.º
## Sistema de Competição das Provas por Equipas

**1.** O sistema de competição das provas por Equipas tem as seguintes especificidades:

**a)** Se forem apenas duas Equipas realizar-se-á uma final direta;

**b)** Se forem três Equipas realizar-se-á uma poule de três;

**c)** Se forem quatro Equipas realizar-se-ão dois encontros iniciais; as duas Equipas vencedoras disputarão os primeiro e segundo lugares; as restantes duas equipas disputarão o terceiro lugar;

**d)** Se forem cinco Equipas, as duas Equipas que ficarem de um lado do quadro efetuam um "encontro eliminatória" de acesso à final; as três Equipas que ficarem do outro lado do quadro competem numa poule; a Equipa vencedora do "encontro eliminatória" disputará com a Equipa primeira classificada na poule os primeiro e segundo lugares; a Equipa derrotada no "encontro eliminatória" disputará com a Equipa segunda classificada na poule os terceiro e quarto lugares.

**e)** No caso de a competição decorrer com 6 ou mais equipas o sistema de prova é o mesmo do aplicado às provas individuais (de 6 a 8 equipas: sistema

de poules; 9 ou mais equipas: sistema de eliminatórias com dupla repescagem)

**2**. Nas provas por Equipas disputadas em sistema de poule, no caso de haver duas ou mais Equipas da mesma Associação na mesma poule, o(s) encontro(s) entre elas devem ser disputados em primeiro lugar.

**3.** A pontuação nas provas por Equipas é a seguinte, sem prejuízo das demais regras constantes deste Regulamento:

**a)** Só relevam as vitórias em combates, não contando os pontos resultantes das vantagens técnicas;

**b)** Nos encontros, uma das Equipas tem de vencer, não havendo empates mesmo que em sistema de poules; em caso de empate no final do encontro sortear-se-á uma categoria de peso e disputa-se um combate de desempate em sistema de "Combate de Ponto de Ouro", excluindo-se a(s) categoria(s) em que ambas as equipas não apresentaram atletas para esse encontro, ou em que ambos os atletas da categoria tenham sido, nesse encontro, desclassificados por Hansoku-Make por atitude anti-desportiva.

**4.** No Campeonato Nacional de Equipas Seniores e na Taça de Portugal Equipas Mistas a primeira Equipa que vencer a maioria dos combates do encontro é logo declarada vencedora, não se realizando os combates remanescentes.

**5.** Em cada uma das provas por Equipas é sorteada a categoria de peso por onde se iniciam os encontros da 1º ronda, prosseguindo-se com a habitual sequência das categorias, até à mais pesada, regressando-se em seguida à categoria mais leve, se for caso disso, e assim sucessivamente.

**6.** Nas rondas seguintes, os encontros iniciam-se pela categoria subsequente sucessivamente, mantendo a sequência habitual das categorias.

## Artigo 38.º
## Sistema de Poule em Provas Nacionais

1. Nas provas nacionais é utilizada a seguinte fórmula de competição:
   **a)** De 2 (dois) a 5 (cinco) participantes na categoria, é constituída uma poule;
   **b)** De 6 (seis) a 8 (oito) participantes na categoria, é observado o seguinte:
      (i) São constituídas 2 (duas) poules (A e B);
      (ii) De cada poule são apurados os 2 (dois) primeiros classificados;

(iii) O vencedor da poule A defronta o segundo classificado da poule B e o vencedor da poule B defronta o segundo classificado da poule A;

(iv) Os vencedores disputam a final;

(v) Os vencidos ficam classificados em terceiro lugar *ex aequo*.

2. As poules constituídas apenas por 2 (dois) Atletas são disputadas à melhor de 3 (três) vitórias, vencendo a categoria o primeiro Atleta que triunfe em 2 (dois) combates.
3. A regra constante do número anterior não é aplicável nas provas por Equipas.

## Artigo 39.º
## Eliminatórias Diretas

As provas nacionais com mais de 8 (oito) participantes na categoria disputam-se em eliminatórias diretas, sendo repescados os Atletas ou as Equipas que tenham perdido com os quatro semifinalistas (dupla repescagem).

## Artigo 40.º
## Distribuição dos Atletas e Sequência dos Combates

1. Na medida possível, os Atletas serão divididos de forma que os que integram o mesmo Clube ou a mesma Associação de Clubes não se encontrem pelo menos nos primeiros combates.
2. Os atletas com o estatuto de cabeça de série não são considerados para a separação referida no ponto anterior.
3. A distribuição dos "cabeças-de-série" é feita da seguinte forma: 1-4 / 2-3, caso haja 4 cabeças de série.
4. A distribuição dos "cabeças-de-série" é feita da seguinte forma: 1-8 / 4-5 / 2-7 / 3-6, caso haja 8 cabeças de série.
5. Sempre que numa poule existam dois ou mais Atletas do mesmo Clube, os combates entre eles serão sempre os primeiros a ser disputados.
6. No sistema de poules a sequência é a seguinte:
   a) **Poules de 3:** 1x2 - 2x3 - 1x3
   b) **Poules de 4:** 1x2 - 3x4 - 1x3 - 2x4 - 1x4 - 2x3
   c) **Poules de 5:** 4x5 - 1x2 - 3x4 - 1x5 - 2x3 - 1x4 - 3x5 - 2x4 - 1x3 - 2x5

## Artigo 41.º
## Pontuação

A pontuação a atribuir por vitória nas provas individuais é a seguinte, independentemente da vitória ocorrer durante o tempo de combate ou no período de ponto de ouro:

| | |
|---|---|
| Ippon | 100,0 (cem) pontos |
| Wazari | 10,0 (dez) pontos |
| Yuko | 1,0 (um) ponto |
| Hantei* | 0,5 (meio) ponto |

*Competições de Veteranos

## Artigo 42.º
## Substituições e outras ocorrências nas Provas por Equipas

**1.** Nas provas por Equipas, podem ser efetuadas substituições de Atletas de encontro para encontro.

**2.** Nas provas por Equipas:

a) um Atleta que se recuse a combater ou perca propositadamente o combate é penalizado com Hansoku-Make e não pode combater mais no decorrer da prova, sendo a sua equipa penalizada com uma derrota nesse encontro pelo número máximo de vitórias possíveis de alcançar nesse encontro, mas podendo continuar na prova.

b) Se o Atleta que se apresentar para combater for o Atleta errado será desclassificado, e o adversário que ele deveria enfrentar inicialmente vencerá por Fusen Gachi.

## Artigo 43.º
## Falta de Comparência

**1.** Nos casos de falta de comparência de um dos competidores, o Atleta presente será declarado vencedor (100 pontos).

**2.** Nas provas disputadas em eliminatórias diretas, o Atleta faltoso não pode ser repescado.

**3.** Em provas disputadas em sistema de poules o Atleta faltoso é logo eliminado, e os combates que disputou são anulados.

**4.** Uma Equipa perde por falta de comparência se não entregar a respetiva constituição:

**a)** nos encontros da primeira ronda até 15 (quinze) minutos antes do início da prova

**b)** nos restantes encontros até 5 minutos depois de ter recebido a folha de constituição de equipa ou da mesma de lhe ter sido solicitada pelo Diretor de Prova.

**5.** Se uma Equipa não comparecer para um encontro fica automaticamente fora da competição não podendo disputar mais nenhum encontro nessa competição.

## Artigo 44.º
## Abandono

Se numa prova individual disputada em sistema de poule houver abandono, nomeadamente por lesão, de um competidor, todos os resultados dos combates que já efetuou serão anulados, salvo se a lesão se der no último combate da poule que o Atleta lesionado deveria disputar.

## Artigo 45.º
## Hansoku-Make

**1.** Um Atleta que seja castigado diretamente com Hansoku-Make, por falta técnica, perde esse combate, mas pode voltar a combater, se for caso disso.

**2.** Quando um atleta perde um combate por Hansoku-Make direto por atitude antidesportiva não pode continuar em competição, mas tem direito à classificação obtida até esse momento. No entanto, pontos, classificação e medalha poderão ser retirados dependendo dos resultados de uma eventual ação disciplinar adicional.

3. Em caso de Hansoku-Make simultâneo por acumulação de castigos, no tempo regulamentar ou no Golden Score, ambos os atletas perdem o combate, com as consequências previstas no IJF SOR (International Judo Federation Sport and Organisation Rules).

## Artigo 46.º
## Ponto de Ouro

Em caso de empate no final do tempo regulamentar de combate, realiza-se de imediato um novo combate que termina logo que um dos Atletas obtenha uma vantagem, nos termos definidos nas Regras de Arbitragem, sendo declarado vencedor, sem prejuízo do disposto no número seguinte.

## Artigo 47.º
## Critério de Desempate nas Provas Disputadas em Sistema de Poule

**1.** Se no final de todos os combates de uma poule, dois ou mais Atletas terminarem empatados, aplicam-se sucessivamente os seguintes critérios de desempate:

a) Maior número de vitórias;
b) Maior número de pontos;
c) Resultado entre os Atletas empatados;
d) Menor tempo da soma do total dos combates ganhos (caso seja utilizado programa informático que permita aferir este parâmetro);
e) Peso real dos Atletas nas Pesagens Oficiais, sendo o mais leve o primeiro classificado e assim sucessivamente;

**2.** Se forem esgotados todos os critérios de desempate enunciados no número anterior e, ainda assim, não for possível desempatar, os Atletas terão de repetir os combates entre si, em "Combate de Ponto de Ouro".

## Artigo 48.º
## Critério de Desempate nas Provas por Equipas Disputadas em Sistema de Poule

**1.** Nas provas disputadas em sistema de poule, aplicam-se, sucessivamente, os seguintes critérios de desempate:

a) Maior número de vitórias em encontros;
b) Menor número de derrotas em encontros;
c) Maior número de vitórias (combates);
d) Resultado entre as Equipas empatadas.

**2.** Se após a aplicação dos critérios constantes do número anterior ainda subsistir o empate, sorteia-se uma das categorias de peso, disputando-se um novo combate ("Combate em Ponto de Ouro").

**3.** No sorteio previsto no número anterior são incluídas todas as categorias de peso, incluindo aquelas cujos combates, tenham sido ganhos por falta de comparência.

## *CAPÍTULO IV*
## *REQUISITOS MÍNIMOS PARA REALIZAÇÃO DE PROVAS*

### Artigo 49.º
### Pesagens

**1.** Sem prejuízo do disposto nos números seguintes, as pesagens realizam-se no dia anterior ao da competição, sob a responsabilidade do Conselho de Arbitragem da FPJ.

**2.** No Campeonato de Apuramento para Seleção Nacional de Juvenis pode abrir-se um período de pesagem no próprio dia da competição, podendo, neste caso, os Atletas optar por se pesarem no próprio dia em que vão competir ou na véspera, só podendo, contudo, pesar-se numa das pesagens oficiais.

**3.** Os horários das pesagens serão definidos por Circular emitida antecipadamente pela FPJ.

**4.** Os Atletas que se tenham pesado na véspera podem estar sujeitos a nova pesagem no dia em que vão competir. Nessa eventualidade serão selecionados aleatoriamente 4 (quatro) Atletas por categoria de peso, salvo se o número de Atletas que se pesaram no dia anterior for igual ou inferior a 4 (quatro) Atletas, caso em que se pesarão todos novamente no dia em que vão competir.

**5.** Os Atletas que forem objeto da pesagem referida no número anterior têm uma tolerância até 5% (cinco por cento) do limite do peso da sua categoria de peso.

**6.** Quando houver lugar a pesagens aleatórias estas realizar-se-ão no período compreendido entre 60 (sessenta) e 15 (quinze) minutos antes do início da prova, ou do horário previsto para o início da respetiva categoria, de acordo com programa de prova.

**7.** Sempre que se justificar a realização do Campeonato de Apuramento para Seleção Nacional de Seniores em 2 (dois) dias, as categorias de peso serão distribuídas pelos dois dias conforme definido em circular a emitir pela FPJ.

**8.** Nas provas por equipas realizadas no dia seguinte a provas individuais, os Atletas que tenham competido nessas provas individuais não serão submetidos a nova pesagem se competirem na mesma categoria de peso, sendo considerado o seu peso corporal então registado.

**9.** Em todas as provas, individuais ou de equipas, aquando das pesagens, deve ser sempre registado o peso real dos Atletas na respetiva folha de pesagens.

**10.** Em todas as provas em que houver dois períodos de pesagens, aplica-se o seguinte:

**a)** Em cada período estabelecido apenas se podem pesar oficialmente os Atletas das categorias programadas para esse horário;

**b)** Depois do primeiro período de pesagens haverá um prolongamento de 15 (quinze) minutos aberto exclusivamente às pesagens programadas para o segundo período, coincidente com a realização do sorteio das primeiras categorias, podendo os do segundo período optar por se apresentarem às pesagens mais cedo (durante o prolongamento) ou no horário previamente estabelecido.

## Artigo 50.º
## Infraestruturas

O recinto em que se realizem as provas deve integrar as seguintes estruturas mínimas de apoio:

**a)** Salas de pesagem distintas para ambos os sexos;

**b)** Balneários distintos para ambos os sexos;

**c)** Espaço próprio destinado ao público;

**d)** Espaço próprio para a Organização.

## Artigo 51.º
## Medidas Mínimas do Espaço de Competição e Zonas de Segurança

1. Para os escalões etários de Cadetes, Juniores, Sub23, Seniores e Veteranos as medidas mínimas do espaço de competição são as seguintes:
    a) Área de combate de 7m x 7m;
    b) Área de segurança exterior de 3m, em casos devidamente justificados poderá ser reduzida a 2m;
    c) Área de segurança entre áreas de combate de 4m, em casos devidamente justificados poderá ser reduzida a 3m;
    d) Distância da área de competição (área de combate + área de segurança) às paredes/bancadas de 2m.

2. Para os escalões etários de Juvenis as medidas mínimas do espaço de competição são as referidas no número anterior com excepção da área de combate que será, no mínimo, de 6m x 6m.

## Artigo 52.º
## Número Mínimo de Áreas de Competição

**1.** O número mínimo de áreas de competição recomendado é o seguinte:

a) Nas provas em que previsivelmente participem menos de 100 (cem) Atletas inscritos, duas áreas de competição;

b) Nas provas em que previsivelmente participem 100 (cem) ou mais Atletas inscritos, três ou mais áreas de competição.

**2.** O disposto no número anterior não é aplicável às provas por equipas.

## Artigo 53.º
## Âmbito de Aplicação

O disposto no presente capítulo aplica-se às competições organizadas pela FPJ, bem como às competições organizadas pelas Associações / Zonas com vista ao apuramento para Campeonatos de Apuramento para a Seleção Nacional, nomeadamente Opens Associativos e Campeonatos Zonais.

# *CAPÍTULO V*
# *RESPONSABILIDADE E CONDUTA*

## Artigo 54.º
## Treinadores

**1.** Os Clubes deverão indicar, através da respetiva Associação Distrital, os Treinadores que acompanharão os seus Atletas em cada prova, até à quinta-feira da semana anterior à prova (9/10 dias).

**2.** A acreditação dos Treinadores tem que ser solicitada simultaneamente com a inscrição dos Atletas na prova.

**3.** Só os Treinadores reconhecidos com a respetiva licença federativa em dia podem ser indicados para o efeito do ponto anterior.

**4.** O número de acreditações de Treinador a atribuir aos Clubes participantes será fixado de acordo com o número de Atletas do Clube em prova, nunca podendo exceder o número de áreas de competição. Nas provas por Equipas poderão ser acreditados até 2 (dois) Treinadores por Equipa.

**5.** Os Treinadores acreditados podem assistir aos sorteios.

**6.** Durante o acompanhamento dos combates, os Treinadores devem permanecer sentados nas respetivas cadeiras, e a sua ação está limitada a prestar informações, encorajamento e conselhos técnico-táticos aos seus Atletas durante os períodos em que o combate esteja interrompido, e apenas a partir dessa sua posição, não lhes sendo permitido, em caso algum, interferir ou comentar as decisões da Equipa de arbitragem, nem perturbar a normal organização das provas, nem dar instruções a partir de outro local.

**7.** Sem prejuízo do disposto no número seguinte, os Treinadores só poderão acompanhar os combates sentados nas respetivas cadeiras, se estiverem equipados com fato de treino com calça comprida (até aos pés) ou com fato, ou traje com idêntico grau de formalidade desde que autorizados pelo Diretor da Prova, sendo essa decisão discricionária, final e irrecorrível.

**8.** No caso de haver Bloco de Finais, e sempre que tal for comunicado pela FPJ, nesse período os Treinadores deverão acompanhar os combates sentados nas respetivas cadeiras, equipados com fato e gravata ou traje com idêntico grau de formalidade desde que autorizados pelo Diretor da Prova, sendo essa decisão discricionária, final e irrecorrível.

**9.** Ainda que não haja comunicação anterior pela FPJ nesse sentido, os treinadores deverão estar equipados com fato e gravata ou traje com idêntico grau de formalidade, nos blocos de finais das seguintes provas desportivas:

a) Campeonato de Nacional de Seniores;
b) Campeonato Nacional de Equipas Seniores;
c) Campeonato de Nacional de Juniores;
d) Campeonato Nacional de Equipas Juniores;
e) Taça de Portugal Equipas Mistas.

**10.** Sem prejuízo do disposto nos números anteriores, os Treinadores acreditados estão proibidos de utilizar, durante toda a prova, calções, corsários, judogi (casaco ou calça), qualquer tipo de chapéu ou boné a cobrir a cabeça, calças de ganga, chinelos, de andarem em tronco nu, ou de usarem qualquer tipo de indumentária com referências políticas, religiosas ou de alguma forma sectárias, ou que conflitue notória e ostensivamente com a dignidade e a boa apresentação da prova.

**11.** Quaisquer comentários ou manifestações de discordância com as decisões de arbitragem ou outros comportamentos que violem as regras constantes dos números anteriores, ou evidenciem desrespeito para os Atletas adversários, os Árbitros, os Responsáveis da prova, o Treinador adversário, o seu próprio Atleta, o Público ou quaisquer outros agentes desportivos, serão sancionados, sem prejuízo de eventual responsabilidade disciplinar, com o afastamento do Treinador durante o resto da prova (mesmo que esta se prolongue por mais de um dia) de qualquer área reservada a Atletas e Treinadores, e com o impedimento de continuar a exercer quaisquer outras funções que porventura lhe tenham sido atribuídas pela Organização ou para que tenham sido indicados junto da Organização.

**12.** A decisão de afastamento do Treinador, nos termos do número anterior, será tomada de forma final e irrecorrível pelo Diretor da Prova ou, na sua ausência momentânea, por quem aquele designar ou o estiver, de facto, a substituir.

## Artigo 55.º
## Atletas

**1.** Salvo motivo de força maior assim considerado pelo Diretor da prova, os Atletas são obrigados a receber os prémios a que tenham direito, respeitando a cerimónia protocolar, não podendo usar boné ou objeto similar que cubra a cabeça, ou levar para o pódio bandeiras (exceto as usadas nos judogi) ou quaisquer outros objetos mormente os que tenham alguma conotação política, pessoal, religiosa ou comercial, com excepção dos patrocínios usados no judogi.

**2.** Nas cerimónias protocolares os Atletas devem comparecer no pódio equipados com judogi branco.

## Artigo 56.º
## Manifestações proibidas

São proibidas quaisquer manifestações com algum tipo de conotação política, religiosa ou de alguma forma sectária, ou comercial não autorizada nos recintos onde decorram eventos de judo.

# *CAPÍTULO VI*
# *DISPOSIÇÕES FINAIS*

## Artigo 57.º
## Casos Omissos

Quaisquer lacunas ou dúvidas de interpretação deste Regulamento serão supridas pelos Órgãos competentes da FPJ, tendo em consideração as normas constantes do IJF SOR.

## Artigo 58.º
## Entrada em vigor

O presente Regulamento, revisto, entra em vigor no dia 1 de janeiro de 2026.