



Secretaria de Esporte e Lazer | Prefeitura Juiz de Fora



EDIÇÃO 2025

I - DA APRESENTAÇÃO

“Recomeça. Faz de tua vida mesquinha um poema. E viverás no coração dos jovens e na memória das gerações que hão de vir”.

(Trecho do poema “Aninha e suas pedras” de Cora Coralina)

“O Brasil é um país que está envelhecendo”

Essa é uma frase que temos escutado com bastante frequência. Tínhamos uma percepção de que o Brasil era um país jovem e que uma população mais idosa era o perfil da população norte americana, europeia e japonesa. Porém o que as estatísticas têm demonstrado nos últimos tempos é que a expectativa de vida tem aumentado cada vez mais ocasionando um aumento significativo no número de pessoas idosas no país.

Segundo pesquisas feitas pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE 2010, o país apresenta 20.590.599 milhões de idosos com mais de 60 anos, 10,8% da população total. De acordo com Beltrão, Camarano e Kanso (2004), espera-se que o contingente de idosos tenha atingido a magnitude de aproximadamente 30,9 milhões de pessoas, no ano de 2020, vindo a constituir 14% da população brasileira, ocupando, então, o sexto lugar na classificação mundial (INOUE et alii, 2008, p. 15).

Ou seja, a população idosa brasileira cresce a passos largos e diante desse quadro todo esforço voltado a promover uma melhoria na qualidade de vida desse público se faz necessário. Pensando nisso, a Prefeitura de Juiz de Fora promoverá o Festival 60 +, um evento atualizado e remodelado para idosos do município e regiões, uma vez que o nosso município já conta com 71 mil idosos residentes, o que representa 14% da população juizdeforana, segundo dados do Censo 2010. O Festival 60 + é um evento esportivo recreativo que possui como principal finalidade a socialização desse público, a melhoria em sua autoestima e estímulo às práticas de atividades físicas.

O evento será realizado no formato de interação e competição desenvolvendo as seguintes modalidades: natação, voleibol adaptado, lancebol, boliche adaptado, jogos de mesa (buraco, dama e xadrez), tênis de mesa e peteca como modalidades esportivas/recreativas. Os jogos serão realizados nos dias 24 e 25 de Outubro de 2025.

Carinhosamente a Prefeitura de Juiz de Fora espera a participação de um grande número de idosos nesse evento dedicado às pessoas com 60 anos ou mais.

II - DOS OBJETIVOS

A Secretaria de Esporte e Lazer da Prefeitura de Juiz de Fora tem os seguintes objetivos ao promover a edição 2025 do Festival 60+ :

- Oportunizar a aprendizagem e permitir a integração social a partir da prática esportiva.
- Proporcionar a integração entre as comunidades, por meio de competições esportivas diante do espírito de igualdade, respeito, justiça e confraternização.
- Permitir o enriquecimento e a troca de experiências entre os atletas por meio da interação com novas realidades, valorizando as diferenças e diversidades.
- Desenvolver estratégias e procedimentos éticos para a condução e o alcance dos objetivos estabelecidos pelas regras dos jogos nas diversas modalidades esportivas.

III - DA FINALIDADE

Art. 1º – O Festival 60+ da Prefeitura de Juiz de Fora tem como objetivo promover socialização entre os idosos que completem os 60 anos no ano de 2025, permitindo sua participação em atividades esportivas e melhorando assim a convivência.

Parágrafo Único - Será permitido participar dos jogos, o atleta/jogador que completar a idade de 60 anos até o dia 31 de dezembro do ano de 2025.

IV - DA JUSTIFICATIVA

Art. 2º – O Festival 60+ da Prefeitura de Juiz de Fora fundamenta-se em valores éticos e morais desenvolvidos através do jogos e convivência entre os seus participantes.

V - DA PROMOÇÃO

Art. 3º – É um evento promovido pela Prefeitura de Juiz de Fora organizado pelo departamento DETVPS da Secretaria de Esporte e Lazer.

VI - DA COMUNICAÇÃO

Art. 4º - Os participantes deverão ser conhecedores deste regulamento, da Legislação Esportiva aplicável igualmente, dos atos administrativos complementares, ficando sujeitos a todas as suas disposições e às penalidades que deles possam emanar.

Obs.: Complementarão este regulamento os Boletins Técnicos e as Notas Oficiais expedidos pela Comissão Organizadora.

VII - DA INSCRIÇÃO E PARTICIPAÇÃO

Art. 5º - Todos os documentos solicitados neste regulamento deverão ser encaminhados via link de inscrição disponibilizado no portal da Prefeitura de Juiz de Fora (www.pjf.mg.gov.br). Na aba da Secretaria de Esporte e Lazer <https://www.pjf.mg.gov.br/secretarias/sel/festival60.php> do dia 05/09/25 a 17/10/25.

- Anexar no ato da inscrição o documento com foto e atestado médico com data não superior a 12 meses levando-se em consideração o último dia do evento, 25 de outubro de 2025. Ou seja, atestado médico precisa estar datado a partir do dia 25 de outubro de 2024, atestando condição para participação em atividades físicas.

Art. 6º – O boletim oficial e qualquer outra informação serão fornecidos aos participantes no grupo Whatsapp, e/ou publicados na aba da Secretaria de Esporte e Lazer <https://www.pjf.mg.gov.br/secretarias/sel/festival60.php> .

Parágrafo único – Todos os materiais de comunicação do evento, assim como a programação dos jogos e os boletins informativos, serão disponibilizados via grupo no Whatsapp para todas as entidades/grupo/clubes participantes e, caso necessário, individualmente aos interessados, além de publicados na aba da no Portal da Prefeitura de Juiz de Fora (www.pjf.mg.gov.br), ficando a equipe responsável pelas consequências da não observância deste artigo, isentando a Coordenação do Festival de qualquer informação por parte de terceiros.

Art. 7º – O Festival 60+ da Prefeitura de Juiz de Fora serão realizados em locais como clubes e demais espaços cedidos por parceiros (caso necessário seja), visando um

melhor atendimento às necessidades de cada modalidade.

Natação será realizada na **Fibratech** (Endereço: Ladeira Alexandre Leonel, 221 - Estrela Sul, Juiz de Fora - MG, 36033-240), tênis de mesa será na **Academia de Tênis** (Rua Viscondessa di Cavalcanti 110 lj - Poço Rico, Juiz de Fora - MG, 36020-070) e as demais modalidades serão no **Parque Municipal** (Endereço: R. do Contorno, 8 - Nova Califórnia, Juiz de Fora - MG, 36039-270)

Art. 8º – Festival 60+ da Prefeitura de Juiz de Fora será dividido em categorias, assim definida:

Modalidade	Categoria por idade	Nº máximo de Equipes	N.º de atletas por equipe
Buraco	Livre - (acima de 60)	10	Min. 2 / Max. 3
Dama	Livre - (acima de 60)	10	01 atleta
Xadrez	Livre - (acima de 60)	10	01 atleta
Tênis de Mesa	Livre - (acima de 60)	10	01 atleta
Lancebol	Mista - (acima de 60)	12	Min. 4 / máx. 8
Vôlei adaptado	Mista - (acima de 60)	6	Min. 6 / máx. 8
Boliche adaptado	Mista - (acima de 60)	12	Min. 4 / máx. 06
Peteca	Dupla Livre- (60-64) Dupla Livre (acima de 65)	12	Min. 2 Min. 2
Natação (Livre, costas, borboleta e peito)	Masculino e Feminino (60 - 64)		Cada atleta poderá participar no máximo de 03 provas
(Livre, costas, borboleta e peito)	Masculino e Feminino (65 - 69) Masculino e Feminino (acima de 70)		

Art. 9º - Entende-se por modalidades **individuais**: Dama, Xadrez, Natação e Tênis de mesa, assim como as modalidades **Coletivas**: Lancebol, Voleibol adaptado, Boliche adaptado, Peteca, Buraco;

Parágrafo 1º - Para a realização de competições em uma modalidade/categoria é necessário o mínimo de 2 (duas) equipes inscritas, na referida categoria.

Parágrafo 2º - Para fins de definição de categoria será considerado o ano de nascimento do atleta/jogador.

Art. 10 - As equipes poderão ser inscritas, respeitando-se o limite de inscrições por modalidade/categoria, citados no Art.8º.

Art. 11 - O atleta/jogador poderá ser inscrito em apenas uma categoria. Salvo casos específicos julgados pela coordenação geral dos jogos.

Art. 12 - O atleta/jogador poderá participar de 04 modalidades coletivas e 04 individuais além da Natação, resguardado o exposto no Art 8º.

Art. 13 – Não será permitido ao atleta/jogador disputar qualquer modalidade esportiva em

mais de uma equipe.

Art. 14 – O Festival 60+ é um evento esportivo, portanto orientamos o uso adequado de vestimenta esportiva e calçado adequado para tal, afim de assegurarmos a integridade física dos participantes.

(A comissão de organização do Festival 60+ orienta que seja mais adequado a não utilização de sandálias, rasteirinhas ou qualquer outro tipo de calçado que possa levar o jogador ao risco de lesão durante os jogos. Será enviado um comunicado de orientação para todos(as) responsáveis no grupo de whatsapp).

Art. 15 – O atleta/jogador que esteja inscrito em mais de uma modalidade, correrá o risco de sobreposição de horários. A equipe organizadora não se responsabiliza por essa situação.

Art. 16 – Todas as Equipes/Instituições participantes deverão zelar para que as finalidades e objetivos do Festival 60+ sejam observados durante todo o seu transcurso, bem como para o cumprimento deste regulamento.

Art. 17 – As Equipes/Instituições que não fizerem a inscrição no prazo estipulado de 05/09/25 a 17/10/25, não poderão participar do Festival.

Art. 18 – São condições fundamentais para que o atleta participe do Festival 60+ :

- a. Ter preenchido inteiramente os dados da **Ficha de Inscrição** com o nome completo e enviada até a data estipulada no cronograma;
- b. Aquele que por algum motivo não anexou o atestado no link da inscrição poderá apresentar no ato do credenciamento;
- c. Será obrigatório, antes de começarem as atividades, que todo(as) se apresentem munidos de um documento oficial, com foto, a saber: **Carteira de Identidade, Passaporte, Carteira de Trabalho com prazo de validade vigente** para conferência.

OBSERVAÇÃO: Após definidos os participantes, eles poderão ser substituídos, desde que comunicado a Comissão Organizadora com devida antecedência mínima de 48h antes das partidas.

VIII - DA COMPETIÇÃO

Art. 19 - No desfile de abertura do evento será obrigatória a participação dos atletas, sendo o número mínimo de 5 participantes por instituição. Todos devem estar uniformizados segundo definição da instituição. Essa exigência será mantida inclusive para a participação nos jogos.

Art. 20 - Para todos os jogos, o atleta/jogador deverá se identificar junto ao árbitro e representantes da Coordenação Geral, através de um documento oficial conforme Art. 18, item C.

Art. 21 - Os jogos e competições terão início na hora fixada, podendo ser alterados pela Coordenação Geral dos Jogos, mediante aviso prévio, publicado conforme descrito neste regulamento.

Art. 22 - A equipe que incorrer em “**W x O**”, perderá os pontos referentes à partida, não sendo eliminada da competição.

Art. 23 - No banco de reservas somente poderão ficar os atletas/jogadores reservas,

técnico ou representante.

Art. 24 - O abandono de quadra ou local de competição, antes do término do jogo, será considerado “**W x O**”.

Parágrafo Único - Será considerado o placar mínimo estipulado pelas regras específicas oficiais de cada modalidade.

Art. 25 - As datas, horários e locais dos jogos e competições serão determinados pela Coordenação Geral, bem como qualquer alteração por motivo relevante.

Parágrafo Único - É de responsabilidade do **representante da equipe** estar atualizado com os **horários e locais** de realização dos jogos e se comunicar com a Coordenação Geral a respeito de qualquer alteração.

Art. 26 - Quando um jogo for interrompido por motivo independente da vontade dos participantes, e a paralisação for inferior a 30 (trinta) minutos, o jogo terá sequência normal, mantendo-se os tempos/ “sets” e placar até então registrados em súmula.

Art. 27 - Ultrapassando **30 (trinta) minutos**, o jogo poderá ser paralisado cabendo a Coordenação Geral estabelecer novo horário e local para o prosseguimento, mantendo-se os tempos/ “sets” e placar até então registrados em súmula.

Art. 28 - Os árbitros e auxiliares escalados não poderão ser recusados pelas equipes participantes.

Art. 29 - O atleta/jogador, técnico ou representante expulso, fica automaticamente impedido de participar da próxima partida, sendo passível de outras penalidades, de acordo com o regulamento.

Art. 30 - A equipe que incluir em qualquer competição atletas/jogadores, técnicos ou representantes irregulares, perderá os pontos adquiridos e poderá, ainda, sofrer sanções de acordo com o regulamento.

IX - DOS RECURSOS

Art. 31 - As entidades participantes poderão apresentar recursos dirigidos à Comissão organizadora, sempre que se julgarem prejudicadas em seus direitos.

Art. 32 - Os recursos deverão ser protocolados junto à comissão organizadora do Festival 60 + até **30 minutos** após o término do jogo ou competição.

Art. 33 - Não caberá direito a recursos, a alegação de mau tempo, transporte ou trânsito.

Art. 34 - Só poderão apresentar recursos às equipes diretamente envolvidas, não cabendo recurso de terceiros e o ônus da prova caberá exclusivamente ao reclamante.

X - DA PREMIAÇÃO

Art. 35 - Serão concedidos os seguintes prêmios aos participantes:

- **Medalhas de participação para todos os inscritos no Festival 60+.**
- **Nota: cada atleta terá direito a 1 (uma) medalha independentemente do número de modalidades que o mesmo estiver inscrito.**
- **Troféu para equipes campeãs.**

XI - DAS PENALIDADES

Art. 36 - São passíveis de punição todos aqueles que, direta ou indiretamente, estando ligados ao Festival 60+, provocarem distúrbios, de qualquer espécie, danificarem instalações e equipamentos nos locais de competição, infringirem disposições deste regulamento e aqueles que tentarem desvirtuar os objetivos dos mesmos.

Art. 37 - Os casos disciplinares, omissos neste regulamento serão julgados pela Comissão Disciplinar, cujas decisões serão irrecorríveis e inapeláveis.

XII – DAS MODALIDADES:

1- Boliche Adaptado

Art. 38 – A quadra terá comprimento de 10 metros e 2,5 metros de largura, tendo uma linha central dividindo a quadra ao meio.

Art. 39 - A bola utilizada será a de futsal mirim. (Max 100). Antes de começar a partida haverá um sorteio para definir quem iniciará o jogo.

Art. 40 - Cada equipe será composta de 04 jogadores titulares e 04 reservas, **sendo permitida a presença em quadra de no máximo de 02 jogadores do sexo masculino.**

Art. 41 - Cada equipe terá 06 pinos com distância de 25 cm entre eles.

Art. 42 - Os pinos utilizados serão confeccionados com garrafas de refrigerante “pet”.

Art. 43 - Vencerá a partida quem derrubar todos os pinos do adversário ou no final de 08 minutos quem tenha mais pinos. Em caso de empate quem derrubar o próximo pino, vence o jogo.

Art. 44 - As equipes devem ficar fora da quadra atrás da linha de arremesso.

Art. 45 - Após o primeiro arremesso, a posse de bola passa para o adversário e assim por diante.

Art. 46 - Para validar o arremesso, a bola deve tocar no solo antes da linha do meio da quadra.

Art. 47 - A equipe deverá determinar previamente a ordem de arremesso, não podendo ser alterada.

Art. 48 - As substituições são livres, devendo apenas comunicar ao árbitro e manter no máximo 02 homens na quadra.

Art. 49 - A equipe que estiver vencendo e fizer “cera” para se beneficiar do tempo de jogo perderá a posse de bola.

2- Buraco

Art. 50 - A equipe será formada por no máximo 03 (três jogadores) inscritos, sendo que 01 (um) destes é reserva.

Art. 51 - As partidas serão disputadas em uma única queda de 3.000 (três mil) pontos ou 60 minutos corridos, com vulnerabilidade 1.500 (um mil e quinhentos), inclusive na final.

Parágrafo 1º- as partidas serão disputadas no sistema ‘lixo aberto’;

Parágrafo 2º- As canastras serão pontuadas como segue:

- a. Suja= 100 pontos;
- b. Limpa= 200 pontos independentemente do número de pontos;

Parágrafo 3º- As cartas serão pontuadas como segue:

- a. O ÁS vale 15 pontos;
- b. O “2” vale 10 pontos;
- c. As cartas de 3 a 7, inclusive, valem 05 pontos;
- d. As cartas de 08 ao Rei valem 10 pontos.

Art. 52 - Não será permitida a substituição de jogadores **durante** a partida. Salvo em casos de emergência médica.

Art. 53 - Em caso de empate serão aplicados os seguintes critérios:

- a. Maior saldo de pontos obtidos;
- b. Maior número de pontos obtidos;
- c. Maior saldo de pontos obtidos durante toda a competição;
- d. Maior número de pontos obtidos durante toda a competição;
- e. Sorteio.

Art. 54 - As cartas, obrigatoriamente, devem permanecer acima da mesa, seja nas mãos do participante ou não, evitando-se desta forma desentendimentos e fatos desagradáveis. A equipe infratora estará sujeita à perda de 50 (cinquenta) pontos na contagem daquela disputa, após uma primeira advertência.

Art. 55 - Em nenhum momento de uma partida é permitida a colocação de alguma (s) carta (s) sobre a mesa, a (s) qual (is) venham a dar impressão de jogo a ser descido. Estas infrações serão enquadradas na perda de 50 (cinquenta) pontos pela equipe infratora na contagem daquela disputa, após uma primeira advertência.

Art. 56 - No início da partida não será permitido virar a primeira carta do “baralho de compra”.

Art. 57 - Na reincidência do Art. 56, a dupla infratora perderá 50 (cinquenta) pontos na contagem.

Art. 58 - A “fala”, em uma das suas diversas formas, só será permitida quando o jogador estiver com apenas uma carta na mão. Na reincidência a equipe perderá 50 (cinquenta) pontos.

O jogador que tem os jogos descidos à sua frente poderá tocar os mesmos, somente, quando novo jogo for abaixado. O fato de ficar tocando os jogos descidos após ser advertido, na reincidência, será aplicado à penalidade de retirada de 50 (cinquenta) pontos por infração.

3- Dama

Art. 59 - Cada equipe será formada por 01 (um) atleta/jogador, não tendo reserva, sendo a premiação individual.

- . O lance inicial cabe sempre às pedras brancas.
 - . A pedra anda só para frente, uma casa de cada vez.
 - . A dama anda para frente e para trás, quantas casas quiser.
 - . A tomada é obrigatória, não existe “SOPRO”.
 - . A pedra toma dama e dama toma pedra.
 - . A pedra e a dama, tanto toma para frente como para trás.
 - . Se no mesmo lance se apresentar mais de um modo de tomar, é obrigatório executar o lance que tome o maior número de pedras – “LEI DA MAIORIA”.
 - . Dama e pedra tem o mesmo valor tanto para tomar como para serem tomadas.
 - . A pedra que durante o lance de tomada de várias pedras, apenas passe por qualquer casa de coroação, não será promovida à dama.
- Na ação do lance de tomada, é permitido passar mais de uma vez pela mesma casa vazia, mas não é permitido tomar a mesma pedra mais de uma vez.
- . As pedras tomadas não podem ser retiradas do tabuleiro antes de completar o lance de captura.
 - . Pedra tocada é pedra jogada, é obrigatório jogar a pedra tocada.
 - . A grande diagonal preta do tabuleiro deve ficar sempre a esquerda de cada jogador.

Ganha a partida o participante que tomar as pedras do adversário, ou deixar sem movimento possível.

Verificando-se que durante 15 lances sucessivos foram feitos apenas movimentos de dama, sem tomadas ou deslocamentos de pedra, a partida será considerada empatada.

4- Lancebol

Do local de jogo

Art. 60 - O jogo poderá ser realizado em quadras que possuam marcação de basquetebol (principalmente a do lance livre).

Nota: a comissão organizadora do Festival 60+ poderá adaptar o jogo à partir das necessidades avaliadas durante as reuniões com a coordenação técnica, ficando responsável em avisar aos representantes de equipes. Referindo-se a utilização de cestas de basquetebol ou cestos adaptados .

Da Bola

Art. 61 - A bola utilizada para o jogo de Lancebol será a de basquete oficial ou outro tipo de bola que seja aceite pelos responsáveis das equipes, avaliada pela equipe de Coordenação técnica.

Da Arbitragem

Art. 62 - O árbitro principal acompanha todo o jogo e suas decisões são soberanas.

Art. 63 - Para o jogo de Lancebol deverão atuar 02 (dois) árbitros, sendo 01 (um) em cada local de lance livre.

Art. 64 - Compete aos árbitros estar na linha central entre as duas tabelas, conduzir o jogo com precisão, fazendo o sorteio no início do jogo, avisar do intervalo, autorizar o início do 2º tempo, acompanhar o placar simultaneamente e indicar o vencedor.

Art. 65 - Compete aos árbitros fazerem a inscrição em súmula dos jogadores e seus respectivos números na ordem de arremesso; durante o jogo, anotar as cestas convertidas ou não; verificar se a ordem de inscrição em súmula está sendo seguida corretamente; no intervalo, fazer as substituições e/ou alterações na ordem dos arremessos.

Art. 66 - Durante o jogo, após o arremesso, somente os atletas de quadra poderão tocar a bola.

Dos Atletas

Art. 67 - Os atletas deverão estar com uma camisa numerada, se possível.

Art. 68 - Cada equipe será composta de até 08 (oito) atletas, sendo 04 (quatro) titulares e 04 (quatro) reservas.

Art. 69 - Cada equipe só poderá ter em quadra, durante o jogo, no **máximo 02 (dois) atletas do sexo masculino**.

Art. 70 - Antes do início do jogo as equipes se apresentarão ao anotador para registro da presença, fornecimento do número das camisas e ordem de arremesso.

Art. 71 - A substituição e/ou troca da ordem de arremesso dos atletas só poderá ocorrer no intervalo do primeiro para o segundo tempo.

Do Jogo

Art. 72 - Os jogos poderão ser realizados em quadras e ginásios que possuam tabelas de basquete e marcação da linha de lance livre, de acordo com a regra oficial de basquetebol, assim como, será permitido a Organização dos Festival alterar em acordo com a Coordenação Técnica do evento.

Art. 73 - Na quadra ficarão somente os atletas participantes e os elementos da arbitragem. Reservas e demais componentes da equipe deverão estar assentados no banco.

Art. 74 - O jogo será realizado com as equipes dispostas de frente para a sua respectiva tabela e seus jogadores deverão estar em fila indiana.

Art. 75 - Nas substituições dos atletas, no intervalo do jogo, a equipe deverá sempre manter um **número máximo de 02 (dois) atletas masculinos** em quadra, para realização dos arremessos.

Art. 76 - Será considerada vencedora a equipe que atingir o placar de **20 (vinte) cestas** convertidas antes do adversário, ou que, ao final do tempo de **12 (doze) minutos**, esteja

com maior número de cestas convertidas.

Art. 77 - Será permitido aos atletas reservas ou em jogo dizerem o placar, em voz alta, a cada cesta convertida, mesmo que o local possua placar, eletrônico ou manual, que informe a todos os participantes o andamento da partida.

Art. 78 - A partida será dividida em 02 (dois) tempos e o final do primeiro tempo ocorrerá quando uma das equipes efetuar 10 (dez) cestas convertidas primeiro, ou quando o tempo de jogo atingir 06 (seis) minutos, sem completar 10 (cestas) cestas. O final do jogo ocorrerá quando a equipe completar 20 (vinte) cestas convertidas primeiras, ou o tempo de jogo atingir 12 (doze) minutos.

Art. 79 - Ao final do primeiro tempo haverá um intervalo de 02 (dois) minutos para troca de orientações, para as substituições e, caso a (s) equipe (s) queira (m), efetuar mudanças na ordem de arremesso de seus jogadores.

Art. 80 - Ao iniciar o segundo tempo, deverá haver uma troca de lado na quadra ou de cestas, se estas estiverem posicionadas lado a lado, assim como as bolas deverão ser trocadas, entre as equipes em disputa.

Art. 81 - Casos ao final de 12 (doze) minutos as equipes estiverem empatadas, o árbitro deverá proceder a novo sorteio de tabelas e bolas e as equipes poderão efetuar substituições e/ou trocar a ordem de arremesso dos seus jogadores, para uma prorrogação de 04 (quatro) minutos. Caso persista o empate ao final da prorrogação a primeira equipe que fizer uma cesta ganha o jogo.

Art. 82 - Após a inscrição em súmula pelo anotador da ordem de arremesso, a mesma só poderá ser trocada no intervalo do primeiro para o segundo tempo. O técnico ou representante deverá procurar o anotador do jogo 05 (cinco) minutos antes do início da partida e apresentar-lhe a ordem de arremesso definitiva.

Da Dinâmica do Jogo

Art. 83 - Os arremessos efetuados na partida de Lancebol deverão obedecer aos critérios de cobrança do lance livre no jogo de basquetebol, podendo ser efetuados com uma ou duas mãos, de forma livre, onde o jogador estará posicionado atrás da linha de lance livre, não podendo tocá-la ou ultrapassá-la **antes que a bola saia da sua mão**.

Art. 84 - Caso o fiscal verifique que o jogador pisou ou invadiu a linha de lance livre, antes de arremessar a bola, o mesmo será anulado e o jogador perde sua vez naquela rodada.

Art. 85 - Cada jogador terá direito a 01 (um) arremesso em cada rodada, só voltando a arremessar após todos da fila efetuarem o mesmo, dentro da sua ordem pré-determinada, segundo a súmula.

Art. 86 - Não haverá pedidos de tempo durante a partida, nem descontos no tempo de jogo. Caberá ao árbitro verificar o período de paralisação e respectiva providência.

Art. 87 - Para execução do arremesso, a equipe deverá estar posicionada em fila indiana, de frente para sua tabela, sendo que o primeiro de cada equipe, ao arremessar, estará com a bola na mão e o último da fila deverá estar posicionado abaixo de sua tabela, para pegá-la, se necessário. Ao sinal do árbitro, o primeiro jogador irá arremessar e, em seguida, deverá posicionar-se no lugar do último, ou seja, abaixo da tabela. O último, após pegar a bola do primeiro arremessador, irá passá-la para o segundo da fila, que fará

o próximo arremesso e irá posicionar-se no final da fila. O jogador que efetuou o arremesso irá para debaixo da tabela, ocupará o lugar do que estava ali anteriormente, executará o mesmo movimento e, logo após, irá para o final da fila e, assim, sucessivamente.

Das Infrações

Art. 88 - Os arremessos devem obedecer à ordem de inscrição em súmula.

Art. 89 - Os arremessos, fora da ordem da súmula, convertida ou não, serão anulados, porém computados como executados na rodada.

Art. 90 - Os arremessos deverão ser executados somente na tabela da respectiva equipe, fora dela, serão anulados.

Art. 91 - Será eliminada a equipe que jogar com mais de 02 (dois) atletas do sexo masculino.

Das Faltas Técnicas.

Art. 92 - Chutar a bola.

Art. 93 - Qualquer desrespeito ao árbitro e seus auxiliares, adversários e público presente.

Art. 94 - Quando o jogador, técnico e/ou representante não aceitar a decisão do árbitro e seus auxiliares.

Das Penalidades

Art. 95 - Todas as faltas técnicas serão passíveis de:

- a. Advertência (cartão amarelo);
- b. Expulsão do jogo (cartão vermelho);

Art. 96 - O jogador, técnico e/ou representante que reincidiu em sua advertência, será expulso do jogo.

Art. 97 - O jogador expulso do jogo não poderá ser substituído.

5- Natação

Art. 98 - As competições de natação do Festival 60+ serão realizadas de acordo com as regras da FINA, adotadas pela Confederação Brasileira de Natação e pelo que dispuser este regulamento.

Art. 99 - A competição será constituída das seguintes provas, de acordo com as categorias:

Parágrafo Único - **Categorias Masculino e Feminino, exceto revezamento que poderá ser misto.**

Art. 100 - O balizamento na prova será realizado anteriormente.

Art. 101 - A saída dos nados livres e peito poderão ser executados de acordo com a regra, ou o nadador poderá optar por sair de dentro d'água. A saída do nado de costa poderá ser de acordo com a regra, ou o nadador poderá ficar em pé dentro d'água, com as mãos apoiadas.

Art. 102 - As provas serão realizadas de acordo com a programação estabelecida pela Coordenação Técnica e os atletas deverão ter suas inscrições feitas antecipadamente.

Art. 103 - Após a terceira chamada, os atletas deverão apresentar-se ao árbitro para a competição; os que não o fizerem perderão o direito de participar da prova.

Art. 104 - Os atletas só poderão competir em suas respectivas categorias, conforme descrito na tabela abaixo.

Modalidade	Categoria
Natação (Livre, costas borboleta e peito)	Masculino e Feminino (60 - 64)
Natação (Livre, costas borboleta e peito)	Masculino e Feminino (65 - 69)
Natação (Livre, costas borboleta e peito)	Masculino e Feminino (acima de 70)
Natação (Revezamento)	Misto

Art. 105 - As provas serão disputadas em etapa única, sempre com provas finais, não havendo séries eliminatórias, na data previamente marcada, ou seja, será feita tomada de tempo, sendo vencedores aqueles que alcançarem o melhor tempo nas baterias, conforme descrito abaixo:

Caderno de provas	
1ª Prova	25 metros Livre feminino – 60 a 64 anos
2ª Prova	25 metros Livre masculino – 60 a 64 anos
3ª prova	25 metros costas feminino – 60 a 64 anos
4ª prova	25 metros costas masculino – 60 a 64 anos
5ª prova	25 metros peito feminino – 60 a 64 anos
6ª prova	25 metros peito masculino – 60 a 64 anos
7ª Prova	25 metros Livre feminino – 65 a 69 anos
8ª Prova	25 metros Livre masculino – 65 a 69 anos
9ª Prova	25 metros costas feminino – 65 a 69 anos
10ª Prova	25 metros costas masculino – 65 a 69 anos
11ª Prova	25 metros peito feminino – 65 a 69 anos
12ª Prova	25 metros peito masculino – 65 a 69 anos
13ª Prova	25 metros Livre feminino – acima de 70 anos
14ª Prova	25 metros Livre masculino – acima de 70 anos
15ª Prova	25 metros costas feminino – acima 70 anos
16ª Prova	25 metros costas masculino – acima de 70 anos
17ª Prova	25 metros peito feminino – acima de 70 anos

18º Prova	25 metros peito masculino – acima de 70 anos
19ª Prova	Revezamento de 25 m Misto Por Equipe
20ª Prova	25 metros borboleta – 60 a 64 anos
21ª Prova	25 metros borboleta – 65 a 69 anos
22ª Prova	25 metros borboleta – acima de 70 anos

***Medidas aproximadas, de acordo com a Unidade.**

Art. 106 - Cada atleta poderá participar no máximo em 04 provas, além do revezamento.

Art. 107 - Somente serão realizadas as provas que contarem com o mínimo de 02 (dois) atletas de equipes diferentes.

Art. 108 - A competição seguirá o manual de regras vigentes da FINA com adaptações necessárias decididas pela arbitragem.

Art. 109 - Os atletas, ao responderem à chamada no local das provas, deverão se identificar com documento oficial perante a Coordenação Técnica.

Art. 110 - Os casos omissos serão resolvidos pela Coordenação Técnica.

6- Peteca (Sistema de dupla livre)

Art. 111 - Os jogos da serão disputados em melhor de 03 (três) “sets”, sendo que cada “set.” terá 11 (onze) pontos, sem vantagem, ou no máximo 16 (dezesesseis) minutos por set.

Parágrafo 1º - A troca de quadra, em cada “set.”, ocorrerá logo que uma das equipes atinja 06 (seis) pontos ou o tempo de jogo alcance 08 (oito) minutos na categoria “**A**” 06 (seis) minutos na categoria “**B**”;

Parágrafo 2º - Ao final do tempo regulamentar se nenhuma das equipes alcançarem os 11 (onze) pontos vencerá aquela com maior número de pontos. Caso o jogo esteja empatado, vencerá a equipe que efetuar o primeiro ponto de desempate.

7- Voleibol Adaptado

Art. 112 - A quadra será a mesma utilizada do Voleibol Oficial,

Art. 113 - Os jogadores titulares são em número de 06 (seis), podendo ter no máximo 03 (três) atletas do sexo masculino dentro de quadra, podendo no banco ter até 04 (quatro) reservas.

Art. 114 - Na quadra, os jogadores são dispostos de maneira igual ao do jogo oficial, portando camisas idênticas numeradas se possível.

Art. 115 - Todos os reservas deverão participar do jogo, entrando no início do “set”.

Art. 116 - Altura da rede: 2,20 metros.

Art. 117 - Da Duração dos jogos: Serão em melhor de 03 (três) sets de 15 (quinze) pontos progressivos, sem vantagem. Caso o jogo chegue em 16 a 16 (dezesesseis a dezesesseis) terminará no 17º (décimo sétimo) ponto.

Art. 118 - Do Saque: Poderá ser arremessado ou golpeado com uma das mãos por baixo ou lateralmente, utilizando toda a zona de saque, podendo o mesmo tocar a rede.

Parágrafo Único - O saque poderá ser efetuado a 01 (um) metro dentro da quadra, somente para o atleta de sexo feminino.

Art. 119 - Do Rodízio: A cada interrupção e perda de saque por uma equipe, à reposição da bola em jogo pela outra equipe deverá ser precedida por um rodízio dos jogadores no sentido horário.

Art. 120 - Das Faltas:

- . Quando o mesmo jogador der 02 (dois) toques consecutivos;
- . Quando a bola for devolvida no 1º (primeiro) ou 2ª (segundo) toque, mesmo involuntariamente;
- . Quando o jogador der um passo com troca de apoio ao receber a bola, tolerando somente se a movimentação necessária para que ele se equilibre;
- . Quando o jogador der um passo, antes de fazer o passe ou o último arremesso para a quadra do adversário;
- . Quando o jogador tocar a rede, mesmo que esteja sem a bola ou fora da jogada;
- . Quando o jogador saltar perto da rede e “enterrar” a bola na quadra oposta;
- . Quando a bola tocar as antenas da rede, será considerada bola fora;
- . Quando houver conduta indisciplinar ou não condizente com o esporte, por parte de um jogador ou técnico;
- . Os jogadores que passarem a bola para a quadra adversária antes de dar três passes aos colegas de equipe;
- . Será considerada invasão por baixo da rede quando o jogador atrapalhar o adversário ou passar com o corpo todo para a outra quadra com ou sem a posse de bola;
- . Será considerada falta quando o jogador passar a bola para o mesmo atleta de seu time duas vezes na mesma jogada.

Art. 121 - Do Bloqueio:

- . Será permitido bloqueio desde que o atleta adversário não tire os pés do chão;
- . O toque no bloqueio não será contado como o primeiro toque, portanto a equipe receptora ainda terá mais três toques para repor a bola para a quadra adversária.

Art. 122 - Da Substituição:

As substituições são livres, tendo somente que comunicar ao árbitro para autoriza-las.

Art. 123 - Do Toque:

- . Quando o jogador receber ou passar a bola, tocar, segurar, encaixar com uma ou as duas mãos, ou a bola tocar qualquer parte de seu corpo;
- . Cada equipe deverá dar 03 (três) toques; e passar a bola para a quadra adversária;

. Quando 02 (dois) jogadores segurarem juntos a bola, será considerado um toque de cada um.

Art. 124 - Da Recepção (para saque, ataque ou passes):

Será permitido agarrar ou “pipocar da bola nas mãos”, desde que não haja fuga da mesma e que ela não toque no solo.

Art. 125 - Do Período de descanso:

Cada equipe terá o direito a um pedido de tempo de 01 (um) minuto em cada “set”;
Entre um set e outro o tempo será de 03 (três) minutos.

Art. 126 - Das Penalidades:

- . Advertência: Verbal ou sinal com as mãos, sem cartão (sem consequência, apenas para prevenir);
- . Penalidade: Cartão Amarelo (perda do rally e/ou ponto para o adversário);
- . Expulsão: Cartão Vermelho (não joga pelo resto do set);
- . Desqualificação: Cartão Amarelo e Vermelho simultâneo (não joga pelo resto do jogo e deve deixar a área de controle da competição).

8- Tênis de mesa:

Art. 127 - A PARTIDA

- . Constitui-se de 2 sets vencedores de 11 (onze) pontos em três sets disputados. No caso de empate em 10 pontos, o vencedor será o que fizer 2 pontos consecutivos primeiro;
- . O jogador que atua o 1º set num lado é obrigado a atuar no lado contrário no set seguinte.

Art. 128 - O SAQUE

- . A bola deve ser lançada para cima (16 cm no mínimo), da palma da mão livre na vertical e, na descida, deve ser batida de forma que ela toque primeiro no campo do sacador, passe sobre a rede sem tocá-la e toque no campo do recebedor.
- . O saque deve ser dado atrás da linha de fundo ou numa extensão imaginária desta.
- . Terá direito ao saque o atleta que realizar o ponto.
- . O direito de sacar ou receber primeiro ou escolher o lado deve ser decidido por sorteio (ficha de duas cores), sendo que o atleta que começou a sacar no 1º set começará recebendo no 2º set e assim sucessivamente.
- . O sacador deverá sacar e retirar o braço da mão livre da frente da bola de modo que nada esteja entre a bola e o adversário a não ser a rede e suportes.
- . Caso o atleta realize o saque e a bola toque a rede será ponto da equipe adversária.
- . O jogador terá direito a um saque.

Art.129 - UM PONTO

Um jogador perde um ponto quando:

- . Errar o saque.
- . A bola tocar a rede no momento do saque.
- . Errar a resposta.
- . Tocar na bola duas vezes consecutivas.
- . A bola tocar em seu campo duas vezes consecutivas.
- . Bater com o lado de madeira da raquete.
- . Movimentar a mesa de jogo.
- . Ele ou a raquete tocar a rede ou seus suportes.
- . Sua mão livre (que não está segurando a raquete) tocar a superfície da mesa durante a sequência.

9- Xadrez:

Art. 130 - Cada equipe será formada por **01 (um) atleta/jogador**, não tendo reserva.

O lance inicial cabe sempre às pedras brancas.

As peças andam de forma a respeitar a regra de cada uma.

- . ♔ Rei – esta é a peça de maior valor no jogo, pois se esta é capturada a partida chega ao fim; ele pode mover-se em todas as direções, porém em apenas uma casa por vez. Ele pode capturar qualquer peça do adversário, com exceção do Rei.
- . ♚ Dama ou Rainha – ela é a peça mais poderosa, podendo movimentar-se em qualquer direção em um único sentido na jogada e em quantas casas quiser.
- . ♖ Torre – movimenta quantas casas queira na horizontal ou vertical, porém em apenas um sentido por jogada.
- . ♗ Bispo – tem seu movimento mais restrito, sendo possível apenas pelas diagonais em um sentido por jogada.
- . ♘ Cavalo – ele pode movimentar-se em forma de “L”, sendo uma casa na diagonal e outra na vertical ou horizontal, esta peça permite que seja pulada outras peças no percurso.
- . ♙ Peão – no primeiro lance pode movimentar-se uma ou duas casas na vertical, porém não pode retroceder, quando ele chega a última casa é trocado por qualquer outra peça com exceção do Rei. O peão é a única peça que se move na vertical e captura somente na diagonal.

A captura é o movimento de uma peça para a uma casa já ocupada por uma peça adversária.

O xeque e o xeque-mate: O Rei estará em Xeque sempre que estiver na trajetória de uma peça adversária. O Rei não pode permanecer em Xeque. O Xeque deverá ser defendido ou evitado da seguinte forma:

- . capturando a peça que dá xeque;
- . movendo o rei para uma casa que não esteja sob o alcance das peças adversárias;
- . interpondo uma peça da mesma cor que obstruirá a ação da peça adversária.

O rei estará em xeque-mate se nenhuma das três defesas acima for possível. Nesse caso a partida estará terminada com a vitória de quem deu o mate.

As partidas terão duração de no máximo 01 hora. Em caso do término do tempo e a não finalização da partida, vence o atleta/jogador que estiver em maior pontuação ou em maior vantagem no tabuleiro.

XIII – CONSIDERAÇÕES FINAIS

Art. 131 - Os casos omissos neste regulamento serão avaliados pela Comissão Organizadora do Festival 60+.

Art. 132- Os interessados em participar do Festival 60+ poderão obter mais informações na SEL ou através do telefone 3690-7845 (DETVPS).

Seguem abaixo os endereços dos locais de competições:

Natação será realizada na **Fibratech** (Endereço: Ladeira Alexandre Leonel, 221 - Estrela Sul, Juiz de Fora - MG, 36033-240).

Tênis de mesa será na **Academia de Tênis** (Rua Viscondessa di Cavalcanti 110 lj - Poço Rico, Juiz de Fora - MG, 36020-070).

Demais modalidades serão no **Parque Municipal** (Endereço: R. do Contorno, 8 - Nova Califórnia, Juiz de Fora - MG, 36039-270)

Comissão organizadora do Festival 60+

2025

