

Apresentação do Walking Football (Futebol a andar)

Introdução

O Walking Football (WF), futebol a andar ou a passo, é um projecto desportivo desenvolvido pela RUTIS e pela Fundação Benfca (FB), com o apoio do IPDJ, com o objectivo de promover o exercício físico e a saudável competição entre os alunos das universidades seniores. Ver [vídeo 1](#) e [vídeo 2](#).

O projecto começou em Fevereiro de 2018 com 10 universidades seniores, tendo terminado a época de 2018/2019 com 26 equipas inscritas. Estão abertas as inscrições para as equipas da nova época 2019/2020 até 31 de Outubro em <http://wf20.rutis.pt>.



Conceito

O walking football é uma variante do futebol, para maiores de 50 anos, onde não se pode correr, só andar. As equipas são constituídas por seis jogadores de campo, preferencialmente de ambos os sexos, em que não existe guarda-redes. O campo utilizado é semelhante ao campo de futsal, as balizas têm 3m x 1m, (normalmente usa-se uma fita ou uma faixa (ver imagens acima) para adaptar as balizas normais à modalidade) e a bola não pode subir acima de 1 metro de altura.

A organização das equipas, dos jogos e do Torneio Nacional está a cargo da RUTIS e da FB, com o apoio da Masterfoot (arbitragem) e do IPDJ.

Equipas



Qualquer universidade sénior pode inscrever uma equipa no Torneio Nacional de Walking Futebol da RUTIS/FB. As equipas podem ter de 6 a 22 elementos. A inscrição das equipas e nos torneios é gratuita, em <http://wf20.rutis.pt>.

Existem duas modalidades de equipas:

- Competitiva: Para equipas com mais poder atlético e técnico.
- Lúdica: Para equipas com um ritmo menor e menos experientes.

As equipas podem-se inscrever nos torneios na modalidade Competitiva, Lúdica ou ambas. As equipas devem treinar 1 ou 2 vezes por semana.

Torneios Regionais e Nacionais

Já se realizaram dois Torneios Nacionais. O I realizou-se de Maio a Junho de 2018 e o II Torneio de Novembro de 2018 a Junho de 2019. O III Torneio Nacional irá de Outubro de 2019 a Junho de 2020. A participação das equipas nos torneios é facultativa.

Existem três tipos de torneios: Locais, Regionais e Nacional.

- Os torneios locais realizam-se particularmente entre equipas próximas, não estão calendarizados e não tem o apoio logístico da RUTIS e da FB.
- Os torneios regionais realizam-se entre Novembro a Junho, em diversos pontos do país de acordo com a calendarização previamente apresentada pela RUTIS e pela FB. Os torneios envolvem de 4 a 10 equipas.
- O torneio nacional final realiza-se no final de Junho no Estádio da Luz em Lisboa e podem participar todas as equipas inscritas no Torneio Nacional.

Nos torneios, mediante o tipo e número de equipas inscritas, pode haver jogos na modalidade Competitiva e Lúdica ou só numa. Nos torneios há atribuição de medalhas a todos os participantes e taça aos primeiros classificados.



Formação

Todos os anos no início de Outubro há uma sessão de formação/informação no Estádio da Luz em Lisboa para os técnicos/treinadores/dirigentes das equipas, ministrada pela FB. Existe igualmente um manual técnico de apoio aos responsáveis pelas equipas.

Os treinadores e técnicos devem ser especializados na área do desporto e/ou do treino.

Seguro

Todos os atletas têm que ter um seguro de acidentes pessoais para o WF. O seguro RUTIS/Generali/Nersant já inclui esta modalidade, por isso os alunos que tem este seguro não necessitam de fazer mais nenhum.

Equipamentos:

- Cada equipa terá que jogar com equipamentos (camisola, calções e meias) iguais.
- A RUTIS irá fornecer camisolas técnicas de treino e bolas a todas as equipas.



Calendarização para 2019/2020:

- Até 31 de Outubro, inscrição das equipas.
- 2ª semana de Outubro, acção de formação no Estádio da Luz, Lisboa.
- Datas dos torneios regionais: 1 de Novembro (Alvito), Janeiro (Fundão), 21 de Fevereiro (Miranda do Corvo), 20 de Março (Aljustrel), 17 de Abril (Oliveira do Bairro), Ponta Delgada, 8 de Maio (Montijo), 7 a 10 de Maio (Albufiera) e 6 de Junho (Ribeira de Pena).
- Torneio Nacional Final, final de Junho no Estádio da Luz, Lisboa

Regulamento a aplicar nos torneios:

A - Regras

1. Equipas constituídas por 6 elementos, em jogos de 6x6;
2. Dimensões do campo: 21x42 metros;
3. O tamanho da baliza deve ser de 3 metros de comprimento e 1 metro de altura;
4. Não existe guarda-redes;
5. Todos os jogadores devem manter uma distância de 3 metros das balizas durante o jogo;
6. Não existe número máximo de substituições e estas têm que ser realizadas ao lado da baliza, ou junto aos bancos de suplentes (caso existam), sendo obrigatório serem realizadas no meio campo defensivo;
7. Não existe regra do fora de jogo;
8. É proibido entradas em tackle e qualquer contacto físico;
9. Os jogadores só podem caminhar, sendo obrigatório no movimento estar sempre com um pé a tocar o solo, sendo a corrida punida com livre indireto;
10. Não existem penáltis - apenas livres indiretos e todos os jogadores devem manter distância de 3 metros;
11. A bola não pode ser jogada acima da barra da baliza;
 - A. Voluntário: Punido com falta;
 - B. Involuntário: O jogo não é interrompido sendo que os jogadores só poderão atacar a bola quando a mesma tocar o solo.
12. Quando a bola ultrapassar uma linha lateral, deverá ser reposta em jogo no mesmo sítio em que saiu sendo a reposição efetuada com o pé. Os jogadores adversários deverão permanecer a 3 metros da bola;
13. Quando a bola atravessar a linha final deverá ser aplicado canto ou pontapé de baliza. A distância de referência para os jogadores adversários é a mesma das regras anteriores: 3 metros;
14. Depois de cada golo, o jogo deverá recomeçar com pontapé de saída no meio campo;
15. Não poderão ser considerados válidos os golos marcados do meio campo defensivo;
16. Se um golo for impedido de forma ilegal (ex: mão na bola; correr para evitar que a bola entre; não cumprir a distância de 3m face à baliza) o mesmo deve ser validado sem recurso à falta;
17. Se um jogador intercetar uma bola sem cumprir a distância de 3m face à baliza, mas a mesma não siga a trajetória de golo será considerado canto;
18. Bola morta dentro da área é considerada saída pela linha de fundo;

19. O árbitro pode ordenar a substituição de qualquer jogador que apresente um comportamento agressivo ou linguagem imprópria;
20. Se um jogador receber um cartão amarelo deverá ser substituído e terá de permanecer no banco por 2 minutos;
21. Um jogador que receber um cartão vermelho (por acumulação de amarelos ou direto) deverá abandonar o campo de jogo deixando a sua equipa em inferioridade numérica;
22. Todas as decisões do árbitro em qualquer situação da partida devem ser cumpridas e respeitadas.
23. **Na vertente lúdica**, a bola pisada não pode ser retirada pelo adversário num período máximo de 5 segundos. Caso esse limite seja ultrapassado pelo atleta em posse de bola será aplicado a sanção de livre indireto.

B – Regulamento dos Torneios

1. Duração dos jogos: a. Competição: Duas partes de 10 minutos;
- b. Lúdica: Uma parte de 10 minutos;
- c. Regionais: Duas partes de 7 minutos;

O tempo de jogo poderá ser alterado caso a organização do torneio informe de forma antecipada todas as equipas inscritas.

Ficha de Jogo: para todos os jogos deverá existir uma ficha de jogo, que deverá ser entregue à mesa devidamente preenchida com todos os atletas que participam no respetivo jogo. No final o resultado deve ser validado por cada treinador. a. Mesa: será constituída por dois representantes de uma equipa participante no torneio, que não se encontre em competição durante o horário do jogo em causa.

3. A organização deverá enviar às equipas participantes os quadros competitivos com a maior antecedência possível. De forma a que tal seja possível será necessário que todas as equipas inscritas enviem igualmente com antecedência toda a informação solicitada pela organização, cumprindo as datas limite de inscrição.

4. Em caso de empate pontual serão aplicados os seguintes fatores de desempate: (Aplicado em fases de grupo / formato de Liga)

- a) Confronto direto
- b) Diferença de Golos
- c) Golos Marcados
- d) Golos Sofridos

Em caso de jogo em fase eliminatória o desempate é realizado por grandes penalidades marcadas na marca de meio campo num sistema de eliminação por morte súbita e no final de cada sequência se afasta a bola um adicional de 3 metros para além da marca inicial.

5. O comportamento antidesportivo é sancionado com advertência ou expulsão, o árbitro poderá obrigar à substituição de um jogador sempre que se verificar uma atitude imprópria para o espírito desportivo e Fair Play, designadamente: **a. Conduta verbal desadequada;**

b. Conduta gestual desadequada.

Os comportamentos eticamente relevantes são reconhecidos e destacados através da seguinte forma:

a. Cartão Branco: através de alguns comportamentos meritórios da exibição do cartão (Ver detalhes em anexo)

O cartão branco apenas poderá ser exibido, quando o jogo estiver parado, sendo que poderá ser exibido a título individual ou coletivo.

C - Esclarecimentos Adicionais

1. A participação de equipas mistas é incentivada pela organização e pelo projeto não sendo, no entanto, fator obrigatório. Cabe a cada equipa fazer a gestão dos seus elementos.

2. O árbitro poderá proceder à aplicação da lei da vantagem sempre que considerar necessário.

3. O objetivo da modalidade é a promoção da prática desportiva, o convívio e principalmente, a adoção de valores associados ao desporto entre os quais: Respeito, Fair Play, Responsabilidade e Cooperação.

4. Qualquer caso omissa é definido pela organização do Torneio.

Contacto: rutis@rutis.pt

Apoios

