

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.

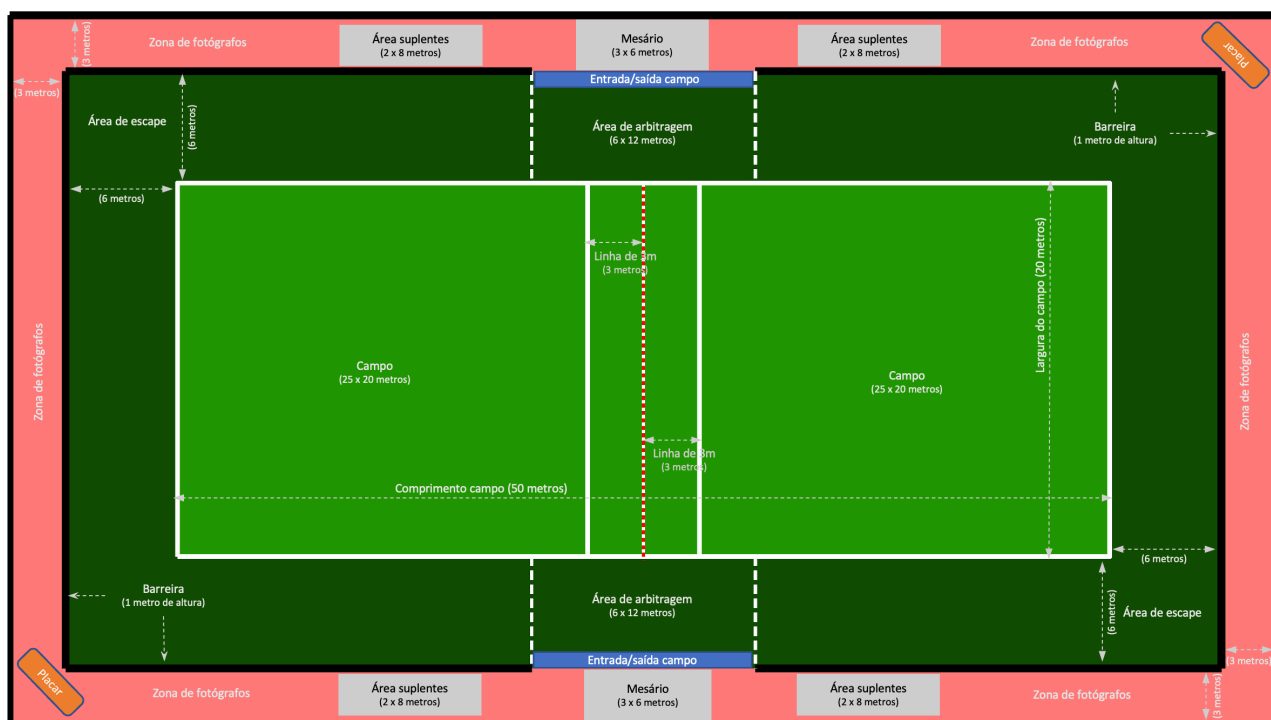
Cada erro cometido por uma equipe conta como um ponto para a equipe adversária.

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

Campo (POR)



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)	Circunferência da bola (cm)	Contatos com a bola	Pressão de ar (bars)	Número de jogadores	Linha de saque
Masculino: U18, U21, Adulto, Masters	50x20	2,00	350 +/- 10	65-68	3	0.55 - 0.7	5	3m
Feminino: U18, U21, Adulto, Masters	50x20	1,90	320 +/- 10	65-68	3	0.55 - 0.7	5	3m
U16 m	50x20	2,00	320 +/- 10	65-68	3	0.55 - 0.7	5	3m
U16 f	50x20	1,90	320 +/- 10	65-68	3	0.55 - 0.7	5	3m
U14 m/f	40x20	1,80	290 +/- 10	65-68	3	0.55 - 0.7	5	3m
U12 m/f	28x15 ***)	1,60	260 +/- 10	65-68	3/4 **)	0.3 - 0.5	3-5 **)	3m
U10 m/f	18x9 ***)	1,50	240 +/-10	60-68	3/4 **)	0.2 - 0.3	3-5 **)	3m
U8 m/f	12x6 ***)	1,30	220 +/-10	60-68	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.