

2025

XXI COPA ABAMF



Disposições Gerais

Art. 1º: A 21ª Copa ABAMF é uma competição realizada pela Associação Beneficente Antônio Mendes Filho no município de Cidreira/RS no litoral norte. O evento é uma grande oportunidade para confraternização entre os associados, promovendo a integração, o bem-estar e a valorização dos profissionais de segurança pública da Brigada Militar e Corpo de Bombeiros Militar do Rio Grande do Sul. A Copa ABAMF engloba diversas modalidades esportivas, como futebol de areia modalidades força livre, veterano, master e feminino, vôlei de praia masculino, feminino e misto, bocha, canastra e escolha da Garota ABAMF que é um dos momentos de grande destaque e tradição do evento. A escolha da Garota envolve um concurso de beleza e simpatia, no qual os participantes elegem um representante do torneio, que assumem o papel de embaixadora da Copa durante toda a sua duração.

Art. 2º: O torneio será realizado na Colonia de Ferias Farroupilha, nos dias 20, 21, 22 e 23 de fevereiro de 2025.

Capítulo 1 - Futebol de Areia

Título I - Inscrições

Art. 3º: As inscrições serão feitas com envio da lista das equipes regionais e convidadas até 17 de fevereiro de 2025.

Parágrafo Único: equipe inscrita fora do prazo perderá 100 pontos na classificação geral.

- **3.1:** Equipes convidadas masculinas: Valor de inscrição: R\$ 650,00.
- **3.2:** Equipes convidadas femininas: Valor de inscrição: R\$ 550,00.
- **3.3:** Equipes de Associados da ABAMF são isentos.
- **3.4:** Equipes regionais podem inscrever até 4 atletas não-sócios (R\$ 65,00 cada), sendo que apenas no máximo 03 (três) atletas não-sócios poderá estar em campo ao mesmo tempo.
- **3.5:** Limite de 14 jogadores por equipe.
- **3.6:** Pagamento até 19 de fevereiro de 2025.

Título II - Modalidades e Categorias

Art. 4º: O torneio contará com as seguintes categorias e será aplicada as regras estabelecidas no **anexo "A"**:

- *Masculina Livre* (jogadores de qualquer idade).
- *Veterano 35+* (jogadores nascidos anterior a 1990).
- *Master 45+* (jogadores nascidos anterior a 1980).
- *Sênior 50+* (jogadores nascidos anterior a 1975).
- *Feminina Livre.*

Título III - Sistema de Disputa

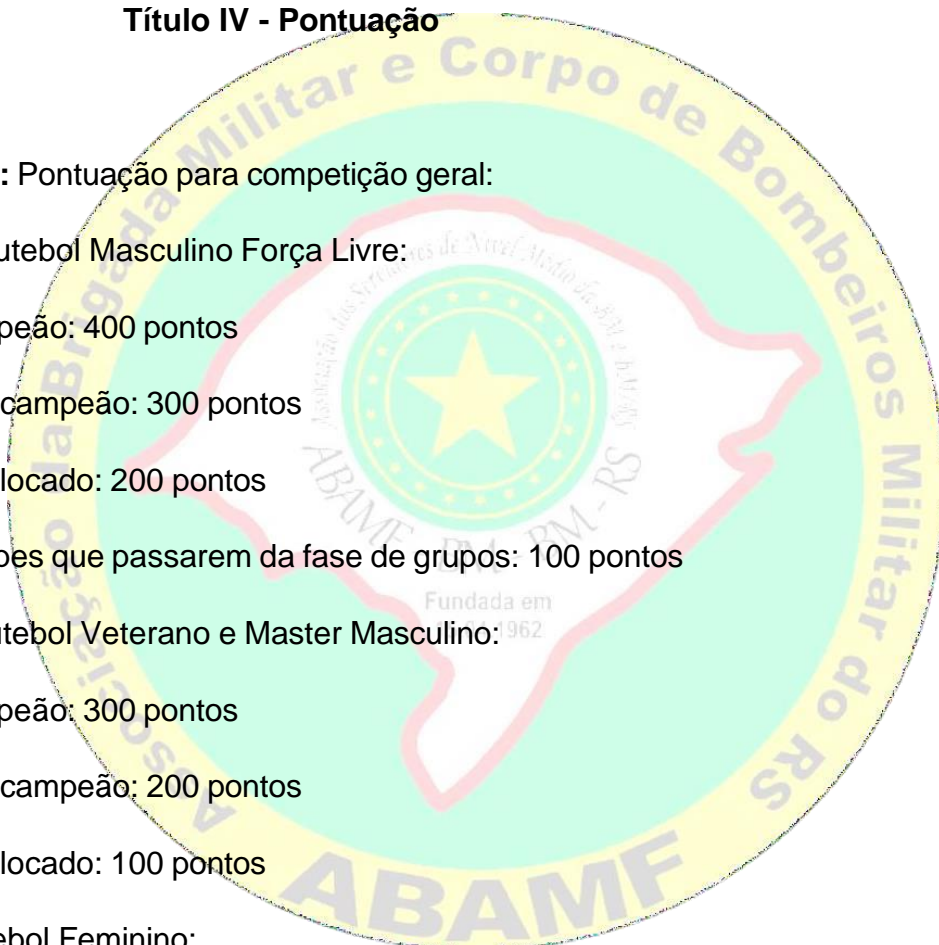
Art. 5º: O torneio será disputado em sistema de:

- *Grupos e eliminatórias* (masculino).
- *Todos contra todos* (feminino, até 8 equipes).

Título IV - Pontuação

Art. 6º: Pontuação para competição geral:

- a) Futebol Masculino Força Livre:
 - Campeão: 400 pontos
 - Vice-campeão: 300 pontos
 - 3º colocado: 200 pontos
 - Equipes que passarem da fase de grupos: 100 pontos
- b) Futebol Veterano e Master Masculino:
 - Campeão: 300 pontos
 - Vice-campeão: 200 pontos
 - 3º colocado: 100 pontos
- c) Futebol Feminino:
 - Melhor qualificada: 300 pontos
 - 2ª melhor qualificada: 200 pontos
 - 3ª melhor qualificada: 100 pontos
 - Premiação 1º 2º e 3º lugares.



Capítulo 2 - Vôlei de Areia

Título V - Inscrições

Art. 7º: Inscrições até 17 de fevereiro de 2025, e será aplicada as regras estabelecidas no **anexo “B”**:

Título VI - Modalidades e Categorias

Art. 8º: Duplas:

- Femininas
- Masculinas
- Mistas.

Título VII - Pontuação

Art. 9º: Pontuação competição geral:

- Melhor qualificada: 300 pontos
- 2ª melhor qualificada: 200 pontos.
- Premiação p/ 1º, 2º e 3º lugares.



Capítulo 3 - Bocha

Título VIII - Inscrições

Art. 10º: Inscrições até 17 de fevereiro de 2025 e será aplicada as regras estabelecidas no anexo “C”:

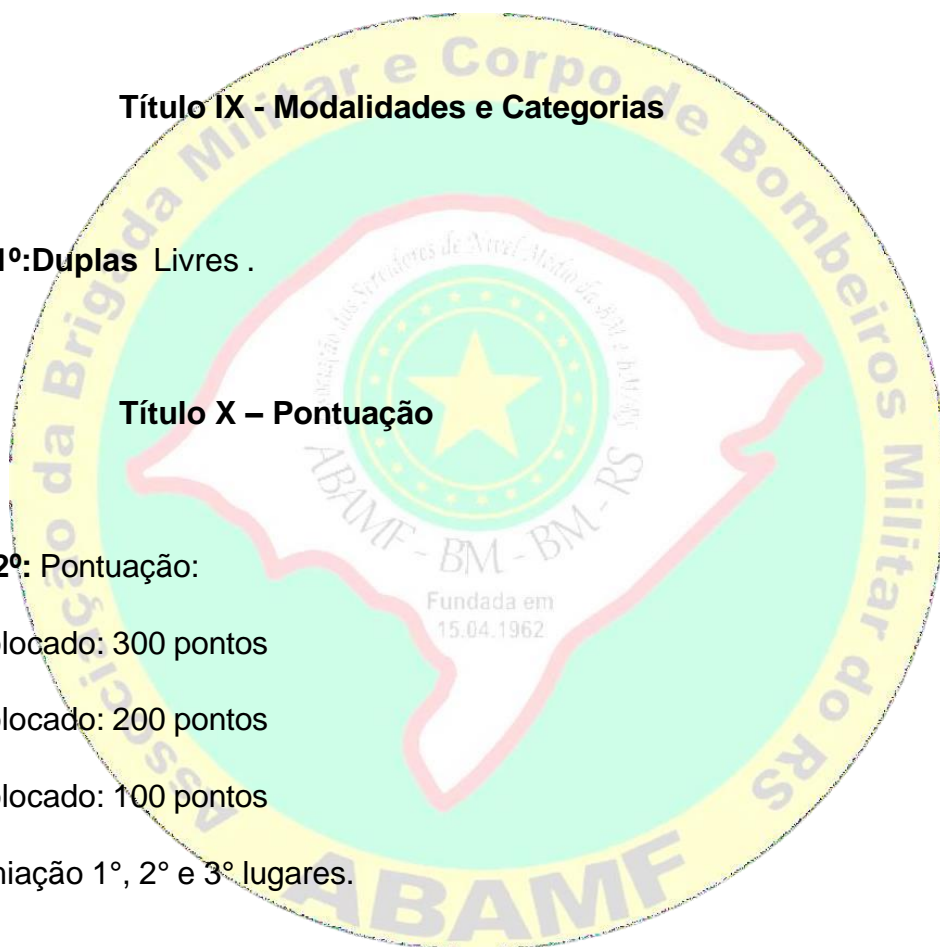
Título IX - Modalidades e Categorias

Art. 11º: Duplas Livres .

Título X – Pontuação

Art. 12º: Pontuação:

- 1º colocado: 300 pontos
- 2º colocado: 200 pontos
- 3º colocado: 100 pontos
- Premiação 1º, 2º e 3º lugares.



Capítulo 4 - Canastra

Título XI -Modalidades e Categorias

Duplas livres.

Art. 13º: Inscrições até 17 de fevereiro de 2025.

Título XII – Pontuação

Art. 14º: Pontuação:

- 1º colocado: 300 pontos
- 2º colocado: 200 pontos
- 3º colocado: 100 pontos
- Premiação 1º, 2º e 3º lugares.



XXI COPA ABAMF

Capítulo 5 - Garota ABAMF

Título XIII - Participação:

A Garota ABAMF será escolhida entre as participantes inscritas.

Art. 15º: A participante deve ter idade mínima de 14 anos a completar no ano de 2025 e no máximo 23 anos a completar no ano de 2025.

Título XIV - Critérios de Avaliação:

- Entrevista com perguntas iguais e pré-estabelecidas pela comissão
- Desfile roupa livre.
- Desfile roupa banho.
- A avaliação será realizada por comissão constituída pelo Diretor da colônia de férias.

Título XV - Definições

Art. 16º: A eleição da Garota ABAMF é uma modalidade que avaliará a simpatia, elegância e representatividade das participantes.

Título XVI - Critérios de Avaliação

Art. 17º: A comissão avaliadora considerará:

- Simpatia e carisma.
- Elegância e apresentação.
- Representatividade e espírito esportivo.
- Participação em eventos da ABAMF.

Título XVII – Premiação

Art. 18º: Serão premiadas as três melhores colocadas.

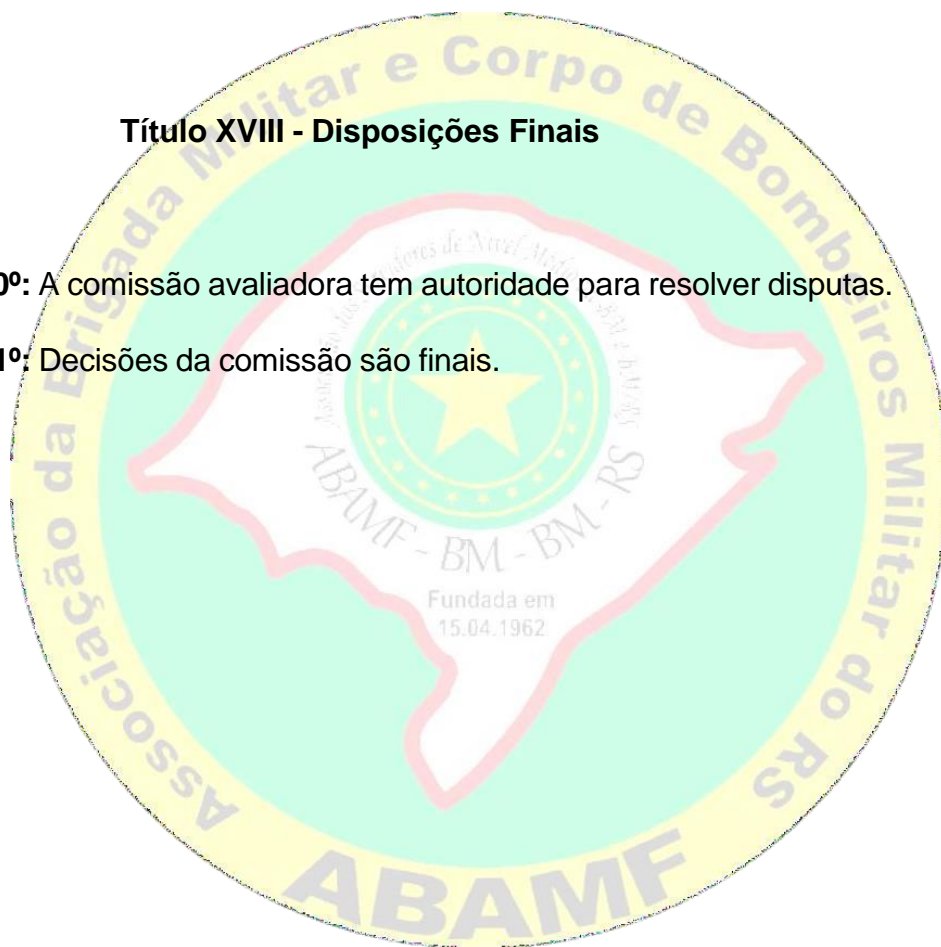
Art. 19º: Pontuação:

- Garota ABAMF (1º lugar): 400 pontos
- 1º Princesa (2º lugar): 350 pontos
- 2º Princesa (3º lugar): 300 pontos

Título XVIII - Disposições Finais

Art. 20º: A comissão avaliadora tem autoridade para resolver disputas.

Art. 21º: Decisões da comissão são finais.



Capítulo 6 - Torcida

Título XIX – Definições

Art. 22º: A Melhor Torcida é uma modalidade que avaliará o espírito esportivo, organização e participação das equipes.

Título XX - Critérios de Avaliação

Art. 23º: A comissão avaliadora considerará:

- Uniformidade e identidade visual.
- Cânticos e animação.
- Respeito aos adversários e espírito esportivo.
- Participação em eventos (abertura, encerramento, desfiles, shows, jogos e atividades gerais).

Art. 24º: Serão premiados os três melhores colocados.

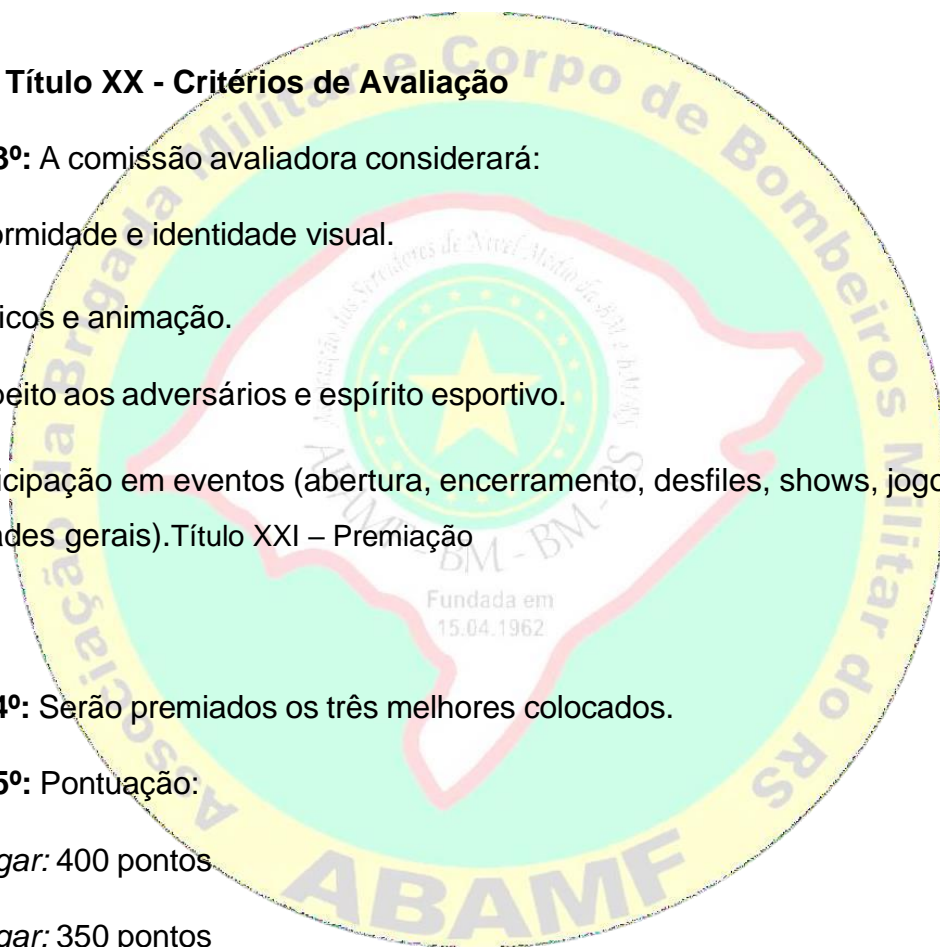
Art. 25º: Pontuação:

- 1º lugar: 400 pontos
- 2º lugar: 350 pontos
- 3º lugar: 250 pontos

Título XXII - Disposições Finais

Art. 26º: A comissão avaliadora tem autoridade para resolver disputas.

Art. 27º: Decisões da comissão são finais.



Capítulo 7 - Crosfit

Título XXIII – Definições

Art. 28º: O Crosfit é uma modalidade esportiva que avaliará o condicionamento físico dos participantes.

Título XXIV – Organização

Art. 29º: A comissão avaliadora será constituída pelo Diretor da Colônia de Férias e especialistas em condicionamento físico.

Art. 30º: A comissão definirá os exercícios e critérios de avaliação.

Título XXV - Exercícios e Avaliação

Art. 31º: Os exercícios serão iguais para homens e mulheres.

1. Levantamento de Peso Unilateral (Single-Arm Overhead Snatch)

- Objetivo: Levantar um peso com uma mão desde o chão até acima da cabeça.
- Técnica: Segurar o peso com uma mão, joelhos ligeiramente dobrados, costas retas. Levantar o peso, passando por baixo do corpo, até acima da cabeça, com braço estendido.
- Repetições: Contadas por cada levantamento bem-sucedido.
- Duração: 1 minuto de exercício e 15 segundos.de descanso.

2. Flexão de Braço

- Objetivo: Realizar flexões de braço, tocando o peito no chão.
- Técnica: Posicionar-se em decúbito dorsal, mãos sob os ombros, levantar o corpo até estender os braços.
- Repetições: Contadas por cada flexão bem-sucedida.
- Duração: 1 minuto de exercício e 15 segundos.de descanso.

3. Burpe

- Objetivo: Realizar um burpe completo, com salto final.
- Técnica: Posicionar-se em pé, agachar, fazer uma flexão, retornar ao agachamento e saltar.
- Repetições: Contadas por cada burpe bem-sucedido.
- Duração: 1 minuto de exercício e 15 segundos.de descanso.

4. Tombamento de Pneu (Tire Flip)

- Objetivo: Tombamento de um pneu grande de um lado para outro.
- Técnica: Posicionar-se ao lado do pneu, agarrar com as mãos, levantar e virar o pneu.
- Repetições: Contadas por cada tombamento bem-sucedido.
- Duração: 1 minuto de exercício e 15 segundos de descanso.

Art. 32º: A avaliação considerará tempo, técnica e desempenho.

Título XXVI – Premiação

Art. 33º: Serão premiados os três melhores colocados de cada gênero (masculino e feminino).

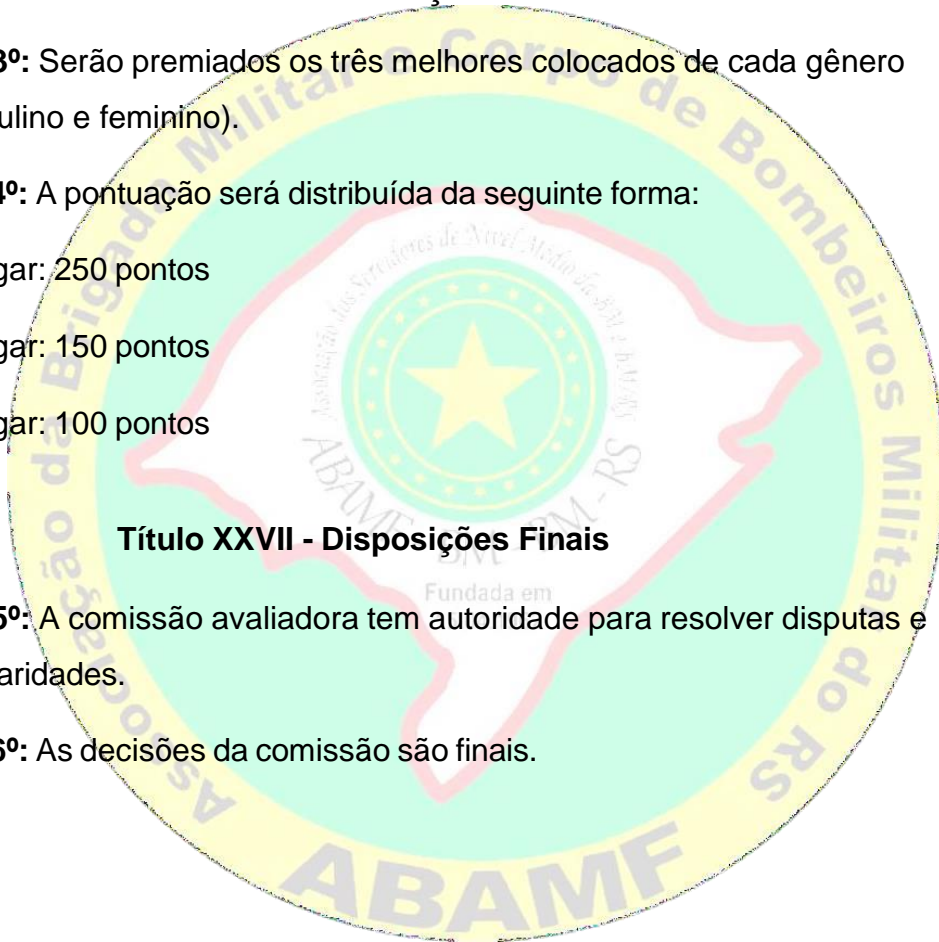
Art. 34º: A pontuação será distribuída da seguinte forma:

- 1º lugar: 250 pontos
- 2º lugar: 150 pontos
- 3º lugar: 100 pontos

Título XXVII - Disposições Finais

Art. 35º: A comissão avaliadora tem autoridade para resolver disputas e irregularidades.

Art. 36º: As decisões da comissão são finais.



Anexo “A”

Futebol de areia:

Regras convencionadas para a Copa ABAMF 2025.

Tempo de Jogo e Intervalo:

Tempo de jogo de 10 (dez) minutos cada tempo, com intervalo de 3 (três) minutos entre os tempos.

Tiro de Meta:

O tiro de meta será cobrado pelo goleiro, sendo executado apenas com as mãos. Para entrar em jogo, a bola deverá ser arremessada para fora da área do goleiro. Se seu companheiro de equipe a receber dentro da própria área, o árbitro solicitará nova cobrança. Se o goleiro cobrar este tiro com o pé ou fizer cera na reposição da bola, o árbitro marcará uma falta no meio da quadra contra sua meta.

Lateral:

A cobrança de lateral, pode ser cobrada com os pés, porém também pode ser cobrada com as mãos.

Recuo para o goleiro:

O goleiro poderá agarrar a bola recuada de seu companheiro de equipe uma única vez. Caso ele agarre a bola em um segundo recuo vindo do mesmo jogador, será cobrada uma falta do meio do campo contra seu gol, e todos os atletas se posicionarão antes da linha do meio.

Goleiro-linha:

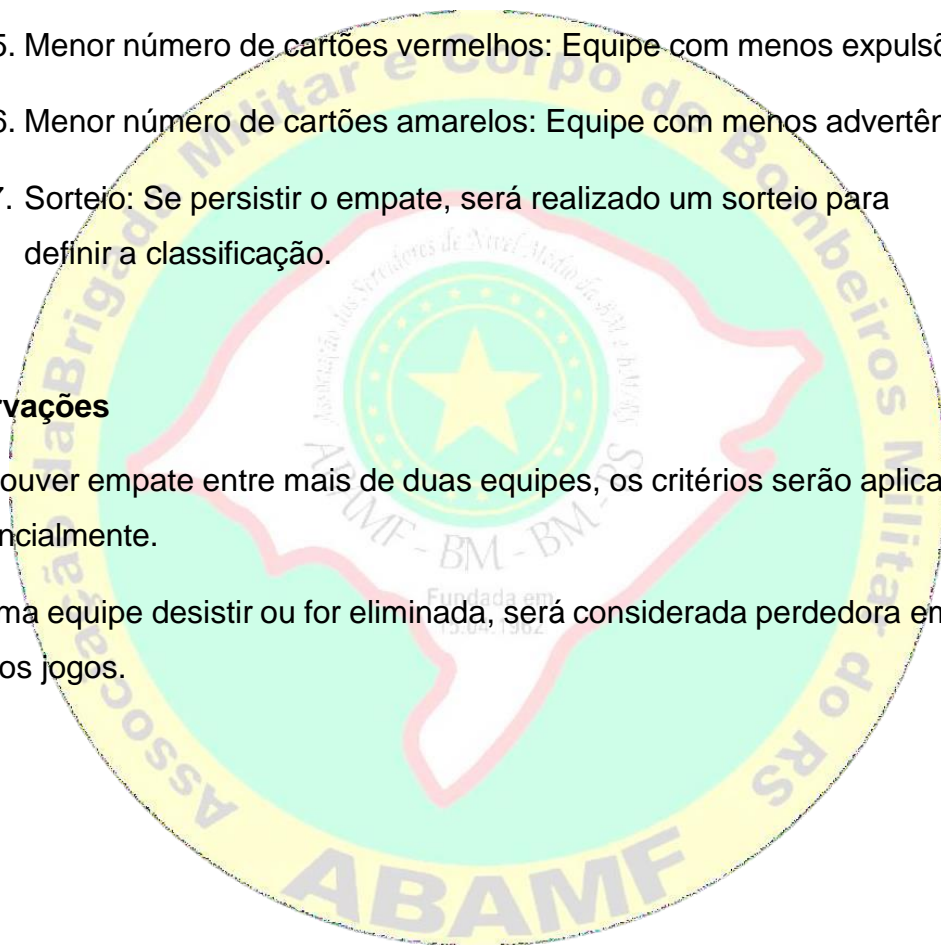
O goleiro, quando tem a posse da bola na sua área, tem 4 segundos para colocar a bola em jogo. Em caso de evolução com a bola como um goleiro-linha, ele terá mais 4 segundos para passar a bola para algum companheiro ou finalizar em gol. O goleiro não poderá mais usar as mãos na jogada caso escolha jogar com os pés.

Critérios de Desempate

1. Número de vitórias: Maior quantidade de vitórias.
2. Saldo de gols: Maior diferença entre gols marcados e sofridos.
3. Gols marcados: Maior número de gols marcados.
4. Confronto direto: Resultado do jogo entre as equipes empatadas.
5. Menor número de cartões vermelhos: Equipe com menos expulsões.
6. Menor número de cartões amarelos: Equipe com menos advertências.
7. Sorteio: Se persistir o empate, será realizado um sorteio para definir a classificação.

Observações

- Se houver empate entre mais de duas equipes, os critérios serão aplicados sequencialmente.
- Se uma equipe desistir ou for eliminada, será considerada perdedora em todos os jogos.



Anexo “B”

vôlei de praia:

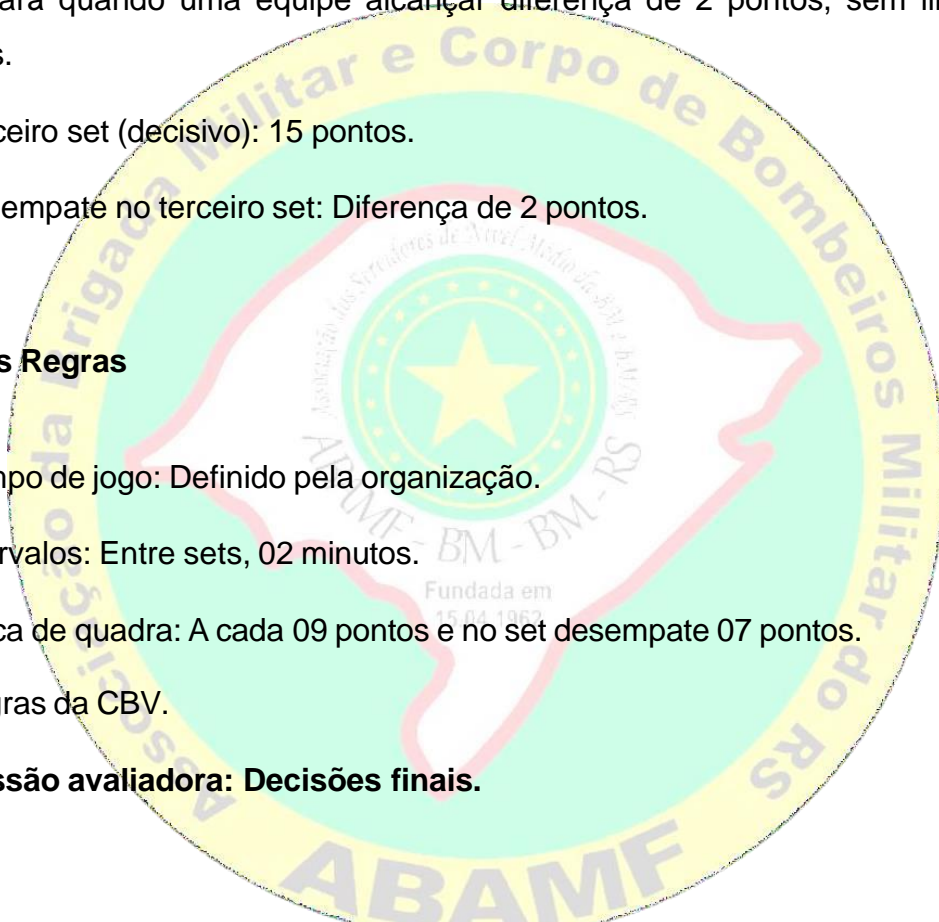
Regras Gerais

1. Duração dos sets: Dois primeiros sets de 18 pontos cada.
2. Desempate nos primeiros sets: Em caso de empate em 18 pontos, o set terminará quando uma equipe alcançar diferença de 2 pontos, sem limite de pontos.
3. Terceiro set (decisivo): 15 pontos.
4. Desempate no terceiro set: Diferença de 2 pontos.

Outras Regras

1. Tempo de jogo: Definido pela organização.
2. Intervalos: Entre sets, 02 minutos.
3. Troca de quadra: A cada 09 pontos e no set desempate 07 pontos.
4. Regras da CBV.

Comissão avaliadora: Decisões finais.



Anexo “C”

Pontuação da bocha:

1. Pontuação: Equipe com bocha mais próxima do bolim (bola branca) marca pontos.
2. Valoração: Cada bocha mais próxima do bolim do que qualquer bocha adversária vale 2 pontos.
3. Objetivo: Marcar o maior número de pontos possíveis em cada jogada.
4. Vitória: Equipe que atinge 11-15 pontos (conforme regra do campeonato) vence.

Regras Específicas

1. Número de bochas: Cada equipe tem 4 bochas.
2. Cor das bochas: Cada equipe tem cores distintas.
3. Lançamento: Jogadores lançam as bochas alternadamente.
4. Medição: Distância entre bocha e bolim é medida para definir pontuação.

Disposições Finais

1. Empate: Desempate conforme regra do campeonato.
2. Comissão avaliadora: Decisões finais.
3. Regras adicionais: Definidas pela comissão.

