



COMPETIÇÃO DE FORMAS DE EQUIPA DE MÃO VAZIA

CAPÍTULO 1 ORGANIZAÇÃO DA COMPETIÇÃO

- As equipas poderão ser constituídas por 3 elementos (Equipas Pequenas) ou 4 a 5 elementos (Equipas Grandes).
- Equipas mistas são permitidas.
- Na competição de Formas os competidores mostram a sua competência numa Forma à sua escolha.
- A equipa competidora poderá desempenhar uma Forma diferente em cada eliminatória.
- O uso de armas tradicionais, equipamentos auxiliares ou aparelhos adicionais não é permitido.

CAPÍTULO 2 ESCALÕES

Os escalões oficiais são:

- Infantil (4 – 12 anos) - *Open*;
 - Juvenil (13 – 15 anos) – Cinto de cor; castanho e negro
 - Júnior (16 – 17 anos) – Cinto de cor; castanho e negro
 - Sénior (18 – 29 anos) – Cinto de cor; castanho e negro
 - Master (+ 30 anos) - Cinto de cor; castanho e negro
- São permitidas equipas mistas.

CAPÍTULO 3 DURAÇÃO DA FORMA

- O tempo limite para a execução é de 5 minutos.

CAPÍTULO 4 CRITÉRIOS PARA AVALIAÇÃO DA FORMA DE EQUIPA MÃOS VAZIAS

Na Forma de equipa todos os critérios de avaliação têm em consideração a coordenação e harmonia entre os vários elementos.

1. **Atitude** – Cerimonial, apresentação, concentração e espírito.
2. **Execução** – Sequência correcta da Forma, coordenação.
3. **Aplicação** – Demonstração realista do significado da Forma.
4. **Técnica** – Gesto técnico definido, claro e perceptível.
5. **Energia** – Força mental e energia utilizados no momento certo.
6. **Respiração** – Respiração adequada á execução da técnica.
7. **Posições** – Correcta colocação do corpo na execução das técnicas.
8. **Equilíbrio** – Manter o ponto de equilíbrio durante a execução da Forma.
9. **Ritmo** – Fluidez com ritmos diferentes na execução da Forma.
10. **Dificuldade** – Grau de dificuldade de execução da Forma tendo em conta a idade e graduação do atleta.



CAPÍTULO 5 ATRIBUIÇÃO DE PONTUAÇÃO

- A equipa que obtiver a maior pontuação será declarada a vencedora.
- As pontuações são atribuídas por dois Júris e pelo Juiz Central.
- Não são permitidos empates, no caso de duas equipas obterem a mesma pontuação, poderão realizar outra Forma de forma a desempatar-las ou os Juízes procedem ao desempate indicando em simultâneo a equipa que teve melhor prestação.
- A pontuação poderá ser atribuída directamente pelos juízes através de mostrador ou registada em papel;

A pontuação inicial num Campeonato Nacional é: 6,5;

A pontuação inicial num Campeonato Continental é: 7,5;

A pontuação inicial num Campeonato Mundial é: 8,5;

Por cada ponto dos 10 princípios de avaliação:

- Se a equipa tiver mau desempenho receberá -0,05;
- Se a equipa tiver excelente desempenho receberá +0,05;
- Se a equipa cometer um engano, mas continuar a Forma, receberá -0,5;
- Se a equipa parar a demonstração, a sua pontuação é 0,0.

As situações omissas no presente regulamento de prova serão resolvidas pelo responsável de arbitragem da prova.

A Comissão de arbitragem reserva-se o direito de alterar o presente regulamento até um dia antes do início da competição.