



# LIVRO DE REGRAS

**Em vigor a partir de 17 de Janeiro de 2011**

**Alteração:**

**Regra 5, pontos 5 e 6 (eliminados)**

**Regra 5, ponto 8 (alteração) – passou a regra 5 ponto 6**

**Aprovado a 26 de Novembro de 2011**

**Em vigor a partir de 15 de Dezembro 2011**

## CAPITULO I

### Da Tutela e Âmbito

#### Regra 1

##### (Tutela)

1. A Federação Portuguesa de Dança Desportiva, FPDD é o órgão máximo de administração, organização e/ou autorização de todas as competições e eventos de Dança Desportiva em Portugal.
2. A FPDD tem o Estatuto de Utilidade Pública Desportiva, UPD, sendo a instituição reconhecida pelo Instituto do Desporto de Portugal I.P., membro da Federação Internacional de Dança Desportiva, IDSF, do Comité Olímpico de Portugal, COP e da Confederação do Desporto de Portugal, CDP.

#### Regra 2

##### (Âmbito)

1. A época desportiva começa no dia 1 de Janeiro e termina no dia 31 de Dezembro desse mesmo ano.
2. As regras estabelecidas no presente documento, aplicam-se a todas as competições, campeonatos, taças, festivais, assim como, eventos organizados por qualquer membro da FPDD, ou mesmo não membro, devidamente autorizado.
3. São responsáveis pela observância das regras presentes neste regulamento:
  - a) Os órgãos sociais da FPDD;
  - b) Associações Distritais;
  - c) Associações Representativas de Agentes Desportivos;
  - d) Clubes, Escolas membros da FPDD;
  - e) Presidentes de Júri, Juizes de Prova, Treinadores/Professores e Atletas membros da FPDD;
  - f) Todos os agentes desportivos.
4. Em eventos especiais, a direcção da FPDD pode estabelecer com a organização regras diferentes, ou até regulamento próprio independente do presente documento. Nestes casos, as normas têm carácter de excepção, não devendo ser assumidas como definitivas. As regras de excepção não podem também, ser aplicadas a iniciativas que não estejam especificamente previstas.

5. Todos os clubes, atletas, Juizes de Prova e Presidentes de Júri que participem nas provas desportivas e/ou eventos reconhecidos, autorizados ou organizados pela FPDD têm que ser membros da FPDD ou de uma Federação congénere membro da IDSF.
6. As situações que não estão especificamente previstas e regradas neste regulamento, deverão ser apresentadas à Direcção da FPDD para posterior decisão.

### **Regra 3**

#### **(Seguro Desportivo)**

1. O seguro desportivo actualizado e atestado médico, em impresso modelo do IDP, são obrigatórios para todos os praticantes.
2. O seguro desportivo actualizado é obrigatório para todos os dirigentes e agentes desportivos.

## **CAPITULO II**

### **Da Competição**

#### **Regra 4**

#### **(Escalaões)**

1. Os escalaões de Dança Desportiva são definidos pela idade do atleta mais velho do par, com excepção do escalaão Sénior e da categoria Profissional.
2. Os escalaões são designados e definidos da seguinte forma:
  - Juvenis I: atingem o 8º aniversário, ou menos, nessa época.
  - Juvenis II: atingem o 9º, 10º ou 11º aniversário nessa época.
  - Júnior I: atingem o 12º ou 13º aniversário nessa época.
  - Júnior II: atingem o 14º ou 15º aniversário nessa época.
  - Juventude: atingem o 16º, 17º ou 18º aniversário nessa época.
  - Adultos: atingem o 19º aniversário ou mais nessa época.
  - Sénior I: ambos atingem o 35º aniversário ou mais nessa época.
  - Sénior II: ambos atingem o 45º aniversário ou mais nessa época.
  - Sénior III: Um dos elementos do par atinge o 55º aniversário ou mais nessa época e o outro elemento atinge o 45º aniversário ou mais nessa época.
3. Um atleta tem de dançar no escalaão imediatamente a seguir, caso o parceiro pertença ao referido escalaão. Não pode, no entanto, dançar num escalaão dois ou mais níveis acima do seu.

4. Caso a parceria termine o atleta poderá regressar ao escalão imediatamente anterior, desde que a sua idade o permita. O presente ponto não se aplica ao escalão Sénior I e II.
5. Pode o promotor de um evento solicitar atempadamente à Direcção da FPDD a autorização para juntar os escalões:
  - a) Juvenis I e Juvenis II, assumindo a designação de Juvenis;
  - b) Júnior I e Júnior II, assumindo a designação de Juniores;
  - c) Juventude e Adultos, assumindo a designação de Adultos;
  - d) Sénior I, Sénior II e Sénior III, assumindo a designação de Seniores;
  - e) Adultos e Sénior I, assumindo a designação de Adultos.
6. Nas provas IDSF promovidas em Portugal, as regras a aplicar são as da Federação Internacional de Dança Desportiva.

## **Regra 5** **(Categorias)**

1. As categorias classificam os atletas no seu grau de experiência.
2. Existem as seguintes categorias:
  - a) Iniciado;
  - b) Intermédio;
  - c) Open;
  - d) Profissional.
3. As categorias definem-se:
  - a) Iniciado – Esta categoria existe nos escalões Junior I e II, Juventude, Adultos e Séniores I, II e III;
  - b) Intermédio – Esta categoria existe nos escalões Junior I e II, Juventude, Adultos e Séniores I, II e III;
  - c) Open – Esta categoria existe nos escalões Junior I e II, Juventude, Adultos, Séniores I, II e III;
  - d) Profissional – Trata-se de uma categoria distinta de todas as outras. Nesta categoria ambos os elementos do par têm mais de 18 anos de idade, experiência competitiva mínima de três épocas na categoria Open ou reconhecido valor noutra entidade.
4. Os atletas quando se inscrevem pela primeira vez na FPDD iniciam o seu percurso na categoria de iniciados ou nos escalões Juvenis I ou II.

5. Os atletas da categoria Iniciado e Intermédio, no final da época, podem requerer a subida de categoria.
6. Os atletas do escalão Juvenis II, que passem para o escalão de Júnior I e não desejem passar para a categoria Open, podem requerer a permanência na categoria de Intermédio.
7. Os atletas que desejem começar a sua carreira competitiva numa categoria diferente de Iniciado, podem fazê-lo, desde que apresentem carta de reconhecimento de um treinador com licença FPDD para entrar na categoria pretendida.
8. Qualquer requerimento previsto nesta regra de mudança ou permanência em determinada categoria apenas será considerado se for apresentado à Direcção da F.P.D.D. por escrito pela Associação Distrital correspondente.
9. Nos casos de ausência de Associação, o requerimento deve ser apresentado à Direcção da FPDD pela Escola ou Clube a que o atleta pertence.
10. Nos casos de ausência de Associação e/ou Clube/Escola, o requerimento deve ser apresentado à Direcção da FPDD pelo atleta.
11. Os requerimentos devem ser recepcionados no prazo mínimo de 15 dias antes do início da época ou no acto de inscrição, para os casos de inscrição no decorrer da época.
12. Depois de dançar numa categoria superior o atleta não poderá voltar a uma categoria inferior. A hierarquia das categorias é respectivamente Iniciado, Intermédio, Open e Profissional.
13. É permitido a um atleta dançar nas disciplinas de Standard e Latino-Americanas, em categorias diferentes. Nesta situação não pode participar nas provas da disciplina das Dez Danças. Exceptua-se neste ponto a categoria Profissional, que têm pertencer a esta categoria em qualquer disciplina.
14. A FPDD pode criar pontualmente novas categorias não previstas neste regulamento.
15. Nas provas internacionais IDSF, promovidas em Portugal, o promotor do evento pode solicitar à Direcção da FPDD a autorização especial para a participação de pares das categorias Iniciado e/ou Intermédio nas respectivas categorias Open.

**Regra 6**  
**(Disciplinas)**

1. As provas de Dança Desportiva podem ser disputadas nas seguintes disciplinas:
  - a) Standard;
  - b) Latino-Americanas;
  - c) Dez Danças.
2. As Danças Standard são:
  - a) Valsa Inglesa;
  - b) Tango;
  - c) Valsa Vienense;
  - d) Slow Foxtrot;
  - e) Quickstep.
3. As Danças Latino-Americanas são:
  - a) Samba;
  - b) Cha Cha Cha;
  - c) Rumba;
  - d) Paso Doble;
  - e) Jive.
4. Dez Danças são:
  - a) Danças Standard;
  - b) Danças Latino-Americanas.
5. Para os Juvenis I as Danças Standard são:
  - a) Valsa Inglesa;
  - b) Tango;
  - c) Quickstep.
6. Para os Juvenis I as Danças Latino-Americanas são:
  - a) Cha-cha-cha;
  - b) Rumba;
  - c) Jive.

7. Para os Juvenis II e Iniciados as Danças Standard são:
  - a) Valsa Inglesa;
  - b) Tango;
  - c) Slow Foxtrot;
  - d) Quickstep.
8. Para os Juvenis II e Iniciados as Danças Latino-Americanas são:
  - a) Samba;
  - b) Cha-cha-cha;
  - c) Rumba;
  - d) Jive.
9. As categorias Intermédios, Open e Profissionais dançam as cinco danças que compõem cada uma das disciplinas.

### **Regra 7**

#### **(Duração das músicas)**

1. A música terá a duração mínima de um minuto e trinta segundos. No caso do Paso Doble pode a música ter a duração até ao segundo *"Highlight"*.
2. A música terá a duração máxima de dois minutos. No caso do Paso Doble pode a música ser completa atingindo o terceiro *"Highlight"*.
3. Nas eliminatórias, a duração das músicas pode ser alterada.
4. A duração mínima das músicas pode ser reduzida para um minuto, se na final a observar participarem menos de quatro pares.
5. A decisão de alterar a duração das músicas é da competência do Presidente de Júri.
6. As músicas têm que respeitar os tempos mínimos nas finais de qualquer escalão ou categoria, exceptua-se o previsto no ponto 4 desta regra. Nas meias-finais da categoria Open e Profissional os tempos mínimos têm ser respeitados.

## Regra 8

### (Velocidade das músicas)

As músicas utilizadas nas provas desportivas têm que ter as seguintes velocidades:

|                |                     |             |                     |
|----------------|---------------------|-------------|---------------------|
| Valsa Inglesa  | 28-30 barras/minuto | Samba       | 50-52 barras/minuto |
| Tango          | 31-33 barras/minuto | Cha-cha-cha | 30-32 barras/minuto |
| Valsa Vienense | 58-60 barras/minuto | Rumba       | 24-26 barras/minuto |
| Slow Foxtrot   | 28-30 barras/minuto | Paso Doble  | 60-62 barras/minuto |
| Quickstep      | 50-52 barras/minuto | Jive        | 42-44 barras/minuto |

## Regra 9

### (Indumentária)

1. Todos os escalões e categorias têm regras específicas relativamente à indumentária. Consultar Caderno III – Indumentária permitida.
2. No caso de incumprimento do disposto no Caderno III:
  - a) Os pares serão advertidos pelo Presidente de Júri, com a finalidade de regularizarem a situação. O não acatamento do aviso implica a eliminação da sua participação no evento;
  - b) Um par que tenha sido advertido ou eliminado de uma competição por uso de indumentária não permitida, poderá ser imediatamente eliminado se repetir a indumentária em provas posteriores;
  - c) Nos casos de final directa, a eliminação é imediata;
  - d) A eliminação corresponde à não atribuição de pontuação na prova em disputa.
3. É da responsabilidade dos atletas, em caso de dúvida, consultarem o Presidente de Júri sobre a indumentária permitida antes do início da prova.
4. Um par poderá, sempre, dançar com indumentária de acordo com um escalão ou categoria inferior.
5. Se num evento, houver junção de escalões e/ou categorias, aplicam-se as regras do escalão ou categoria superior.
6. O uso de símbolos religiosos, como decoração ou adorno, não é permitido. Esta regra não se aplica a jóias pessoais.
7. A mudança de indumentária, durante uma eliminatória, não é permitida. Exceptuam-se situações imprevistas, que impeçam a utilização da indumentária.

## Regra 10

### (Figuras Permitidas)

1. Os escalões de Juvenis I e II assim como a categoria Iniciado e Intermédio de cada um dos outros escalões têm restrições relativamente às figuras permitidas. Consultar lista que compõe os Cadernos I e II – Figuras Permitidas.
2. As figuras, presentes nos Cadernos I e II – Figuras Permitidas, devem ser executadas, conforme descritas nos seguintes livros técnicos:
  - a) "Technique of Latin Dancing" de Walter Laird da International Dance Teachers Association, IDTA;
  - b) "Technique of Latin Dancing - Supplement" de Walter Laird da International Dance Teachers Association, IDTA;
  - c) "ISTD Latin American Technique" da Imperial Society of Teachers of Dancing, ISTD;
  - d) "The Ballroom Technique" da Imperial Society of Teachers of Dancing, ISTD;
  - e) "Technique of Ballroom Dancing" – de Guy Howard, da International Dance Teachers Association, IDTA;
  - f) "The ISTD Viennese Waltz Technique", da Imperial Society of Teachers of Dancing.
3. As figuras têm que ser executadas de acordo com o que vem previsto nos manuais.
4. Não é permitido executar uma figura mesclando informação de vários manuais técnicos.
5. A execução de uma figura não prevista é penalizada com a não atribuição de marcas ou classificação do último lugar do par, naquela dança, por parte do Presidente de Júri.
6. Em nenhum escalão ou categoria são permitidos levantamentos. Levantamento é todo o movimento em que a dado momento um dos elementos do par está suspenso no ar (ambos os pés fora do chão), contando com o apoio do par.
7. Se um par fizer um "levantamento", deverá ser avisado pelo Presidente de Júri. Se voltar a fazê-lo será, então, eliminado naquela dança, por parte do Presidente de Júri.
8. A eliminação, nas eliminatórias traduz-se pela anulação de pontuação e nas finais pela atribuição do último lugar na dança em que foi cometida a infracção.
9. Nos casos de reincidência, durante a prova desportiva, a sanção a aplicar será a eliminação com a conseqüente não atribuição de pontuação.
10. Se um Juiz de Prova vir um par a fazer uma figura não permitida ou um levantamento, deverá reportar a situação ao Presidente de Júri para advertência do par.

11. O facto de anteriormente um par ter sido eliminado, ou não, numa competição por executar figuras não permitidas, não condiciona decisões posteriores.
12. As categorias Open e Profissional não se restringem a estes cadernos.

### **Regra 11**

#### **(Apto a participar)**

1. Podem participar, nos eventos regidos pela FPDD, todos os atletas que:
  - a) Sejam federados;
  - b) Cumpram com as regras aqui estabelecidas;
  - c) Possuam seguro desportivo de acidentes pessoais reconhecido pela FPDD;
  - d) Entreguem na FPDD atestado médico comprovando aptidão para a prática desportiva;
  - e) Não sendo membros federados, tenham autorização por escrito da FPDD;
  - f) Que não sejam objecto de qualquer processo disciplinar da FPDD ou IDSF.
2. Nos eventos internacionais regidos pela IDSF, podem participar todos os atletas que respeitem o estabelecido no n.º 1 desta mesma regra.
3. A participação de atletas em provas de Dança Desportiva fora do território nacional implica a comunicação à Direcção da FPDD, através de [selecoes@fpdd.pt](mailto:selecoes@fpdd.pt), no mínimo quinze dias antes.
4. Nos eventos internacionais regidos pela IDSF, em que seja requerida a presença dos melhores pares nacionais, tem-se em conta o seguinte:
  - 4.1 Campeonatos Mundiais, Continentais ou Sub-Continentais:
    - 4.1.1 A lista do Circuito Nacional e o par Campeão Nacional são a base para o apuramento de pares para representação do país;
    - 4.1.2 A nomeação será feita com base nos resultados apurados na época transacta.
    - 4.1.3 Nos casos em que apenas é solicitada a presença do melhor par nacional, a nomeação recai sobre o vencedor do Circuito Nacional.
    - 4.1.4 Nos casos em que é solicitada a presença dos dois melhores pares nacionais, a nomeação recai sobre o vencedor do Circuito Nacional e o Campeão Nacional.
    - 4.1.5 Se o vencedor do Circuito Nacional for também o Campeão Nacional a nomeação passa a reger-se pela tabela do Circuito Nacional.

4.1.6 No caso de impossibilidade de algum dos pares apurados representarem o país, será feito o convite ao par imediatamente a seguir na tabela do Circuito Nacional. O processo repetir-se-á se necessário, até ao sexto lugar da tabela.

## 4.2 Taças Mundiais e Continentais:

4.2.1 O resultado da Taça de Portugal é a base para o apuramento de pares para representação do país.

4.2.2 A nomeação será feita com base nos resultados apurados na época transacta.

4.2.3 Nos casos em que apenas é solicitada a presença do melhor par nacional, a nomeação recai sobre o vencedor da Taça de Portugal.

4.2.4 No caso de impossibilidade de algum dos pares apurados representarem o país, será feito o convite ao par imediatamente a seguir na tabela de resultados da Taça de Portugal. O processo repetir-se-á se necessário, até ao sexto lugar da tabela.

5. O facto de um par ser apurado para representação de Portugal nas provas mais importantes da modalidade, não representa obrigação da FPDD em assumir qualquer responsabilidade financeira com a deslocação dos atletas.
6. A decisão de suportar total ou parcialmente as despesas inerentes à participação do(s) par(es) numa prova como Campeonato do Mundo, Europa, Taça do Mundo ou da Europa deverá ser divulgada publicamente pela FPDD.
7. A FPDD pode fazer distinção no apoio a atribuir ao par que irá representar Portugal de forma decrescente. Significa que o primeiro par nomeado pode ser mais apoiado que o segundo, nunca o inverso.
8. Caso o par convidado pela FPDD não responda no prazo determinado no convite, a FPDD assumirá que não há interesse na participação, passando ao próximo par da lista.

## **Regra 12**

### **(Publicidade)**

1. Em todos os eventos, sob a tutela da FPDD, é permitido um máximo de quatro patrocínios por par, nas roupas de competição.
2. O elemento masculino pode ter até três patrocínios e o elemento feminino um.
3. A área máxima permitida para cada patrocínio é de 40 cm<sup>2</sup>.
4. Os locais permitidos para colocação de publicidade na indumentária a usar em prova, são na cintura, peito ou mangas.

5. A publicidade na roupa dos competidores é da responsabilidade dos próprios. A FPDD pode solicitar a um competidor que retire a publicidade da sua indumentária, se entender, que a mesma não se enquadra na promoção e defesa da modalidade ou colide com os interesses da Federação.
6. A publicidade no número de competidor está limitada a 20% do seu tamanho.
7. A publicidade no número de competidor nas provas regulares nacionais, é da responsabilidade da FPDD.
8. A publicidade no número de competidor nas provas não previstas no ponto anterior, é da responsabilidade do promotor da competição, campeonato ou evento, estando no entanto, sujeita ao parecer da Direcção da FPDD.
9. Não é permitido aos competidores usarem o seu dorsal com o número de competidor dobrado impedindo que a publicidade do promotor esteja visível.

## **Regra 13**

### **(Abuso de Drogas)**

1. O doping é absolutamente proibido. Considera-se doping o uso por ou distribuição a um atleta de substâncias proibidas pelo Comité Olímpico Português.
2. Qualquer competidor tem que, se requerido por uma pessoa designada pela FPDD, se submeter ao teste de doping.
3. A recusa a ser submetido ao teste, será tida como um resultado de teste positivo e proceder-se-á como tal.
4. Todos os testes com resultado positivo, têm que ser imediatamente comunicados à Direcção, que encaminhará o processo para o Conselho Disciplinar.
5. Qualquer pessoa que se prove incitar outros a desobedecer às regras de doping será culpada de ofensa e estará sujeito à acção disciplinar.
6. Todos os atletas estão obrigados, nas provas nacionais, a cumprir o Regulamento de Controle Antidopagem da FPDD.
7. Todos os atletas estão obrigados, nas provas internacionais IDSF, a cumprir o Regulamento de Controle Antidopagem da IDSF.

## CAPITULO III

### Dos Eventos

#### Regra 14

#### (Categorias de Eventos)

1. Existem as seguintes categorias de eventos:
  - a) Circuito Nacional;
  - b) Campeonato Nacional;
  - c) Competição Internacional;
  - d) Competição Regional;
  - e) Competição Open;
  - f) Eventos por Convite;
  - g) Eventos Abertos;
  - h) Taça;
  - i) Torneios;
  - j) Troféus;
  - k) Festivais;
  - l) Demonstrações.
2. O Circuito Nacional tem as seguintes características:
  - a) É constituído por um conjunto de sete provas, por época;
  - b) A data da sua realização não deverá coincidir com a dos Campeonatos do Mundo ou da Europa nos escalões em prova;
  - c) Caso haja impossibilidade de participação de um par da selecção nacional, por motivo de representação de Portugal, ser-lhe-à dada a possibilidade de receber a pontuação correspondente, participando noutra prova regular da FPDD. A escolha da prova é da responsabilidade da FPDD;
  - d) O apuramento dos resultados é feito com base num sistema de pontos – Consultar Caderno IV;
  - e) Apenas são contabilizadas as cinco melhores pontuações de cada par. O par com mais pontos no final da época é o vencedor;
  - f) Podem participar todos os pares federados em situação regular;

- g) O painel de Júri é constituído por um mínimo de cinco Juizes de prova e um Presidente de Júri;
  - h) O painel de Júri pode ser constituído por Juizes de Prova estrangeiros com licença actualizada IDSF;
  - i) Os Juizes de Prova são nomeados pelo Conselho de Arbitragem da FPDD;
  - j) A FPDD assume o pagamento da remuneração de dois Juizes de prova. A remuneração do restante corpo técnico ficará a cargo do promotor.
3. O Campeonato Nacional tem as seguintes características:
- a) Realiza-se no último trimestre de cada época desportiva;
  - b) A data da sua realização não poderá coincidir com Campeonatos do Mundo, da Europa, Taça do Mundo ou da Europa nos escalões em prova;
  - c) Elege o par Campeão Nacional em cada escalão e categoria;
  - d) Serve para nomear, o segundo par nacional para representação do país. Exceptuam-se os casos em que coincida o vencedor do Circuito Nacional com o vencedor do Campeonato Nacional;
  - e) Podem participar todos os pares nacionais federados em situação regular;
  - f) O painel de Júri é constituído por um mínimo de cinco Juizes de prova e um Presidente de Júri;
  - g) O painel de Júri pode ser constituído por Juizes de Prova estrangeiros com licença actualizada IDSF;
  - h) Os Juizes de Prova são nomeados pelo Conselho de Arbitragem da FPDD;
  - i) Os membros do Painel de Júri desta prova não podem exercer funções dois anos consecutivos.
4. A Taça de Portugal têm as seguintes características:
- a) A Taça de Portugal é composta por sete Jornadas e uma Final com somatório de pontos;
  - b) São contabilizadas as cinco melhores classificações, do par, nas jornadas;
  - c) Cada jornada terá um mínimo de três Juizes de Prova e a Final cinco;
  - d) Todas as jornadas têm que ter um Presidente de Júri;
  - e) Os atletas para serem classificados nesta prova têm que participar na final. A ausência dos mesmos implica a não atribuição de lugar;

- f) A ausência dos pares nas jornadas por doença e confirmada com atestado médico, possibilita ao atleta obter a pontuação correspondente ao último lugar nessa jornada, no seu escalão e categoria;
- g) Na final da Taça de Portugal os pares finalistas têm que receber um troféu por par;
- h) Na final da Taça de Portugal todos os atletas têm que receber medalhas de participação;
- i) O vencedor da Taça de Portugal será o par que obtiver mais pontos, no somatório das suas cinco melhores jornadas e final;
- j) Em caso de empate será determinada a classificação usando o princípio determinado na regra 10 e 11 das Regras de Escrutínio;
- k) O par vencedor na categoria Open do escalão Adultos nas danças Standard e Latinas fica apurado para participação nas correspondentes Taças do Mundo e da Europa;
- l) Os Juizes de Prova são nomeados pelo Conselho de Arbitragem da FPDD;
- m) Consulte Caderno VII, para mais informações sobre as provas da Taça.

## 5. Competição Internacional IDSF

Este tipo de prova desportiva é regida pelo regulamento “Regras para a Realização de Competições do Circuito Mundial da IDSF”.

Outras Provas Internacionais realizadas em território nacional poderão ser objecto de regras específicas determinadas pela FPDD.

## 6. As Provas Distritais têm as seguintes características:

- a) Apenas podem participar os atletas da Associação Distrital que promove ou que tutela a prova;
- b) O painel de júri é constituído por um mínimo de três Juizes de prova e um Presidente de Júri;
- c) Caso haja regulamento específico destas provas o mesmo tem que ser aprovado pela FPDD para ser válido;
- d) Se não houver regulamento próprio, aplicam-se as regras gerais previstas neste regulamento.

## 7. Prova Aberta

- a) Podem participar todos os atletas nacionais em situação regular com a FPDD;
- b) Podem participar todos os pares em situação regular com a Federação Nacional, membro da IDSF, a que pertencem;

- c) O painel de Júri é constituído por um mínimo de três Juizes de prova e um Presidente de Júri;
  - d) Os Juizes de Prova são nomeados pelo Conselho de Arbitragem da FPDD.
8. Eventos por Convite
- a) São aqueles em que o promotor faz um convite específico aos pares participantes;
  - b) Não há inscrição dos participantes, mas sim um convite formulado pela entidade organizadora;
  - c) Pode haver regulamento diferente das provas desportivas regulares, desde que devidamente apresentado e aprovado pela FPDD;
  - d) Os Juizes de Prova podem ser convidados pelo promotor, estando sujeitos a aprovação do Conselho de Arbitragem da FPDD.
9. Taça, Torneios e Festivais, são eventos com regulamentos especiais, em que as regras são determinadas pela FPDD.
10. Demonstrações são eventos destinados à promoção da modalidade, em que não existe competição, não havendo portanto restrições de indumentária ou figuras.

## **Regra 15**

### **(Organização de Eventos)**

1. É da competência da direcção da FPDD dar a autorização necessária à realização de qualquer evento de Dança Desportiva em território nacional.
2. Todos os eventos de Dança Desportiva autorizados pela FPDD têm que se reger pelo disposto nos regulamentos de Segurança e Utilização dos Espaços de Acesso Público da FPDD e de Prevenção e Controlo da Violência na Dança Desportiva da FPDD assim como demais leis específicas para a promoção de eventos desta natureza.
3. As candidaturas para provas nacionais têm que ser feitas até dois meses antes do início da época. No caso de a prova não ter sido atribuída pode o prazo da candidatura ser diferente.
4. Pode candidatar-se à realização de um evento qualquer entidade, pessoa colectiva ou singular.
5. O formulário de candidatura deve ser totalmente preenchido, com as informações solicitadas, consultar caderno V.
6. O Formulário de Candidatura deverá ser enviado por correio electrónico, para [info@fpdd.pt](mailto:info@fpdd.pt).
7. A Federação dará resposta aos pedidos de realização de prova no prazo máximo de trinta dias.

8. Depois de cumpridos todos os requisitos e concedida a respectiva autorização, deve o promotor, comunicar por escrito à FPDD e Associações a hora prevista de início do evento, no mínimo duas semanas antes da realização do mesmo.
9. Em caso de desistência, a Direcção poderá atribuir a licença a outro promotor.
10. Em caso de desistência cabe à Direcção da FPDD decidir sobre futuras organizações desse promotor.
11. Cabe à FPDD verificar se o recinto desportivo reúne as condições adequadas para o bom funcionamento do evento. Alguns exemplos são a pista de dança, balneários, bancada para a assistência entre outros.
12. Todo o material gráfico ou video produzido para promover o evento, terá que conter o logo da FPDD para eventos nacionais e os logos da FPDD e IDSF para eventos IDSF.
13. Todo o material gráfico ou video produzido para promover o evento, terá que ser apresentado à Direcção da FPDD para apreciação antes da sua execução.
14. A FPDD colaborará na promoção do evento efectuando a notícia no seu site, Instituto do Desporto de Portugal e Confederação do Desporto de Portugal.
15. Pode a FPDD no momento da candidatura solicitar o depósito de valor de garantia de realização da prova. Esse valor nunca será inferior a 50% dos custos previstos com o pessoal técnico.
16. Caso um evento seja cancelado pelo organizador a menos de trinta dias da data prevista, fica o mesmo obrigado a assumir as responsabilidades financeiras decorrentes desse cancelamento.

## CAPITULO IV

### Do Pessoal Técnico

#### Regra 16#

#### (Juizes de Prova/Presidente de Júri)

1. Os Juizes de Prova estão classificados em 3 graus que vão de 1 a 3, sendo este o superior.
2. Os Presidentes de Júri estão classificados em 2 graus que vão de 1 a 2, sendo este o superior.
3. Apenas podem ser consideradas pela Federação Portuguesa de Dança Desportiva candidaturas a Juiz de Prova e/ou Presidente de Júri, que preencham os seguintes requisitos:
  - a) Maiores de Idade na altura da candidatura;

- b) Tenham completado com sucesso a escolaridade obrigatória;
  - c) Experiência mínima de três épocas enquanto atletas na categoria de Adultos Open ou Profissional;
  - d) Na ausência de experiência mínima, terá o candidato que fazer prova de conhecimentos em exame específico;
  - e) Conclusão, com aprovação, do curso de Juiz de Prova da FPDD no grau correspondente.
4. Entende-se como válida para candidatura a participação em três épocas desportivas, em cinco provas do Circuito Nacional e Campeonato Nacional, no escalão de Adultos nas categorias Open ou Profissional. As épocas podem ser consecutivas ou não.
  5. Os Juizes de Prova e Presidentes de Júri FPDD, têm que frequentar no mínimo uma acção de formação nacional para Juizes de Prova e/ou Presidente de Júri da FPDD, por época.
  6. A FPDD determinará anualmente o valor da licença nacional a liquidar por cada um dos Juizes de Prova e Presidentes de Júri. A licença de Presidente de Júri engloba a de Juiz de Prova.
  7. A licença de Juiz de Prova e/ou Presidente de Júri tem a validade de uma época.
  8. O pagamento das licenças terá que ser efectuado até ao dia 15 de Dezembro da época anterior. O não pagamento dentro do prazo implica o pagamento de uma taxa adicional de valor determinado pela FPDD.
  9. Nenhum Juiz de Prova e/ou Presidente de Júri pode exercer as suas funções com a situação da sua licença ou seguro desportivo irregular.
  10. Presidente de Júri em Provas Desportivas:
    - a) Será nomeado, pelo Conselho de Arbitragem da FPDD, para todos os eventos que necessitem de um painel de Júri;
    - b) Tem que ter nacionalidade portuguesa e/ou licença de Juiz de Prova IDSF;
    - c) É o responsável máximo pela observância das regras constantes neste Livro de Regras e Código de Conduta para Juizes de Prova e Pessoal Técnico da FPDD;
    - d) Deve decidir, quando necessário, qual a duração das músicas;
    - e) Deve decidir, quando necessário, quais as danças a executar;
    - f) É o elo de comunicação entre o painel de Júri, o delegado da FPDD, restante pessoal técnico e a organização do evento;
    - g) Em caso de empate é da sua competência a decisão de qual o vencedor;

- h) Deve preencher o relatório descrevendo pormenorizadamente eventuais irregularidades, desclassificações e/ou outra qualquer situação que entenda ser importante;
- i) Deve conhecer e perceber o conteúdo deste regulamento;
- j) É obrigatório ter um exemplar do Livro de Regras no evento e Código de Conduta para Juizes de Prova e Pessoal Técnico da FPDD;
- k) Nas competições oficiais da IDSF o Presidente de Júri tem que possuir licença de Presidente de Júri da IDSF.

## 11. Juizes de Prova em Provas Desportivas:

- a) São nomeados, pelo Conselho de Arbitragem da FPDD, para todos os eventos que necessitem de um painel de Júri;
- b) São agrupados, sempre, em número ímpar, sendo o mínimo três;
- c) Junto aos Juizes de Prova apenas pode estar o Presidente de Júri;
- l) Têm que ter nacionalidade portuguesa e/ou licença de Juiz de Prova IDSF;
- d) São responsáveis pela observância das regras constantes neste Livro de Regras e Código de Conduta para Juizes de Prova e Pessoal Técnico da FPDD;
- e) Deve conhecer e perceber o conteúdo deste regulamento;
- f) As irregularidades detectadas deverão ser comunicadas de imediato ao Presidente de Júri.

## 12. O grau 1 de Juiz de Prova é atribuído a todos:

- a) Que frequentem, anualmente, no mínimo, uma acção de formação nacional a eles destinada;
- b) Que concluam, com aprovação, o curso de Juiz de Prova grau 1 da FPDD;
- c) Que possuam a licença de Juiz de Prova da FPDD actualizada;
- d) Este grau permite ser Juiz de Prova nas competições "Abertas" e Distritais.

## 13. O grau 2 de Juiz de Prova é atribuído a todos:

- a) Que frequentem, anualmente, no mínimo, uma acção de formação nacional a eles destinada;
- b) Que concluam, com aprovação, o curso de Juiz de Prova grau 2 da FPDD;
- c) Que possuam a licença de Juiz de Prova da FPDD actualizada;
- d) Este grau permite ser Juiz de Prova em todas as provas desportivas nacionais.

14. O grau 3 de Juiz de Prova é atribuído a todos:

- a) Que frequentem, anualmente, no mínimo, uma acção de formação nacional a eles destinada;
- b) Que concluam, com aprovação, o curso de Juiz de Prova grau 3 da FPDD;
- c) Que frequentem, no mínimo, uma acção de formação internacional a eles destinada a cada dois anos;
- d) Que obtenham aprovação nos exames da Federação Internacional de Dança Desportiva, IDSF;
- e) Que cumpram com todos os regulamentos estabelecidos pela IDSF para os seus Juizes de Prova;
- f) Que possuam as licenças de Juiz de Prova da FPDD e da Federação Internacional de Dança Desportiva, IDSF, actualizadas;
- g) Este grau permite ser Juiz de Prova em todas as provas desportivas nacionais e internacionais, reconhecidas pela IDSF.

15. O grau 1 de Presidente de Júri é atribuído a todos:

- a) Os Juizes de Prova de grau 2;
- b) Que frequentem, anualmente, no mínimo, uma acção de formação a eles destinada;
- c) Que concluam, com aprovação, o curso de Presidente de Júri da FPDD;
- d) Que possuam a licença de Presidente de Júri da FPDD actualizada.

16. O grau 2 de Presidente de Júri é atribuído a todos:

- a) Os Juizes de Prova de grau 2;
- b) Que frequentem, anualmente, no mínimo, uma acção de formação a eles destinada;
- c) Que frequentem, no mínimo, uma acção de formação IDSF a eles destinada a cada dois anos;
- d) Que possuam a licença de Presidente de Júri da FPDD e da Federação Internacional de Dança Desportiva, IDSF, actualizadas.

## Regra 17

### (Treinadores)

1. Os treinadores estão classificados em 4 graus que vão de 1 a 4, sendo este o superior.
2. Apenas podem ser consideradas, pela Federação Portuguesa de Dança Desportiva, novas candidaturas de treinador que preencham os seguintes requisitos:
  - a) Maiores de Idade na altura da candidatura;
  - b) Tenham completado com sucesso a escolaridade obrigatória.
3. O grau 1 é atribuído a todos:
  - a) Que frequentem, anualmente, no mínimo, uma acção de formação nacional a eles destinada;
  - b) Que concluam, com aprovação, o curso de treinador de dança desportiva, grau 1, de acordo com o Plano Nacional de Formação de Treinadores, PNFT, previsto na Lei;
  - c) Sejam portadores da Cédula de Treinador Grau 1 do IDP, I.P., actualizada;
  - d) Que possuam a licença de Treinador da FPDD actualizada.
4. O grau 2 é atribuído a todos:
  - a) Que frequentem, anualmente, no mínimo, uma acção de formação nacional a eles destinada;
  - b) Que concluam, com aprovação, o curso de treinador de dança desportiva, grau 2, de acordo com o Plano Nacional de Formação de Treinadores, PNFT, previsto na Lei;
  - c) Sejam portadores da Cédula de Treinador Grau 2 do IDP, I.P., actualizada;
  - d) Que possuam a licença de Treinador da FPDD actualizada.
5. O grau 3 é atribuído a todos:
  - a) Que frequentem, anualmente, no mínimo, uma acção de formação nacional a eles destinada;
  - b) Que concluam, com aprovação, o curso de treinador de dança desportiva, grau 3, de acordo com o Plano Nacional de Formação de Treinadores, PNFT, previsto na Lei;
  - c) Sejam portadores da Cédula de Treinador Grau 3 do IDP, I.P., actualizada;
  - d) Que possuam a licença de Treinador da FPDD actualizada;
  - e) Este grau permite ser formador de Treinadores.

6. O grau 4 é atribuído a todos:

- a) Que frequentem, anualmente, no mínimo, uma acção de formação nacional a eles destinada;
- b) Que concluam, com aprovação, o curso de treinador de dança desportiva, grau 4, de acordo com o Plano Nacional de Formação de Treinadores, PNFT, previsto na Lei;
- c) Sejam portadores da Cédula de Treinador Grau 4 do IDP, I.P., actualizada;
- d) Que possuam a licença de Treinador da FPDD actualizada;
- e) Este grau permite ser formador de Treinadores, Juizes de Prova, Presidentes de Júri e fazer a respectiva avaliação .

### **Regra 18**

#### **(Restante Pessoal Técnico)**

1. Escrutinador

- a) O Escrutinador é nomeado pela FPDD;
- b) As Provas Desportivas terão no mínimo um Escrutinador;
- c) Todos os Escrutinadores têm que ter licença actualizada da FPDD;
- d) É obrigação do escrutinador depois de apurar os resultados comunicá-los ao Presidente de Júri e posteriormente ao Apresentador e Delegado da FPDD;
- e) Após a divulgação oficial dos resultados, cabe, ao Escrutinador, a tarefa de afixação dos resultados apurados;
- f) Todas as informações da competição têm que ser afixadas, de preferência no mesmo local onde foram afixadas as informações de apuramentos;
- g) Junto ao Escrutinador apenas poderá estar o Presidente de Júri;
- h) No final da prova desportiva, o Escrutinador, deverá entregar ao Delegado da FPDD as folhas de marcas preenchidas pelos Juizes de Prova para arquivo;
- g) É responsável pela observância das regras constantes neste Livro de Regras e Código de Conduta para Juizes de Prova e Pessoal Técnico da FPDD;
- h) Deve conhecer e perceber o conteúdo deste regulamento;
- i) As irregularidades detectadas deverão ser comunicadas de imediato ao Presidente de Júri.

2. Apresentador

- a) O Apresentador é nomeado pela FPDD;
- b) Os eventos terão no mínimo um Apresentador;

- c) Todos os Apresentadores têm que ter licença actualizada da FPDD;
  - i) É responsável pela observância das regras constantes neste Livro de Regras e Código de Conduta para Juizes de Prova e Pessoal Técnico da FPDD;
  - j) Deve conhecer e perceber o conteúdo deste regulamento;
  - d) As irregularidades detectadas deverão ser comunicadas de imediato ao Presidente de Júri.
3. Delegado da FPDD
- a) A FPDD nomeará, para todos os eventos, um Delegado em sua representação;
  - b) Compete ao Delegado da FPDD fazer o relatório do evento em que está presente;
  - c) O relatório do Delegado da FPDD, no evento, deve conter o nome de todo o pessoal técnico, desclassificações, assim como toda a irregularidade que eventualmente ocorra;
  - d) É responsável pela observância das regras constantes no Livro de Regras e Código de Conduta para Juizes de Prova e Pessoal Técnico da FPDD;
  - e) É sua responsabilidade o preenchimento das cadernetas dos atletas com a classificação obtida;
  - f) É sua responsabilidade receber o valor das inscrições feitas pelos atletas;
  - g) Passar justificação de falta, quando solicitada pelos atletas ou dirigentes, presentes na prova;
  - h) Receber da entidade organizadora as remunerações do pessoal técnico e fazer respectiva entrega;
  - i) É obrigatório ter um exemplar do Livro de Regras e Código de Conduta para Juizes de Prova e Pessoal Técnico da FPDD, no evento;
  - j) Terá que guardar os registos, em papel, de marcas e classificação dos Juizes de Prova durante 15 dias.
4. Geral do Pessoal Técnico
- a) É obrigatório seguro desportivo, da FPDD, de acidentes pessoais em dia;
  - b) O pessoal técnico tem que se apresentar no local do evento com uma antecedência mínima de 30 minutos;
  - c) Devem observar as normas constantes no código de conduta aplicável;
  - d) Os relatórios do Presidente de Júri e do Delegado da FPDD devem ser arquivados e estarem disponíveis, se solicitado por escrito à Direcção da FPDD, nos quinze dias posteriores ao evento;

- e) O traje não pode ser casual;
- f) Todos os elementos do Pessoal Técnico, afecto à prova desportiva e a equipa de apoio médico-sanitário têm direito a aceder a um espaço de alimentação e bebidas durante as pausas da prova. A organização deverá, também, providenciar o serviço de uma refeição completa, que inclua um prato quente.

## CAPITULO V

### REGULAMENTO FINANCEIRO

#### Regra 19

#### (Remunerações)

1. Presidente de Júri; Juizes de Prova; Escrutinador; Apresentador:

A remuneração de qualquer um dos elementos referidos está a cargo do promotor do evento:

- a) Num raio até 100 km da morada de residência, será de cento e cinquenta euros;
  - b) Mais de 100 km da morada de residência, será de duzentos euros;
  - c) Para eventos distritais, num raio de 100 km da morada de residência, e que não exceda quatro horas de duração, será de cem euros;
  - d) Para eventos distritais, num raio entre 100 e 200 km da morada de residência, que não exceda quatro horas de duração, será de cento e cinquenta euros;
  - e) Para eventos distritais, que estejam contemplados nas alíneas c) e d), deste ponto e que excedam as quatro horas de duração, aplicam-se os valores previstos nas alíneas a) e b), deste ponto.
2. A remuneração do Delegado nomeado pela FPDD é da responsabilidade da FPDD.
  3. Nas provas do Circuito Nacional, a remuneração de dois Juizes de Prova é da responsabilidade da FPDD.
  4. O custo com a Equipa de Apoio Médico-Sanitário, caso seja nomeada pela FPDD, será repartido, em partes iguais, entre a FPDD e a organização da prova.
  5. Caso a organização do evento, não deseje servir a refeição com um prato quente ao Pessoal Técnico e equipa de apoio médico-sanitário, afecto à prova desportiva, terá que atribuir um subsídio de alimentação de quinze euros a cada um dos referidos elementos.

## Regra 20

### (Licença de Actividade)

1. O exercício de actividade, nalgumas áreas, estão sujeitas ao pagamento de uma licença anual à FPDD. Para além de requisitos sobre competência e modo de obtenção da respectiva licença, o pagamento anual é obrigatório para uma situação regular com a FPDD.
2. Valor anual de licenças FPDD e IDSF:
  - a) Presidente de Júri e Juiz de Prova FPDD 50,00 € por época;
  - b) Presidente de Júri IDSF 90,00 € por época;
  - c) Juiz de Prova IDSF 90,00 € por época;
  - d) Escrutinador 150,00 € por época;
  - e) Apresentador 150,00 € por época;
  - f) Treinador 25,00 € por época.
3. A renovação da licença terá que ser paga até ao dia 15 de Dezembro da época anterior ao exercício de actividade. O não pagamento dentro do prazo implica o pagamento de uma taxa adicional de 50,00 €.
4. O valor das licenças IDSF, pode sofrer variação em função de flutuações cambiais.

## Regra 21

### (Acesso às competições)

1. O acesso, aos eventos de Dança Desportiva, tem que reger-se pelo disposto nos regulamentos de Segurança e Utilização dos Espaços de Acesso Público da FPDD e de Prevenção e Controlo da Violência na Dança Desportiva da FPDD.
2. O acesso, às provas desportivas regulares, é gratuito para os Órgãos Sociais da FPDD, Presidentes das Associações Distritais e Associações de Representantes de Agentes Desportivos.
3. O acesso, às provas desportivas regulares, é gratuito para um representante de cada Clube/Escola com atletas inscritos na prova.
4. O acesso de todo o pessoal técnico, previsto no capítulo IV do presente regulamento, aos eventos de Dança Desportiva, tem um desconto de 50% sobre o ingresso básico. Caso se pretenda ingresso diferente (ex. mesa), não se aplica qualquer desconto.

5. O acesso de atletas inscritos na época e que não participem no evento, às provas desportivas regulares, tem um desconto de 50% sobre o ingresso básico. Caso se pretenda ingresso diferente (ex. mesa), não se aplica qualquer desconto.
6. Todos os benefícios constantes nesta regra, apenas são válidos quando os visados se identificarem com o respectivo cartão FPDD.
7. Caderneta de Atleta:
  - a) Todos os atletas têm que apresentar a sua caderneta de atleta no início da prova desportiva;
  - b) A caderneta é pessoal e intransmissível;
  - c) Cada atleta é responsável pela sua caderneta e deve ser o seu portador;
  - d) Sem a caderneta de ambos os elementos do par da FPDD a participação na prova desportiva não é possível;
  - e) Deve o atleta no final de cada prova verificar se o registo do resultado está correcto;
  - f) Se o atleta desejar ver rectificada alguma informação da sua caderneta deverá expor a sua situação, por escrito, à Direcção da Federação no prazo máximo de sete dias após o evento;
  - g) A classificação obtida será registada e validada na caderneta pelo Delegado da FPDD;
  - h) A caderneta de atleta terá que ser renovada sempre que haja alguma alteração na categoria, escalão ou mudança de par.

## **Regra 22**

### **(Geral)**

1. Qualquer esclarecimento sobre estas regras deve ser requerido por escrito à Direcção da FPDD.
2. Todos os atletas terão que pagar uma taxa de inscrição nos eventos.
3. O montante da taxa de inscrição para as provas desportivas regulares é determinado antes do início da época e constitui receita da FPDD.
4. Todos os Atletas, Treinadores, Pessoal Técnico ou Dirigentes Desportivos, que necessitem de justificação de faltas da FPDD terão que requerer à Direcção ou a um Delegado da FPDD.
5. O requerimento de justificação de faltas, caso se pretenda justificação do Instituto do Desporto de Portugal, IDP, Caderno VI, deverá ser feito com 30 dias de antecedência, contendo as informações solicitadas.
6. Todos os federados que pretendam deixar de o ser têm que se manifestar por escrito à

Direcção da sua Associação, que posteriormente comunicará à Direcção da FPDD.

7. A FPDD tem a obrigação de facilitar o acesso a estas regras (assim como todas as alterações que as mesmas venham a sofrer), às Associações, Escolas, Clubes, Pessoal Técnico, Atletas e todos os Agentes Desportivos intervenientes na modalidade.
8. Todas as situações de excepção decididas pela Direcção da FPDD valem apenas para os casos apresentados. Nos casos que se pretenda a excepção e não se apresente o pedido nos moldes referidos neste regulamento, assumem-se as regras gerais como regulamento do evento.
9. A Direcção da FPDD pode adoptar regras diferentes do presente regulamento, caso as mesmas respeitem os trâmites legais previstos nos Estatutos da FPDD e estejam previstos em acta própria de reunião de Direcção com registo de tomada de decisão.
10. Em competição, sempre que um atleta não complete integralmente todas as danças de uma eliminatória ou final, será desclassificado nessa eliminatória, sendo-lhe atribuída a classificação correspondente ao último classificado da mesma.  

Ex: Numa prova de 24 pares, se um par que foi seleccionado para a meia-final dançar apenas 4 das 5 danças obrigatórias, será desclassificado. Neste caso, o par ficará em 12.º lugar.
11. O número de pares a seleccionar para a eliminatória seguinte será sempre no mínimo 50%. Nas finais aplica-se o mesmo principio desde que a final não tenha mais de 8 pares.

**Este regulamento foi aprovado no dia 17 de Janeiro de 2011**

**Adendas aprovadas a 26 de Novembro de 2011:**

**Regra 5 pontos 5 e 6 (eliminados)**

**Regra 5 ponto 8 (alteração) – passou a regra 5 ponto 6**

**CADERNO ANEXO I**

**LISTA DE FIGURAS PERMITIDAS**

**STANDARD**

| <b><u>VALSA INGLESA</u></b>   |  |
|---|--|
| <b><u>BASE I</u></b>  | <b><u>BASE II</u></b>  |
| <p><b>Juvenis 1</b><br/> <b>Iniciados (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b></p>   | <p><b>Juvenis 2</b><br/> <b>Intermédios (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b></p>  |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Back Whisk</li> <li>2. Backward Lock Step</li> <li>3. Chasse from PP</li> <li>4. Closed Changes</li> <li>5. Closed Impetus</li> <li>6. Drag Hesitation</li> <li>7. Hesitation Change</li> <li>8. Natural Spin Turn</li> <li>9. Natural Turn</li> <li>10. Outside Change</li> <li>11. Progressive Chasse to Right</li> <li>12. Reverse Corte</li> <li>13. Reverse Pivot</li> <li>14. Reverse Turn</li> <li>15. Weave in Waltz Time/Basic Weave</li> <li>16. Whisk</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Closed Telemark</li> <li>2. Closed Wing</li> <li>3. Cross Hesitation</li> <li>4. Double Reverse Spin</li> <li>5. Fallaway Natural Turn</li> <li>6. Fallaway Reverse and Slip Pivot</li> <li>7. Fallaway Whisk</li> <li>8. Hover Corte</li> <li>9. Open Impetus Turn</li> <li>10. Open Telemark</li> <li>11. Outside Spin</li> <li>12. Passing Natural Turn (from PP)</li> <li>13. Running Spin Turn</li> <li>14. Turning Lock</li> <li>15. Turning Lock to Right</li> <li>16. Underturned Outside Spin</li> <li>17. Weave from PP</li> <li>18. Wing</li> </ol> |

| <b><u>TANGO</u></b>  |   |
|--|---|
| <b><u>BASE I</u></b>   | <b><u>BASE II</u></b>   |
| <b>Juvenis 1</b><br><b>Iniciados (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b>   | <b>Juvenis 2</b><br><b>Intermédios (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b>  |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Back Corte</li> <li>2. Basic Reverse Turn</li> <li>3. Closed Promenade</li> <li>4. Natural Promenade Turn</li> <li>5. Natural Promenade Turn into Rock Turn</li> <li>6. Natural Twist Turn</li> <li>7. Open Promenade</li> <li>8. Open Reverse Turn partner in line closed or open finish</li> <li>9. Open Reverse Turn partner outside closed or open finish</li> <li>10. Progressive Link</li> <li>11. Progressive Side Step</li> <li>12. Progressive Side Step Reverse Turn</li> <li>13. Rock Turn</li> <li>14. Rocks Left Foot - Right Foot</li> <li>15. Tango Walk</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Alternative Endings to Chase</li> <li>2. Alternative Entries to PP</li> <li>3. Back Open Promenade</li> <li>4. Back Whisk</li> <li>5. Brush Tap</li> <li>6. Chase</li> <li>7. Fallaway Four Step</li> <li>8. Fallaway Promenade</li> <li>9. Fallaway Reverse Slip Pivot</li> <li>10. Five Step</li> <li>11. Four Step</li> <li>12. Four Step Change</li> <li>13. Mini Five Step</li> <li>14. Open Telemark</li> <li>15. Outside Spin</li> <li>16. Outside Swivel</li> <li>17. Outside Swivel After 1-2 of Reverse Turn</li> <li>18. Promenade Link</li> <li>19. Reverse Pivot</li> <li>20. Whisk</li> </ol> |

| <b><u>SLOW FOXTROT</u></b>  |  |
|---|--|
| <b><u>BASE I</u></b>  | <b><u>BASE II</u></b>  |
| <b>Iniciados (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b>  | <b>Juvenis 2<br/>Intermédios (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b>   |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Basic Weave</li> <li>2. Change of Direction</li> <li>3. Feather Finish</li> <li>4. Feather Step</li> <li>5. Impetus Turn</li> <li>6. Natural Turn</li> <li>7. Natural Weave</li> <li>8. Reverse Turn</li> <li>9. Three Step</li> <li>10. Reverse Wave</li> <li>11. Reverse Pivot</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Back Feather</li> <li>2. Back Whisk</li> <li>3. Bounce Fallaway with Weave Ending</li> <li>4. Closed Telemark</li> <li>5. Curved Feather</li> <li>6. Curved Feather from PP</li> <li>7. Curved Three Step</li> <li>8. Double Reverse Spin</li> <li>9. Extended Reverse Wave</li> <li>10. Fallaway Reverse and Slip Pivot</li> <li>11. Feather Ending</li> <li>12. Hover Cross</li> <li>13. Hover Feather</li> <li>14. Hover Telemark</li> <li>15. Natural Hover Telemark</li> <li>16. Natural Telemark</li> <li>17. Natural Twist Turn with Closed Impetus and Feather Finish Ending</li> <li>18. Natural Twist Turn with Natural Weave Ending</li> <li>19. Natural Twist Turn with Open Impetus Ending</li> <li>20. Natural Zig-Zag from PP</li> <li>21. Natural Twist Turn</li> <li>22. Open Impetus</li> <li>23. Open Natural Turn</li> <li>24. Open Telemark</li> <li>25. Outside Spin</li> <li>26. Outside Swivel</li> <li>27. Quick Natural Weave</li> <li>28. Quick Open Reverse</li> <li>29. Top Spin</li> <li>30. Weave from PP</li> <li>31. Whisk</li> </ol> |

| <b><u>QUICKSTEP</u></b>   |  |
|---|--|
| <b><u>BASE I</u></b>  | <b><u>BASE II</u></b>  |
| <p><b>Juvenis 1</b><br/> <b>Iniciados (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b></p>   | <p><b>Juvenis 2</b><br/> <b>Intermédios (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b></p>  |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Backward Lock Step</li> <li>2. Chasse Reverse Turn</li> <li>3. Closed Impetus Turn</li> <li>4. Forward Lock Step</li> <li>5. Natural Pivot Turn</li> <li>6. Natural Spin Turn</li> <li>7. Natural Turn</li> <li>8. Natural Turn at a Corner</li> <li>9. Natural Turn Back Lock</li> <li>10. Natural Turn with Hesitation</li> <li>11. Outside Change</li> <li>12. Progressive Chasse</li> <li>13. Progressive Chasse to Right</li> <li>14. Quarter Turn to L</li> <li>15. Quarter Turn to Right</li> <li>16. Reverse Pivot</li> <li>17. Running Finnish</li> <li>18. Tipple Chasse to Right</li> <li>19. Zig-Zag, Back Lock and Running Finish</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Open Telemark</li> <li>2. Back Whisk</li> <li>3. Change of Direction</li> <li>4. Closed Telemark</li> <li>5. Cross Chasse</li> <li>6. Cross Swivel</li> <li>7. Double Reverse Spin</li> <li>8. Fallaway Reverse Slip Pivot</li> <li>9. Fishtail</li> <li>10. Four Quick Run</li> <li>11. Hover Corte</li> <li>12. Open Impetus Turn</li> <li>13. Open Natural Turn</li> <li>14. Outside Spin</li> <li>15. Quick Open Reverse</li> <li>16. Rumba Cross</li> <li>17. Running Cross Chasse</li> <li>18. Running Right Turn</li> <li>19. Six Quick Run</li> <li>20. Tipple Chasse to L</li> <li>21. Topsy to L</li> <li>22. Topsy to R</li> <li>23. V6</li> <li>24. Whisk</li> </ol> |

| <b><u>VALSA VIENENSE</u></b>  |
|---|
| <b><u>BASE II</u></b>   |
| <b>Intermédios (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b>  |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Natural Turn</li> <li>2. Reverse Turn</li> <li>3. Forward Closed Changes</li> <li>4. Backward Closed Changes</li> </ol> |

**CADERNO ANEXO II**

**LISTA DE FIGURAS PERMITIDAS**

**LATINAS**

| <b><u>SAMBA</u></b>   |  |
|---|--|
| <b><u>BASE I</u></b>  | <b><u>BASE II</u></b>  |
| <p><b>Iniciados</b><br/><b>(Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b></p>  | <p><b>Juvenis 2</b><br/><b>Intermédios (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b></p>   |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Close Rocks</li> <li>2. Corta Jaca</li> <li>3. Natural Basic Movement</li> <li>4. Natural Roll</li> <li>5. Outside Basic Movement</li> <li>6. Progressive Basic Movement</li> <li>7. Promenade Botafogos</li> <li>8. Promenade Samba Walk</li> <li>9. Reverse Basic Movement</li> <li>10. Reverse Turn</li> <li>11. Rhytm Bounce</li> <li>12. Shadow Botafogos<br/>( Criss Cross Botafogos )</li> <li>13. Side Basic Movement</li> <li>14. Side Samba Walk</li> <li>15. Simple Volta to R and L</li> <li>16. Stationary Samba Walk</li> <li>17. Travelling Botafogos Bwd</li> <li>18. Travelling Botafogos Fwd</li> <li>19. Travelling Voltas to R and L ( Criss Cross )</li> <li>20. Volta Spot Turn to R or L for Lady<br/>( Underarm Volta Spot Turn )</li> <li>21. Whisks to R and L</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Argentine Crosses</li> <li>2. Back Rocks</li> <li>3. Circular Voltas to R and L ( Roundabout )</li> <li>4. Continuous Volta Spot Turn to R or L ( Maypole )</li> <li>5. Contra Botafogos</li> <li>6. Cruzados Locks in Shadow Position</li> <li>7. Foot Changes</li> <li>8. Open Rocks</li> <li>9. Plait</li> <li>10. Promenade to Counter Promenade Runs</li> <li>11. Reverse Roll</li> <li>12. Rolling off the Arm</li> <li>13. Samba Locks in Open CPP</li> <li>14. Samba Locks in Open PP</li> <li>15. Same Foot Botafogos</li> <li>16. Shadow Circular Volta</li> <li>17. Shadow Travelling Volta</li> <li>18. Solo Volta Spot Turn to R or L</li> <li>19. Three Step Turn</li> </ol> |

| <b><u>CHA CHA CHA</u></b>  |  |
|--|--|
| <b><u>BASE I</u></b>   | <b><u>BASE II</u></b>  |
| <b>Juvenis 1</b><br><b>Iniciados (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b>   | <b>Juvenis 2</b><br><b>Intermédios (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b>   |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Alemana</li> <li>2. Basic in Place</li> <li>3. Check from Open PP or Open CPP New York</li> <li>4. Close Basic</li> <li>5. Close Hip Twist</li> <li>6. Close Hip Twist ( Advanced Hip Twist )</li> <li>7. Fan</li> <li>8. Hand to Hand</li> <li>9. Hip Twist Chasse and Ronde Chasse</li> <li>10. Hockey Stick</li> <li>11. Natural Opening Out</li> <li>12. Natural Top</li> <li>13. Open Basic</li> <li>14. Open Hip Twist</li> <li>15. Opening Out to R</li> <li>16. Shoulder to Shoulder</li> <li>17. Side Steps</li> <li>18. Spot Turn to Right or Left</li> <li>19. Three Cha Cha Chas</li> <li>20. Time Step</li> <li>21. Underarm Turn to L and R</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aida</li> <li>2. Close Hip Twist Spiral</li> <li>3. Cross Basic also with lady's turn</li> <li>4. Cuban Break in Open CPP and Open PP</li> <li>5. Cuban Break in Open Position</li> <li>6. Cuban Break in Shadow Position</li> <li>7. Curl</li> <li>8. Follow my Leader</li> <li>9. Methods of Changing Feet</li> <li>10. Open Hip Twist Spiral</li> <li>11. Opening Out from Reverse Top</li> <li>12. Reverse Top</li> <li>13. Rope Spinning</li> <li>14. Spiral</li> <li>15. Split Cuban Break in Open CPP and Open PP</li> <li>16. Split Cuban Breaks in Shadow Position</li> <li>17. Sweetheart</li> <li>18. Three Cha Cha Chas in Shadow Position</li> <li>19. Turkish Towel</li> </ol> |

| <b><u>RUMBA</u></b>  |  |
|--|--|
| <b><u>BASE I</u></b>   | <b><u>BASE II</u></b>  |
| <b>Juvenis 1</b><br><b>Iniciados (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b>   | <b>Juvenis 2</b><br><b>Intermédios (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b>   |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Advanced Hip Twists</li> <li>2. Advanced Opening Out Movement</li> <li>3. Alemana from Fan Position or Open Position</li> <li>4. Basic Movement</li> <li>5. Check from Open PP or Open CPP New York</li> <li>6. Closed Hip Twist</li> <li>7. Cucarachas</li> <li>8. Fan</li> <li>9. Hand to Hand</li> <li>10. Hockey Stick</li> <li>11. Natural Opening Out Movement</li> <li>12. Natural Top</li> <li>13. Open Basic Movement</li> <li>14. Open Hip Twist</li> <li>15. Opening Out to Right and Left</li> <li>16. Progressive Walks Fwd and Bwd</li> <li>17. Shoulder to Shoulder</li> <li>18. Side Step and Cucharachas</li> <li>19. Side Steps</li> <li>20. Spot turn to right or left</li> <li>21. Underarm turn to right or left</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Alternative Basic Movement</li> <li>2. Continuous Circular Hip Twist</li> <li>3. Continuous Hip Twist</li> <li>4. Cuban Rocks also syncopated</li> <li>5. Curl</li> <li>6. Fallaway ( Aida )</li> <li>7. Fencing Line - Spot Turn or Spin ending</li> <li>8. Opening Out from Reverse Top</li> <li>9. Reverse Top</li> <li>10. Rope Spinning</li> <li>11. Sliding Doors</li> <li>12. Spiral</li> <li>13. Three Alemanas</li> <li>14. Three Threes</li> <li>15. Walks in Shadow Position</li> </ol> |

| <b>PASO DOBLE</b>   |   |
|---|---|
| <b>BASE II</b>  |   |
| <b>Intermédios (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b>  |   |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Alternative Entries to PP</li> <li>2. Attack</li> <li>3. Banderillas</li> <li>4. Basic Movement</li> <li>5. Chasse Cape</li> <li>6. Chasse to L</li> <li>7. Chasse to R</li> <li>8. Coup De Pique</li> <li>9. Coup De Pique Couplet</li> <li>10. Deplacement</li> <li>11. Endings to Chasse Cape</li> <li>12. Fallaway Reverse</li> <li>13. Fallaway Whisk ( Ecart )</li> <li>14. Farol</li> <li>15. Flamenco Taps</li> <li>16. Fregolina</li> <li>17. Grand Circle</li> <li>18. Huit</li> <li>19. La Passe</li> <li>20. Left Foot Variation</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>21. Methods of Changing Feet</li> <li>22. Open Telemark</li> <li>23. Promenade</li> <li>24. Promenade Close</li> <li>25. Promenade Link</li> <li>26. Promenade to Counter Promenade</li> <li>27. Separation</li> <li>28. Separation with Fallaway Ending</li> <li>29. Separation with Lady's Caping Walks</li> <li>30. Sixteen</li> <li>31. Spanish Line</li> <li>32. Sur Place</li> <li>33. Syncopated Coup De Pique</li> <li>34. Syncopated Separation</li> <li>35. Travelling Spins from CPP</li> <li>36. Travelling Spins from PP</li> <li>37. Twist Turn</li> <li>38. Twists</li> </ol> |

| <b><u>IIVE</u></b>  |  |
|---|--|
| <b><u>BASE I</u></b>  | <b><u>BASE II</u></b>  |
| <b>Juvenis 1</b><br><b>Iniciados (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b>  | <b>Juvenis 2</b><br><b>Intermédios (Juniões 1 e 2, Juventude, Adultos e Seniores 1, 2 e 3)</b>   |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. American Spin</li> <li>2. Basic in Fallaway</li> <li>3. Basic in Place</li> <li>4. Change of Hands behind Back</li> <li>5. Change of Place L to R</li> <li>6. Change of Place L to R with Change of Hands</li> <li>7. Change of Place R to L</li> <li>8. Change of Place R to L with Change of Hands</li> <li>9. Link</li> <li>10. Promenade Walks Slow and Quick</li> <li>11. Spanish Arms</li> <li>12. Stop and Go</li> <li>13. Whip</li> <li>14. Windmill</li> <li>15. Spanish Arms</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Advanced Link ( Break)</li> <li>2. Ball Change</li> <li>3. Change of Place Right to Left with Double Spin</li> <li>4. Chicken Walks</li> <li>5. Curly Whip</li> <li>6. Double Cross Whip</li> <li>7. Fallaway Throwaway - also Overturned</li> <li>8. Flicks into Break</li> <li>9. Left Shoulder Shove (Hip Bump )</li> <li>10. Overturned Change of Place Left to Right</li> <li>11. Reverse Whip</li> <li>12. Rolling off the Arm</li> <li>13. Simple Spin</li> <li>14. Throwaway Whip</li> <li>15. Toe Heel Swivels</li> </ol> |

**CADERNO ANEXO III**  
**INDUMENTÁRIA PERMITIDA**

1. Âmbito e aplicação

Estas regras são válidas para todos os eventos autorizados ou sob a égide da Federação Portuguesa de Dança Desportiva, FPDD.

Nas provas internacionais sob a tutela da Federação Internacional de Dança Desportiva, IDSF, serão aplicadas as regras da IDSF.





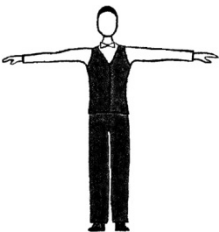
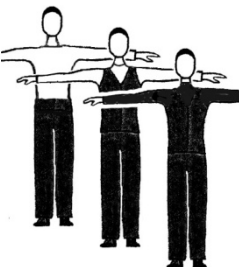
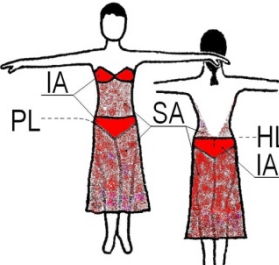
2. A FPDD reserva-se o direito de impor regras adicionais ou permitir excepções em eventos específicos.

3. Regras Gerais:

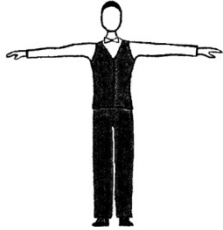
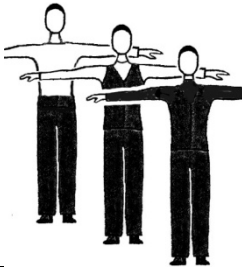
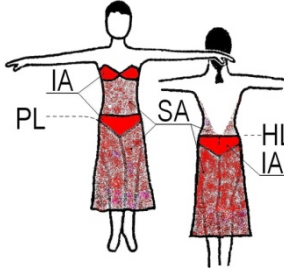
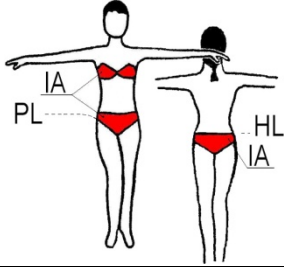
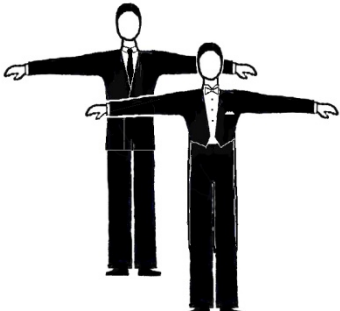
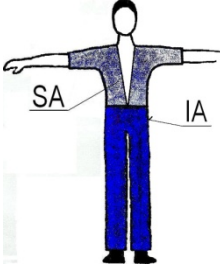
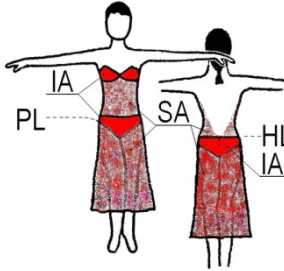
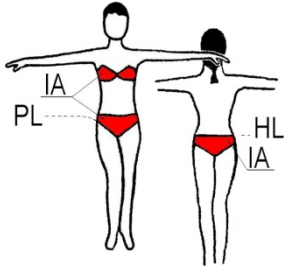
- a) *Shape Area* - Os vestidos têm que ter o feitio característico de cada disciplina (Standard e Latinas);
  - b) Os vestidos têm que cobrir as partes íntimas do corpo do dançarino (área íntima);
  - c) A indumentária e maquilhagem devem respeitar o escalão e categoria do atleta;
  - d) O uso de símbolos religiosos como decoração ou como bijutaria/jóia decorativa não é permitido. Esta regra não se aplica a jóias pessoais;
  - e) O Presidente de Júri pode solicitar ao competidor para retirar um artigo de bijutaria/jóia ou roupa se considerar que representa perigo para o atleta ou para os demais atletas em prova;
  - f) É sempre permitido o uso de indumentária de uma categoria ou escalão inferiores;
  - g) A mudança de roupa durante uma eliminatória não é permitido, excepto no caso de um acidente estragar a roupa;
  - h) Não se aplicam estas regras nos casos de exibições da modalidade ou competições de tema livre.
4. O uso de qualquer material, cor, modelo ou outro artifício com o aspecto de não estar conforme com estas regras de indumentária, apesar de não ser especificamente referida neste regulamento, poderá ser considerada infracção se assim for determinado pelo Presidente de Júri.
5. Sanções:
- a) Se a indumentária de um par, ou de um dos seus elementos, não estiver de acordo com as regras de indumentária, deverão ser advertidos pelo Presidente de Júri;

- b) O par deverá aceitar a decisão do Presidente de Júri e cumprir o regulamento, de outra forma será imediatamente desclassificado;
  - c) A Direcção da FPDD poderá impor sanções adicionais, incluindo a suspensão a reincidentes.
6. Definição de termos:
- a) Área Intima (AI) – Áreas do corpo que têm que estar cobertas por materiais não transparentes, ou por materiais transparentes sobrepostos a materiais não transparentes. Se for utilizada cor da pele tem que ser com decoração;
  - b) Para elemento feminino:
    - i. Não são permitidas tangas;
    - ii. Não são permitidas cuecas cor da pele;
    - iii. Os seios têm que estar cobertos;
    - iv. A distância entre as copas do sutiã tem que ser menor que 5 cm.
  - c) *Shape Area* – Área mínima que tem que estar coberta. Os materiais transparentes são permitidos nestas áreas, assim como qualquer cor;
  - d) Material Básico – Cria o feitiço do vestido;
    - i. Com efeitos de brilho (metálicos, pedras, lantejoulas, pérolas, etc.);
    - ii. Sem efeitos de brilho.
  - e) Decoração – Qualquer coisa aplicada no material básico, cabelo ou pele:
    - i. Com efeitos de brilho (metálicos, pedras, lantejoulas, contas, pérolas, etc.);
    - ii. Sem efeito de brilho (penas, plumas, flores, laços, franjas, aplicações de renda, fitas, faixas, etc.).
  - f) Alfinetes de gravata, botões de punho, fivelas, não são considerados decoração;
  - g) Linha da Anca – A linha superior das cuecas. Esta linha é igual à linha imaginária horizontal no cimo e através dos músculos glúteos. Não pode ser visível;
  - h) Linha das Cuecas – Linha inferior das cuecas,
  - i) Limites:
    - i. Atrás – A totalidade das nádegas tem que estar coberta;
    - ii. Frente – Segue a linha da articulação entre a perna e tronco.
  - j) A distância entre a Linha da Anca e a Linha da Cueca não pode ser inferior a 5 cm;

- k) Ponto de Abertura do Top Masculino – Ponto no qual o top ou camisa pode ser aberto. Este ponto é definido pelo centro da fivela do cinto ou pelo centro da linha superior das calças;
- l) Cor da Pele – É igual à cor da pele do(a) dançarino(a) durante a prova (com bronzeado/bronzeador);
- m) Manga Comprida – Comprimento até ao pulso. As mangas arregaçadas, não são permitidas;
- n) Maquilhagem – Inclui maquilhagem facial, bronzeado artificial, unhas artificiais e pestanas artificiais;
- o) Bijutaria Decorativa – Uma peça criada ou usada para fazer parte de um vestido de dança;
- p) A Camisa ou Top Masculino poderão ser utilizados por fora das calças **apenas** nas categorias Open e Profissional.

| 1. Indumentária de Competição – Apenas Permitido   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|
|  | Masculino   |   | Feminino  |   |
|  | Standard  | Latinas   | Standard  | Latinas   |
| Juvenis 1 e 2<br>Iniciados<br>Juniores I e II, Juventude, Adultos e Seniores I, II e III | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Camisa branca de manga comprida</li> <li>• Calças pretas</li> <li>• Gravata ou laço preto</li> </ul>  |   |  <p>a) Maillot, T-shirt ou blusa branca e Saia preta;</p>  <p>b) Vestido simples de uma só cor excepto cor da pele (cuecas da mesma cor do vestido);</p>  <p>c) Maillot e saia de uma só cor, excepto cor da pele.</p> |   |
|  | Juniores I e II, Juventude, Adultos e Seniores I, II e III<br>Intermédios   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Camisa branca de manga comprida</li> <li>• Colete preto</li> <li>• Calças pretas</li> <li>• Gravata preta ou laço branco ou preto</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Camisa de latinas ou top, branco ou preto</li> <li>• Colete preto opcional</li> <li>• Calças pretas</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vestido de competição de uma só cor, excepto cor da pele;</li> <li>• Vestido de duas peças não é permitido</li> </ul>  |

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE DANÇA DESPORTIVA

|  | Masculino  |   | Feminino   |   |
|--|--|---|--|---|
|  | Standard   | Latinas   | Standard   | Latinas   |
| Juniões I Open   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Camisa branca de manga comprida</li> <li>Colete preto</li> <li>Calças pretas</li> <li>Gravata preta ou laço branco ou preto</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Camisa de latinas ou top, branco ou preto</li> <li>Colete preto opcional</li> <li>Calças pretas</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Vestido de competição de uma só cor, excepto cor da pele</li> <li>Vestido de duas peças não é permitido</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Vestido de competição de uma só cor, excepto cor da pele</li> <li>Top e parte de baixo não podem ser apenas biquini</li> </ul>  |
| Juniões II, Juventude, Adultos e Seniores Open Profissionais | <ul style="list-style-type: none"> <li>Casaco preto ou azul-escuro</li> <li>Calças pretas ou azuis escuras</li> <li>Camisa branca e gravata preta</li> <li>Camisa standard e laço branco</li> </ul> <p style="text-align: center;">OU</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Casaca preta ou azul escura</li> <li>Colete branco</li> <li>Camisa standard c/ laço branco</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Camisa ou top de qualquer cor</li> <li>Calças de qualquer cor, excepto cor da pele</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>Vestido de competição de qualquer cor</li> <li>Vestido de 2 peças não é permitido</li> </ul>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>Vestido de competição de qualquer cor</li> <li>Top e parte de baixo não podem ser apenas biquini</li> </ul>                   |

| 2. DECORAÇÕES, EFEITOS DE BRILHO  |   |         |   |         |
|---|---|---------|---|---------|
|   | Masculino   |         | Feminino  |         |
|   | Standard  | Latinas | Standard  | Latinas |
| Juvenis 1 e 2<br>Juniões I e II, Juventude,<br>Adultos e Seniores I, II e III<br>Iniciados    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Não é permitido qualquer tipo de decoração</li> <li>• Não é permitido o uso de materiais com efeito de brilho</li> </ul> |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Não é permitido qualquer tipo de decoração</li> <li>• Não é permitido o uso de materiais com efeito de brilho</li> </ul>                               |         |
| Juniões I Open<br>Juniões I e II, Juventude,<br>Adultos e Seniores I, II e III<br>Intermédios | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Não é permitido qualquer tipo de decoração</li> <li>• Não é permitido o uso de materiais com efeito de brilho</li> </ul> |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• É permitido o uso de decoração, excepto decoração com o efeito de brilho</li> <li>• Não é permitido o uso de materiais com efeito de brilho</li> </ul> |         |
| Juniões II, Juventude, Adultos<br>e Seniores Open<br>Profissionais                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Não existem restrições</li> </ul>  |         |   |         |

| 3. SAPATOS, MEIAS e COLLANTS   |  |         |   |         |
|--|--|---------|---|---------|
|  | Masculino  |         | Feminino  |         |
|  | Standard   | Latinas | Standard  | Latinas |
| Juvenis 1 e 2  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• O salto dos sapatos pode ter no máximo 2,5 cm de altura</li> <li>• É obrigatório o uso de meias pretas</li> </ul> |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• O salto dos sapatos pode ter no máximo 3,5 cm de altura</li> <li>• É permitido o uso de meias brancas curtas</li> <li>• É permitido o uso de meias <i>collants</i> da cor da pele</li> <li>• Não é permitido o uso de meias <i>collants</i> de rede</li> </ul> |         |
| Juniores I Iniciados, Intermédios e Open   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Não existem restrições nos sapatos</li> <li>• É obrigatório o uso de meias pretas</li> </ul>                      |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• O salto dos sapatos pode ter no máximo 5 cm de altura</li> <li>• É permitido o uso de meias brancas curtas</li> <li>• É permitido o uso de meias <i>collants</i> da cor da pele</li> <li>• Não é permitido o uso de meias <i>collants</i> de rede</li> </ul>   |         |
| Juniores II Iniciados, Intermédios e Open<br>Juventude Iniciados, Intermédios e Open<br>Adultos Iniciados, Intermédios e Open<br>Seniores I, II e III Iniciados, Intermédios e Open<br>Profissionais | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Não existem restrições nos sapatos</li> <li>• É obrigatório o uso de meias pretas</li> </ul>                      |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Não existem restrições</li> </ul>  |         |

| 4. PENTEADOS   |  |         |  |         |
|--|--|---------|--|---------|
|  | Masculino  |         | Feminino   |         |
|  | Standard   | Latinas | Standard   | Latinas |
| Juvenis 1 e 2<br>Juniores I Iniciados, Intermédios e Open<br>Juniores II, Juventude, Adultos e Seniores I, II e III<br>Iniciados                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Se o cabelo for comprido tem que ser preso em rabo-de-cavalo</li> </ul> |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Não são permitidos penteados em que o cabelo seja muito armado.</li> <li>Não é permitido o uso de cabelo artificial, ornamentos para o cabelo, pintura ou brilho artificial.</li> <li>O uso de fitas ou <i>bandeletes</i> simples da cor do vestido ou da cor do cabelo é permitido.</li> </ul> |         |
| Juniores II Intermédios e Open<br>Juventude Intermédios e Open<br>Adultos Intermédios e Open<br>Seniores I, II e III Intermédios e Open<br>Profissionais | <ul style="list-style-type: none"> <li>Se o cabelo for comprido tem que ser preso em rabo-de-cavalo</li> </ul> |         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Não existem restrições</li> </ul>   |         |

| 5. MAQUILHAGEM   |  |         |          |         |
|--|--|---------|----------|---------|
|  | Masculino  |         | Feminino |         |
|  | Standard   | Latinas | Standard | Latinas |
| Juvenis 1 e 2<br>Juniores I Iniciados, Intermédios e Open<br>Juniores II, Juventude Iniciados  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Não é permitido qualquer tipo de maquilhagem</li> </ul> |         |          |         |
| Juniores II Intermédios e Open<br>Juventude Intermédios e Open<br>Adultos Iniciados, Intermédios e Open<br>Seniores I, II e III Iniciados, Intermédios e Open<br>Profissionais | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Não existem restrições</li> </ul>                       |         |          |         |

| 6. BIJUTARIA/JÓIA DECORATIVA (não artigos pessoais)   |   |         |          |         |
|---|---|---------|----------|---------|
|   | Masculino   |         | Feminino |         |
|   | Standard  | Latinas | Standard | Latinas |
| Juvenis 1 e 2<br>Juniões I e II, Juventude,<br>Adultos e Seniores I, II e III<br>Iniciados                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Não é permitido o uso de qualquer tipo de bijutaria ou Jóia decorativa</li> </ul>  |         |          |         |
| Juniões I Intermeádios e Open<br>Juniões II, Juventude, Adultos e<br>Seniores I, II e III<br>Intermeádios | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Não é permitido o uso de qualquer tipo de bijutaria ou Jóia decorativa com efeito brilhante</li> <li>• É permitido o uso de bijutaria ou jóia decorativa sem efeito brilhante</li> </ul> |         |          |         |
| Juniões II, Juventude, Adultos e<br>Seniores I, II e III Open<br>Profissionais                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Não existem restrições</li> </ul>  |         |          |         |

## Roupa Masculina de Juvenis 1, 2 e Iniciados

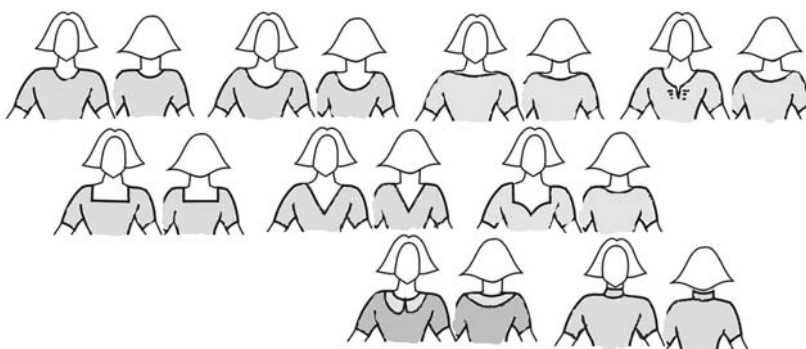
### Camisa

- Camisa branca de manga comprida, simples, estilo "pronto a vestir".
- Não é permitido o uso de materiais brilhantes ou estampados. Dá-se preferência a algodão ou polycotton.
- Não é permitido o uso de "colarinho de ponta".
- As mangas não podem ser arregaçadas.
- A camisa tem que estar por dentro das calças.



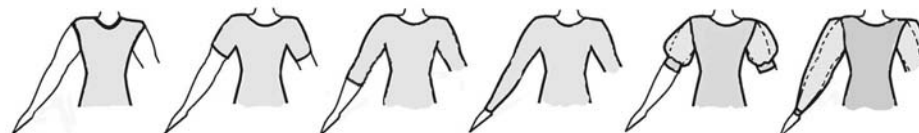
## Roupa Feminina de Juvenil e Iniciados

### Decotes permitidos



- Não é permitido qualquer outro tipo de decote

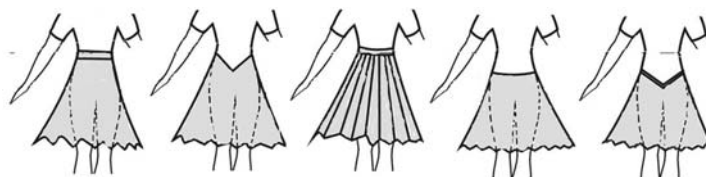
### Mangas – cortes permitidos



- Não é permitido qualquer outro tipo de corte

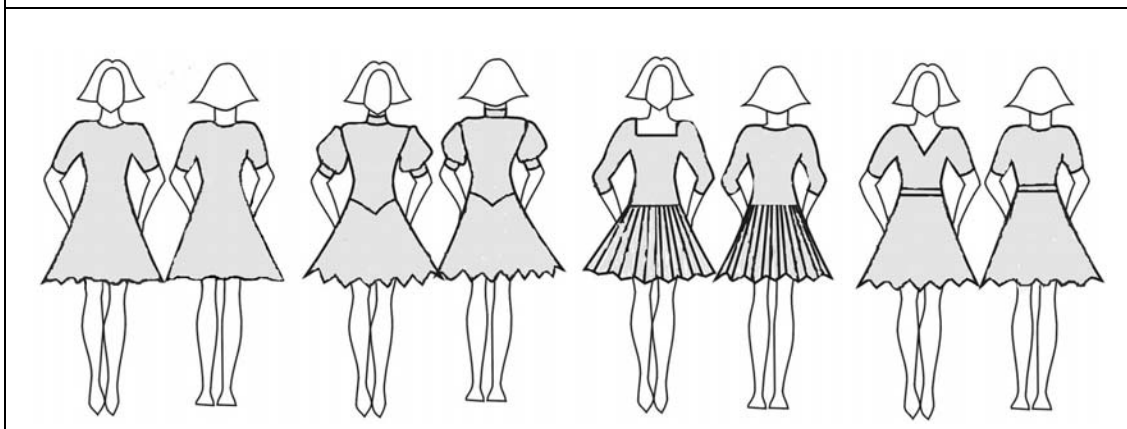
### Saias – Cortes e feitios permitidos

- Apenas é permitido o uso de saia simples ou frisada com pregas, feita no mínimo de 1 até ao máximo de 3 meios círculos.
- É permitido o uso de uma saia forro simples circular.
- A saia forro não pode ser maior que a saia.
- Não é permitido o uso de frisos na saia ou saia forro.
- Não é permitido o uso de arame ou fio de pesca, usado na extremidade da saia.
- Comprimento da saia não pode ser mais que 10 cm acima do joelho nem ultrapassar a rótula.



Não são permitidos outros cortes ou feitios.

Alguns exemplos



## CADERNO ANEXO IV - LISTA DE PONTOS DO CIRCUITO NACIONAL

| Nº Pares<br>Classif. | 1   | 2    | 3    | 4    | 5    | 6    | 7    | 8    | 9    | 10   | 11   | 12   | 13   | 14   | 15   |
|----------------------|-----|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 1º                   | 500 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 |
| 2º                   |     | 500  | 667  | 750  | 800  | 833  | 857  | 875  | 889  | 900  | 909  | 917  | 923  | 929  | 933  |
| 3º                   |     |      | 334  | 500  | 600  | 666  | 714  | 750  | 778  | 800  | 818  | 834  | 846  | 858  | 866  |
| 4º                   |     |      |      | 250  | 400  | 499  | 571  | 625  | 667  | 700  | 727  | 751  | 769  | 787  | 799  |
| 5º                   |     |      |      |      | 200  | 332  | 428  | 500  | 556  | 600  | 636  | 668  | 692  | 716  | 732  |
| 6º                   |     |      |      |      |      | 165  | 285  | 375  | 445  | 500  | 545  | 585  | 615  | 645  | 665  |
| 7º                   |     |      |      |      |      |      | 142  | 250  | 334  | 400  | 454  | 502  | 538  | 574  | 598  |
| 8º                   |     |      |      |      |      |      |      | 125  | 223  | 300  | 363  | 419  | 461  | 503  | 531  |
| 9º                   |     |      |      |      |      |      |      |      | 112  | 200  | 272  | 336  | 384  | 432  | 464  |
| 10º                  |     |      |      |      |      |      |      |      |      | 100  | 181  | 253  | 307  | 361  | 397  |
| 11º                  |     |      |      |      |      |      |      |      |      |      | 90   | 170  | 230  | 290  | 330  |
| 12º                  |     |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      | 87   | 153  | 219  | 263  |
| 13º                  |     |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      | 76   | 148  | 196  |
| 14º                  |     |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      | 77   | 129  |
| 15º                  |     |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      | 62   |

| Nº Pares<br>Classif. | 16   | 17   | 18   | 19   | 20   | 21   | 22   | 23   | 24   | 25   | 26   | 27   | 28   | 29   | 30   |
|----------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 1º                   | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 | 1000 |
| 2º                   | 937  | 941  | 944  | 947  | 950  | 952  | 955  | 957  | 958  | 960  | 962  | 963  | 964  | 966  | 967  |
| 3º                   | 874  | 882  | 888  | 894  | 900  | 904  | 910  | 914  | 916  | 920  | 924  | 926  | 928  | 932  | 934  |
| 4º                   | 811  | 823  | 832  | 841  | 850  | 856  | 865  | 871  | 874  | 880  | 886  | 889  | 892  | 898  | 901  |
| 5º                   | 748  | 764  | 776  | 788  | 800  | 808  | 820  | 828  | 832  | 840  | 848  | 852  | 856  | 864  | 868  |
| 6º                   | 685  | 705  | 720  | 735  | 750  | 760  | 775  | 785  | 790  | 800  | 810  | 815  | 820  | 830  | 835  |
| 7º                   | 622  | 646  | 664  | 682  | 700  | 712  | 730  | 742  | 748  | 760  | 772  | 778  | 784  | 796  | 802  |
| 8º                   | 559  | 587  | 608  | 629  | 650  | 664  | 685  | 699  | 706  | 720  | 734  | 741  | 748  | 762  | 769  |
| 9º                   | 496  | 528  | 552  | 576  | 600  | 616  | 640  | 656  | 664  | 680  | 696  | 704  | 712  | 728  | 736  |
| 10º                  | 433  | 469  | 496  | 523  | 550  | 568  | 595  | 613  | 622  | 640  | 658  | 667  | 676  | 694  | 703  |
| 11º                  | 370  | 410  | 440  | 470  | 500  | 520  | 550  | 570  | 580  | 600  | 620  | 630  | 640  | 660  | 670  |
| 12º                  | 307  | 351  | 384  | 417  | 450  | 472  | 505  | 527  | 538  | 560  | 582  | 593  | 604  | 626  | 637  |
| 13º                  | 244  | 292  | 328  | 364  | 400  | 424  | 460  | 484  | 496  | 520  | 544  | 556  | 568  | 592  | 604  |
| 14º                  | 181  | 233  | 272  | 311  | 350  | 376  | 415  | 441  | 454  | 480  | 506  | 519  | 532  | 558  | 571  |
| 15º                  | 118  | 174  | 216  | 258  | 300  | 328  | 370  | 398  | 412  | 440  | 468  | 482  | 496  | 524  | 538  |
| 16º                  | 55   | 115  | 160  | 205  | 250  | 280  | 325  | 355  | 370  | 400  | 430  | 445  | 460  | 490  | 505  |
| 17º                  |      | 56   | 104  | 152  | 200  | 232  | 280  | 312  | 328  | 360  | 392  | 408  | 424  | 456  | 472  |
| 18º                  |      |      | 48   | 99   | 150  | 184  | 235  | 269  | 286  | 320  | 354  | 371  | 388  | 422  | 439  |
| 19º                  |      |      |      | 46   | 100  | 136  | 190  | 226  | 244  | 280  | 316  | 334  | 352  | 388  | 406  |
| 20º                  |      |      |      |      | 50   | 88   | 145  | 183  | 202  | 240  | 278  | 297  | 316  | 354  | 373  |
| 21º                  |      |      |      |      |      | 40   | 100  | 140  | 160  | 200  | 240  | 260  | 280  | 320  | 340  |
| 22º                  |      |      |      |      |      |      | 55   | 97   | 118  | 160  | 202  | 223  | 244  | 286  | 307  |
| 23º                  |      |      |      |      |      |      |      | 54   | 76   | 120  | 164  | 186  | 208  | 252  | 274  |
| 24º                  |      |      |      |      |      |      |      |      | 34   | 80   | 126  | 149  | 172  | 218  | 241  |
| 25º                  |      |      |      |      |      |      |      |      |      | 40   | 88   | 112  | 136  | 184  | 208  |
| 26º                  |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      | 50   | 75   | 100  | 150  | 175  |
| 27º                  |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      | 38   | 64   | 116  | 142  |
| 28º                  |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      | 28   | 82   | 109  |
| 29º                  |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      | 48   | 76   |
| 30º                  |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      | 43   |

**CADERNO ANEXO V**  
**CANDIDATURA À ORGANIZAÇÃO DE EVENTO**

Identificação do requerente

Morada

Data

À direcção da Federação Portuguesa de Dança Desportiva

Exmos senhores

Serve a presente para apresentar a candidatura para a realização de (...).

A designação a dar ao evento será (...) e realizar-se-á no dia (...). Para este(a) (competição, torneio, etc...) gostaríamos de ter presentes os seguintes escalões e categorias:

a)...

b)....

As disciplinas a executar serão (latinas, standard /ou 10 danças).

O evento terá lugar em (localidade e local específico). Requeremos por isso a vossas excelências que destaquem (número de júris, escrutinadores e apresentadores pretendidos) para estarem presentes nesta nossa iniciativa.

Enviamos em anexo a cópia da ficha de inscrição dos pares a qual está conforme o estabelecido no livro de regras das competições em vigor.

Aguardamos resposta a este requerimento. Atenciosamente,

(Organizador)

(Entidade de que depende, caso exista)

**CADERNO ANEXO VI**  
**RELEVAÇÃO DE FALTAS**

Data;

Exmo Sr(a) Primeiro(a) Secretário(a) da FPDD,

Venho por este meio solicitar que me seja facultada a relevação de faltas por parte do Instituto do Desporto de Portugal, IDP, I.P.

Forneço para o pedido os dados necessários.

Nome completo;

Número de BI;

Número de Federado(a);

Motivo do pedido e data compreendida na justificação;

Entidade à qual se destina a justificação;

Morada da entidade;

Telefone e Fax da entidade;

Com os melhores cumprimentos. Peço deferimento.

**CADERNO ANEXO VII**  
**TAÇA DE PORTUGAL**  
**LATINAS E STANDARD**

**Pontuação para Jornadas e Final**

| <b>Jornadas</b> | <b>Classificação</b> | <b>Final</b> |
|-----------------|----------------------|--------------|
| 17 Pontos       | 1º classificado      | 65 Pontos    |
| 16 Pontos       | 2º classificado      | 60 Pontos    |
| 15 Pontos       | 3º classificado      | 55 Pontos    |
| 14 Pontos       | 4º classificado      | 50 Pontos    |
| 13 Pontos       | 5º classificado      | 45 Pontos    |
| 12 Pontos       | 6º classificado      | 40 Pontos    |
| 11 Pontos       | 7º classificado      | 35 Pontos    |
| 10 Pontos       | 8º classificado      | 30 Pontos    |
| 9 Pontos        | 9º classificado      | 25 Pontos    |
| 8 Pontos        | 10º classificado     | 20 Pontos    |
| 7 Pontos        | 11º classificado     | 15 Pontos    |
| 6 Pontos        | 12º classificado     | 10 Pontos    |

A partir do décimo segundo são atribuídos cinco pontos aos restantes pares.