

Punhobol – Regras de jogo

Validas a partir de 01 de abril 2023

Punhobol é um jogo coletivo

2 equipes compostas por 5 jogadores cada jogam uma contra a outra em uma quadra dividida em 2 metades por uma linha central marcada e uma rede ou corda a uma altura de 2 metros para homens e 1,90 metros para mulheres.

O objetivo de cada equipe é rebater a bola sobre a rede (corda) de forma que o adversário não consiga retornar.

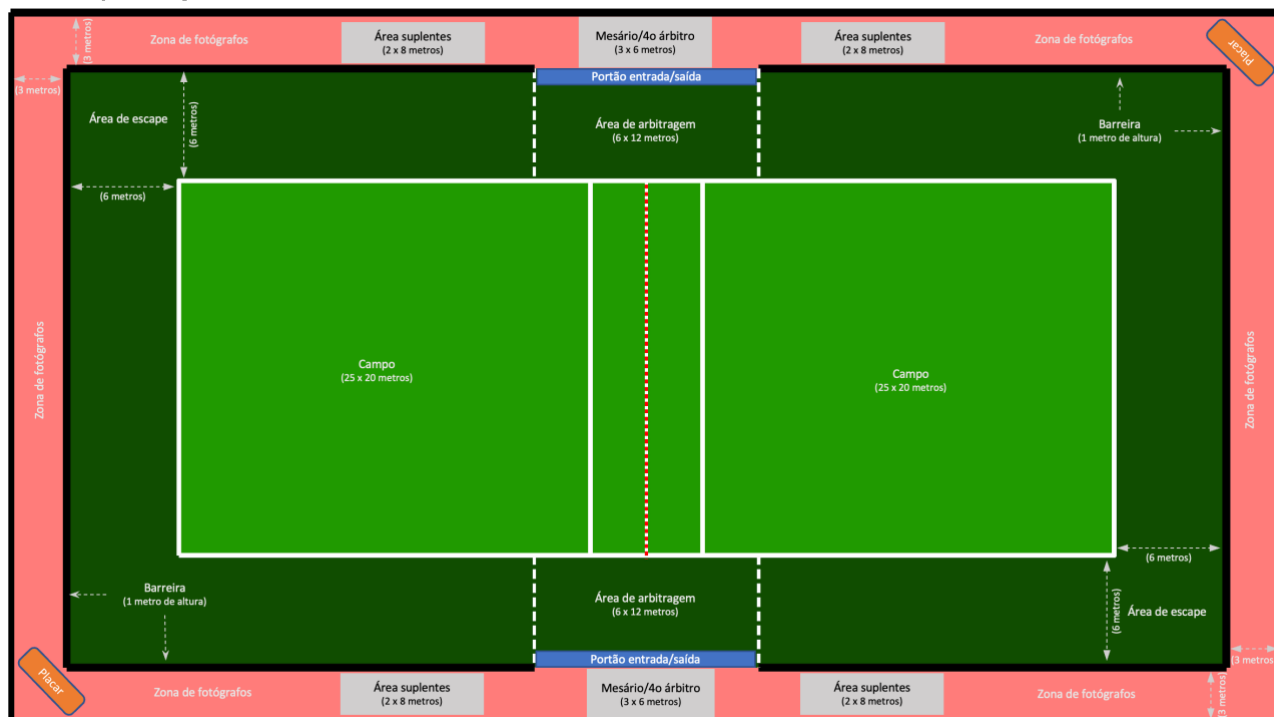
Uma jogada/rally continua até que uma equipe cometa um erro ou ocorra uma interrupção.

Cada erro cometido por uma equipe conta como um ponto para a equipe adversária.

O vencedor é a equipe que:

- Ganhou 2, 3, 4 ou 5 sets em uma partida por set.
- Marcou mais pontos em uma partida por tempo.

Quadra / campo



REGRAS DE JOGO

As regras são válidas tanto para partidas no campo (outdoor) como no ginásio (indoor). Alterações e suplementos devido a jogos em ginásio são descritos separadamente. Disposições especiais para jovens são estabelecidas no adendo.

1 Quadra e Material de Jogo

1.1 A quadra é um retângulo marcado, com 50 metros de comprimento e 20 metros de largura. A superfície deve ser um campo gramado plano e nivelado.

Partidas sob holofotes são permitidas.

Ginásio / Indoors

A quadra é um retângulo marcado, com 40 metros de comprimento e 20 metros de largura. As associações membros são livres para especificar tamanhos menores.

1.1.1 A quadra é dividida por uma linha central em dois campos, um para cada equipe. Cada metade tem uma linha de saque marcada paralelamente a esta linha central a uma distância de 3 metros.

1.1.2 As linhas de limítrofes, a linha central e as linhas de serviço devem estar claramente marcadas. As linhas limítrofes fazem parte da quadra. A linha central pertence a ambas os lados.

Uma bola tocando essas linhas é considerada "dentro".

Ginásio / Indoors

É considerado erro se a bola tocar na parede.

Toda a cobertura do ginásio pertence a quadra. Na recepção e no passe uma bola que a toca, pode continuar a ser jogada. O toque no saque ou no ataque é erro da equipe que o executou. Todas as instalações que não podem ser removidas pertencem ou as paredes ou a cobertura.

1.1.3 As linhas devem ter entre 10 centímetros (5 centímetros para partidas internas) e 15 centímetros de largura.

1.2 Entre dois postes verticais, livremente posicionados nas intersecções da linha central com as linhas laterais está firmemente esticada, a 2 m de altura para homens e 1.90 m para mulheres:

- Uma **rede**, que tem entre 3 centímetros e 6 centímetros de largura se medida verticalmente, ou
- Uma **fita** que tem entre 3 centímetros e 6 centímetros de largura, se medida verticalmente, ou
- Uma **corda** que está entre 5 milímetros e 8 milímetros de espessura, se medido verticalmente.

Redes (fitas, cordas) só podem ser aceitas se forem facilmente distinguíveis por uma coloração clara e escura em intervalos de 15 a 20 centímetros.

Ginásio / Indoors

Caso não seja possível a utilização de postes independentes, os postes também podem ser fixados no chão ou na parede.

Se os postes não puderem ser fixados na intersecção da linha central e da linha limite, este ponto deve ser marcado pelos chamados "postes substitutos". (por exemplo, postes de salto em altura).

Não é considerado erro se a bola ou qualquer jogador tocar a fixação ou qualquer outro poste fora da intersecção marcada.

O prolongamento da rede (fita/corda) é considerado como ancoragem; portanto, os contatos de jogadores com este alongamento não são erros, enquanto o contato da bola ou de um jogador com as partes dos postes com mais de 2 metros é considerado erro.

- 1.3 Espectadores, quadras vizinhas e outras barreiras devem estar a pelo menos 6 metros de distância das linhas laterais e das linhas de base. A área de escape deve ser claramente marcada por uma linha tracejada.

Ginásio / Indoors

A área de escape deve ser de pelo menos 0,50 metros (para as linhas laterais) e 1 metro (para as linhas de base).

- 1.4 A bola de punhobol é uma bola oca cheia de ar. Sua cor básica é o branco, mas até 20% da superfície pode ser composta por várias peças coloridas menores. A bola deve estar totalmente inflada.

Durante toda a partida, a bola deve atender aos requisitos estabelecidos no anexo.

As bolas usadas em partidas internacionais ou nas ligas mais altas das federações membros, devem atender a critérios adicionais estabelecidos pelo comitê e pela Comissão Técnica da Associação Internacional de Fistball (IFA).

- 1.5 Antes do início da partida, os capitães de ambas as equipes realizam o sorteio sob a supervisão do árbitro.

O vencedor escolhe:

- O lado ou
- Qual time tem o primeiro saque (“defender” ou “sacar”).

O outro capitão decide pela possibilidade restante. A equipe sacadora sempre escolhe todas as bolas apresentadas por uma das equipes para o primeiro set.

- 1.6 Cada equipe fornece pelo menos uma bola padrão. Todas as bolas são verificadas pelo árbitro antes do início do jogo e são ajustadas conforme necessário.

As bolas não utilizadas permanecem sob o controle do árbitro.

- 1.6.1 Se uma equipe não fornecer uma bola antes do início do jogo, ela não poderá introduzir sua própria bola durante o restante da partida.

- 1.6.2 Se nenhuma das equipes fornecer pelo menos uma bola padrão, a partida não será realizada. O organizador supervisor decide sobre as medidas punitivas a serem tomadas.

- 1.6.3 O árbitro decide qual bola das bolas selecionadas pela equipe deve ser jogada.

- 1.6.4 Se nenhuma das bolas selecionadas pela equipe estiver disponível, as bolas enviadas pelo adversário serão usadas.

Assim que pelo menos uma das bolas selecionadas estiver disponível, ela é recolocada ao jogo antes do próximo saque.

- 1.7 A IFA pode licenciar ou prescrever certos tipos de bolas, redes, fitas ou cordas para competições internacionais.

As federações nacionais membro podem fazer o mesmo para as competições nacionais.

Nota

As federações nacionais podem permitir alterações das regras acima sobre as dimensões da quadra e o peso da bola para competições femininas, seniores ou juniores, mas não para a altura da rede (fita/corda).

2 Equipe/Time

2.1 Uma equipe é composta por 5 jogadores e 5 suplentes que se tornam parte da equipa desde a sua primeira entrada no jogo. Pelo menos 4 jogadores devem jogar, mas um quinto pode entrar a qualquer momento (isso é conhecido como complementação).

2.1.1 As substituições entre os 10 jogadores podem ser feitas livremente.

2.1.2 A substituição só pode ser realizada no final de uma jogada. O treinador ou o capitão deve notificar o árbitro antes da substituição.

A substituição (entrada e saída) deve ser realizada na própria linha de 3 metros.

Ambas as equipes podem substituir se a partida for interrompida pelo árbitro.

Se a substituição for realizada sem avisar o árbitro ou se houver mais de 5 jogadores na quadra, o árbitro interrompe a jogada e concede um ponto aos adversários.

Se a equipe que não está sacando anunciar uma substituição, o árbitro deve impedir que ela ocorra antes do início da nova jogada.

2.1.3 As substituições devem ser realizadas sem demora.

2.2 Um jogador é o capitão da equipe e, portanto, deve ser marcado usando uma braçadeira apropriada. Ele (ela) é o único porta-voz da equipe durante a partida e é o responsável pela saudação antes e depois da partida.

2.2.1 O capitão continua a desempenhar as suas funções se for substituído, exceto quando tiver de abandonar o campo devido a lesão ou expulsão. Neste caso, a equipe deve nomear um novo capitão.

2.3 Cada equipe deve usar um uniforme com o mesmo desenho e cor de base. O uniforme é composto por camisa, calção e meias.

2.3.1 Kits de manga curta e manga longa são considerados uniformes.

2.3.2 O uso de calças compridas não é permitido. A Associação Internacional de Fistball – IFA ou as federações membro podem permitir calças diferentes, desde que todos os jogadores usem calças de mesmo formato e cor.

2.3.3 Calçados com pontas de metal são proibidos. Calçados e equipamentos de proteção (por exemplo, meias de compressão, calças de compressão, proteções de joelho/tornozelo/cotovelo/cabeça etc.) não são regulamentados.

3 Duração do jogo

3.1 O jogo é jogado em sets.

3.1.1 A partida termina assim que uma equipe vence **2, 3, 4 ou 5 sets**.

A quantidade de sets é determinada no edital ou no regulamento da respectiva competição.

3.1.2 Uma equipe vence um set se tiver conquistado **11 pontos** por uma margem de pelo menos dois pontos; caso contrário, o jogo continua até que um time lidere por dois pontos.

Um set termina assim que uma equipe ganha **15 pontos**, independentemente da margem, por exemplo. **15:14**.

3.1.3 Após o término do primeiro set, a escolha das bolas passa para a outra equipe. Após o final de cada set, a troca de lado e o primeiro saque são feitos

3.1.4 Se um set decisivo for necessário; um novo sorteio é realizado. Assim que uma equipe ganha 6 pontos, é feita a troca de lado, escolha das bolas apresentadas que serão utilizadas e troca de saque.

3.1.5 O intervalo entre os sets não deve exceder 90 segundos.

- 3.1.6 Os jogadores deixam a quadra em seus respectivos lados ao final de cada set e trocam de lado fora da quadra. Os jogadores entram na quadra somente após a instrução do árbitro (apito).

Exceção: Jogadores substitutos que se preparam para uma próxima substituição podem usar a quadra para sua preparação.

1a observação

A Associação Internacional de Fistball – IFA e as federações membro também podem limitar as partidas por tempo.

Neste caso, as cláusulas 3.1 a 3.1.5 são complementadas da seguinte forma:

- 3.2 Cada set termina após 10 minutos, mesmo que a diferença no placar não seja superior a um ponto.
- 3.2.1 Se um set terminar empatado, ele continua até que uma equipe vença por dois pontos.
- Se o tempo de um set terminar durante uma jogada, a jogada é interrompida e recomeça com o último saque.
- Se o fim do tempo de um set coincidir com o fim de uma jogada, a jogada seguinte começa com o serviço da equipe que cometeu a última erro.
- 3.2.2 O início e o fim de um “set” jogado por tempo são indicados acusticamente. Cada “set” é finalizado por um sinal, sendo os últimos cinco segundos contados.
- O tempo perdido devido a interrupções ou atrasos têm de ser somados ao final do mesmo set.

2a observação

Em casos excepcionais, as federações membro também podem permitir jogos com limite de tempo.

- 3.3 O tempo de jogo não é mais do que duas vezes quinze minutos.
- A pausa não deve exceder 90 segundos.
- O tempo perdido causado por paralisações ou atrasos deve ser adicionado ao final do mesmo tempo.
- Após o intervalo, é feita a troca de lado, escolha das bolas que serão utilizadas e troca de saque.
- 3.3.1 Caso a partida esteja empatada no final do jogo normal, a partida é estendida:
- Primeiro período da prorrogação: sorteio de acordo com a cláusula 1.5, tempo de jogo duas vezes cinco minutos. Se a prorrogação terminar empatada,
- Segue-se o segundo período da prorrogação: sorteio de acordo com a cláusula 1.5, tempo de jogo duas vezes cinco minutos. Se este prolongamento terminar novamente empatado, o jogo continua até que uma das equipes vença por dois pontos.
- Se o tempo de jogo terminar durante uma jogada, a jogada é interrompida e recomeça com o último saque.
- Se o fim do tempo de jogo coincidir com o fim de uma jogada, a próxima jogada começa com o saque da equipe que cometeu a última erro.
- O intervalo entre esses tempos extras não deve exceder 90 segundos. Durante os tempos extras não há intervalo.
- 3.4 Nas partidas de acordo com as cláusulas 3.1, cada equipe tem direito a um pedido de tempo (time out) de 30 segundos por set após a finalização de uma jogada e após notificação do árbitro.
- Os jogadores devem deixar a quadra. Salvo disposição em contrário, os tempos limite são realizados na área de escape (run-out) no lado do árbitro da partida.

4 Jogada

- 4.1 Cada jogada começa com um saque e termina com a ocorrência do primeiro erro, o fim de um tempo ou outro tipo de paralização.
- 4.1.1 Após um erro, o saque passa para a equipe que cometeu a erro. Após uma interrupção, o último serviço é repetido.

Nota

O termo "outro tipo de paralização" entenda-se qualquer interrupção que não seja causada por erros de jogadas, por exemplo, obstrução por espectadores ou violência entre jogadores.

- 4.2 Somente se contam pontos para erros cometidos durante uma jogada. (exceção: cláusula 10.2.1).
- 4.3 É considerado erro se um jogador ou a bola tocar a rede (fita/corda) ou os postes durante uma jogada.
- 4.4 Cada bola que toca o solo fora da quadra marcada é considerada erro da equipe que a tocou por último.
Se a bola tocar uma pessoa que não joga, é considerada como tendo tocado o solo. É considerado erro da equipe que a tocou por último. O mesmo vale se o fato ocorre dentro do espaço de jogo, desde que, claramente, a equipe com direito a jogada não tenha mais condições de alcançá-la.
Em todos os outros casos, pegar a bola é considerado como obstrução.
- 4.5 É considerado um erro se um jogador entrar no campo adversário durante uma jogada sem estar diretamente envolvido na jogada.

5 Rebatida

- 5.1 Entende-se como rebatida cada toque na bola, de curta duração, no punho ou braço. A bola não deve ser empurrada.
- 5.2 A bola só pode ser tocada/rebatida uma vez com o punho ou braço.
- 5.3 As pontas dos dedos devem tocar a palma da mão e o polegar deve estar posicionado ao lado da palma durante cada toque com o punho. Se o contato com a bola for feito com o braço, a mão pode ser aberta.

6 Saque

- 6.1 O serviço pode ser realizado por qualquer jogador.
- 6.2 O sacador deve soltar a bola claramente rebatendo-a diretamente sobre a rede (fita/corda).
O saque é considerado iniciado assim que a bola sai da mão de um jogador com a intenção de sacar e termina quando o mesmo jogador bate na bola.
- 6.2.1 O saque é válido se a bola tocar o solo dentro do campo adversário ou se tocar um adversário dentro ou fora do seu campo.
- 6.3 O saque pode ser executado parado, andando, correndo ou pulando.
Correr e pular, no entanto, são permitidos apenas se o primeiro contato com o solo após o saque ocorrer atrás da linha de saque.
Se em um saque parado o jogador perder contato com o solo, o primeiro contato com o solo deve ser atrás da linha de saque.
Se um jogador que perdeu contato com o solo durante a execução do seu saque e toca o solo simultaneamente com os dois pés (um pé na frente da linha de saque – o outro atrás) após o saque – isso NÃO é considerado um erro.
Um saque parado constitui o contato inicial com o solo se o pé de apoio não estiver envolvido no segundo contato com o solo.

Um saque andando é considerado como um saque executado parado, portanto, é permitido de acordo com o parágrafo anterior.

- 6.3.1 Durante o saque nenhum jogador da equipe sacadora pode estar no campo adversário.
- 6.3.2 A linha de saque, o espaço entre a linha central e a linha de saque e o terreno fora da quadra não podem ser pisados pelo sacador antes do primeiro contato com o solo após o saque.
- 6.4 O serviço deve ser iniciado e executado sem demora.
- 6.4.1 Se um saque foi iniciado, mas não executado porque a bola não foi rebatida, isso é considerado um erro.

7 Retorno e Passe

- 7.1 Dentro de cada tempo, a bola
 - só pode ser tocada uma vez por cada jogador.
 - não pode ser tocada com mais frequência do que três vezes no total.
 - não pode tocar o solo mais de uma vez antes de cada contato.
- 7.1.1 Se dois jogadores de uma equipe tocarem a bola simultaneamente, isso é considerado como dois toques.
- 7.2 O retorno da bola é válido se for rebatido sobre da rede (fita/corda) e tocar o solo dentro do campo adversário ou tocar um adversário dentro ou fora da quadra.
- 7.2.1 Uma bola rebatida diretamente por baixo da rede (fita/corda) para o campo adversário é considerada erro no momento em que cruzar a linha central (sob a rede).
- 7.3 Bater na bola por sobre a rede (fita/corda) é permitido desde o próprio meio-campo.
- 7.4 Uma equipe pode tocar a bola que foi tocada pelo adversário no campo adversário, ou que tocou o solo no campo adversário, mesmo que ainda não tenha ultrapassado a rede (fita/corda).
- 7.5 O retorno de uma bola por baixo da rede (fita/corda) é permitido se ela quicar da própria metade para o lado do adversário abaixo da rede (fita/corda) mas ainda não tiver tocado o solo.
- 7.5.1 O retorno de uma bola do campo adversário para o seu campo por sobre a rede (fita/corda) é considerado erro.
- 7.5.2 Uma bola que quicou do próprio campo para o adversário sob a rede, não pode ser rebatida pelos adversários antes de tocar o solo. Esta regra não se aplica se a bola tiver tocado o solo no próprio campo após o segundo contato.
- 7.6 Se uma bola, imediatamente após um bloqueio, toca:
 - a rede (fita/cordão),
 - os postes,
 - a linha central,
 - o solo fora da quadra,
 - ou se cruzar diretamente a linha central por baixo da rede (fita/corda),, isso não é considerado um erro. O último serviço é repetido.

Ginásio / Indoors

Se a bola tocar o teto ou a parede fora da quadra após um bloqueio, isso não é considerado erro. O último serviço é repetido.

Nota

Um bloqueio será definido da seguinte forma: se ambos os jogadores tocarem a bola simultaneamente ou, sem que o árbitro identifique quem a tocou por último.

- 7.6.1 Após um bloqueio, a equipe e o jogador de bloqueio em cuja quadra a bola tocou, ainda podem rebater a bola três vezes.

- 7.7 Se a bola cruzou os limites da linha lateral ou da linha de base após um passe ou retorno, ela ainda pode ser rebatida, desde que não toque o solo. A bola pode ser passada para outro jogador ou devolvida diretamente sobre a rede (fita/corda).
- 7.8 Se um jogador for obstruído por um adversário, isso é considerado como seu ponto. Se um jogador ainda puder bater na bola, esse jogador tem precedência e não pode ser obstruído no campo adversário.
- 7.8.1 Se o impedimento ocorrer de forma involuntária e não por culpa própria (inevitável devido ao desenrolar do jogo), implica a repetição do último ponto.
- 7.8.2 Se um jogador ou uma jogada é obstruída por espectadores, árbitros ou quaisquer outras barreiras dentro da quadra ou na área de escape, isso não é considerado um erro. O último serviço é repetido. Obstruções por membros de sua própria equipe, substitutos ou treinadores são consideradas erro.

8 Marcação de Pontos

- 8.1 Cada erro conta como um ponto para a equipe adversária.
- 8.2 Os pontos conquistados são registrados na súmula usando algarismos arábicos, em sequência.
- 8.2.1 Exemplo:

A	1		2	3					4	5		6	7			8	9		10	11	A	
B		1			2	3	4	5			6			7	8			9				B

9 Árbitro

- 9.1 Cada partida é supervisionada por pelo menos um árbitro, sendo auxiliado por dois bandeirinhas e um apontador.
Um Árbitro Assistente de Vídeo "VAR" pode ser usado. Todas as revisões de vídeo serão iniciadas pelo árbitro principal e gerenciadas por um árbitro de vídeo.

Nota: Outros regulamentos nos quais são usados mais árbitros são definidos no "Regulamento da Competição (competition rules)". Suas responsabilidades são definidas na "Ordem do Árbitro da IFA (Referee Order)".
- 9.2 O árbitro zela pelo cumprimento das regras e toma decisões a seu critério. O Árbitro também pode ser auxiliado pelo arbitro de linha.
As decisões do árbitro principal são indiscutíveis.
- 9.2.2 O árbitro inicia e encerra a partida e tem o direito de interrompê-la e suspendê-la. O árbitro indica interrupções, tempo extra e pontos apitando, gritando ou entrando na quadra.
A duração do tempo extra deve ser anunciada imediatamente após a jogada (interrupção) ou o atraso.
- 9.2.3 Cada ponto e sua justificativa devem ser sinalizados pelo árbitro com os braços e mãos. Ao mesmo tempo, ele aponta na direção da equipe que ganhou o ponto.
Se o árbitro decidir que o último saque seja repetido, isso é indicado apontando na direção de ambas as equipes.
O árbitro supervisiona o mesário para garantir a pontuação correta e cuida para que a pontuação seja constantemente anunciada ou exibida.
- 9.2.4 O árbitro fica fora da quadra durante a partida. Exceção: cláusula 9.2.2
- 9.2.5 O árbitro anuncia o resultado após o final da partida.

O árbitro, o apontador/mesário e os dois capitães devem testemunhar a exatidão dos registros na súmula de jogo por meio de suas assinaturas.

9.3 Os árbitros de linha ficam nos cantos das linhas laterais opostas ao árbitro. Eles ajudam o árbitro a supervisionar a partida e indicam quando uma bola toca o solo fora das linhas limítrofes levantando uma bandeira ou braço, bem como apontando para baixo (na linha) se a bola tocar a linha limítrofe ou dentro da quadra.

9.4 O apontador/mesário fica de pé ou sentado perto do árbitro e marca os pontos para ambas as equipes após a chamada do árbitro.

10 Penalidades

10.1 O árbitro tem o direito de punir o comportamento antidesportivo da seguinte maneira, de acordo com a gravidade da ofensa:

- Advertência (cartão amarelo);
- Suspensão, até que ambas as equipes somem 10 pontos (cartão amarelo e vermelho);
- Expulsão (cartão vermelho).

10.1.1 Um jogador suspenso não pode ser substituído durante o tempo da suspensão.

Se a equipe que recebeu a suspensão não tiver o direito de sacar após a jogada e suspensão, o árbitro interrompe a partida para permitir que a equipe complete de acordo com a cláusula 2.1.2 parágrafo 3.

Se durante uma suspensão um segundo jogador for suspenso ou desqualificado, a partida deve ser interrompida.

10.1.2 Um jogador que foi expulso não pode ser substituído na mesma partida.

10.1.3 Treinadores e gerente podem ser penalizados por comportamento antidesportivo por advertência (cartão amarelo) ou desqualificação (cartão vermelho).

10.2 O árbitro adverte a equipe ao primeiro sinal de táticas de retardamento (cláusulas 2.1.3 ou 6.4). A advertência é comunicada ao capitão da equipe.

10.2.1 Todas as táticas de atraso adicionais são punidas com um ponto para o adversário (bola de punição).

10.2.2 Em uma partida por tempo, a soma de todos os atrasos deve ser adicionada como prorrogação.

Anexo –

Regulamento por faixa etária, tamanho da quadra, altura da rede, peso da bola, contatos da bola, pressão da bola, número de jogadores e linha de saque:

NOVA a partir de 01.04.2023							
Idade grupo *)	Quadra (m)	Altura rede (m)	Peso da bola (g)	Contatos com a bola	Pressão de ar (bars)	Número de jogadores	Linha de saque
Masculino: U18, U21, Adulto, Masters	50x20	2,00	350 +/- 10	3	0.55 - 0.7	5	3m
Feminino: U18, U21, Adulto, Masters	50x20	1,90	320 +/- 10	3	0.55 - 0.7	5	3m
U16 m	50x20	2,00	320 +/- 10	3	0.55 - 0.7	5	3m
U16 f	50x20	1,90	320 +/- 10	3	0.55 - 0.7	5	3m
U14 m/f	40x20	1,80	290 +/- 10	3	0.55 - 0.7	5	3m
U12 m/f	28x15 ***)	1,60	260 +/- 10	3/4 **)	0.3 - 0.5	3-5 **)	3m
U10 m/f	18x9 ***)	1,50	240 +/-10	3/4 **)	0.2 - 0.3	3-5 **)	3m
U8 m/f	12x6 ***)	1,30	220 +/-10	3/4 **)	0.2- 0.3	3-5 **)	2m

*) de acordo com as regras de competição da IFA (IFCR), cláusula 4.1.3

***) a ser decidido pela federação membro

***) proposta da IFA. As Federações Membros podem usar dimensões alternativas, se necessário.

Significado dos Asteriscos: As federações só podem decidir sobre o tamanho da quadra, contatos da bola e número de jogadores – não sobre a altura da rede, peso da bola, pressão do ar e linha de serviço.

Editor: International Fistball Association (IFA)
 © Copyright and all rights reserved
 (Copies - even exceptional ones - require IFA's authorization)

Approved by the IFA Board of Directors dated 10 December 2022.