



POWERTOGETHER
JUNTOS SOMOS MAIS FORTES

IV Etapa
XI CIRCUITO PROF. MÁRIO LEMOS

Organizado por Powertgether
09 de maio 2026

**Pavilhão Municipal Prof. Miranda de
Carvalho**



IV Etapa

XI CIRCUITO PROF. MÁRIO LEMOS

Powertgether



9 de maio de 2026

Pavilhão Municipal Prof. Miranda de Carvalho
(Vila D'Este)

1. Equipas Participantes :

- | | |
|-----------------|-----------------------|
| 1. Powertgether | 4. CAA Salesianos |
| 2. GDB Leça | 5. SC São João de Ver |
| 3. SC Coimbrões | 6. USC Paredes |

2. Data, Hora e Local :

O evento irá realizar-se em Vila Nova de Gaia no dia **9 de maio de 2026**, entre as 15h00 e as 18h00, no seguinte local:

Pavilhão Municipal Professor Miranda de Carvalho

Praceta João de Oliveira Marques 441, 4430-569 Vila Nova de Gaia

<https://maps.app.goo.gl/oMGVkmQYG3TEkoZL7>

3. Programa :

- 14.30 – Receção das equipas
- 15.00 – 1a jornada de Jogos
- 15.30 – 2a jornada de Jogos
- 16.00 – Lanche e concursos por equipa
- 16.30 – 3a jornada de Jogos
- 17.00 – 4a jornada de Jogos
- 17.30 – 5a jornada de Jogos
- 18.00 – Entrega das bolas aos vencedores do concurso e fotografia dos participantes. Breve evocação sobre quem foi o Prof. Mário Lemos
- 18.15 – Encerramento do evento

4. Regulamento :

As regras de jogo são as da FPB adaptadas ao escalão de Minibásquete, e definidas pelas seguintes alterações:

1. A atividade está definida para o escalão de **Sub10 mistos**;
2. As equipas são formadas por 12 atletas Sub10 ou mais novos;
3. Os clubes poderão comparecer ao evento com mais de 12 jogadores por equipa, mas em cada jogo só poderão participar 12 elementos;
4. Os atletas das equipas que tem mais de 12 elementos participam no mínimo em 2 jogos e pelo menos 1 dos concursos;
5. Cada jogo tem **duração de 3 períodos no modelo de 4x4** tempo corrido;
6. Cada período terá **8 minutos de duração**;
7. Não há lances livres;
8. Nas bolas presas a reposição **será feita segundo a regra da posse de bola alternada**;
9. Por jogo cada jogador só poderá jogar 1 período;
10. **Caso uma equipa tenha menos de 12 jogadores, os jogadores que jogam em dois períodos terão nesse período que ser substituídos a meio do período**;
11. **O roubo da bola só será permitido a partir do drible do atacante** (o que implica não permitir que seja feito das mãos do portador da bola);
12. Os cestos estarão a uma altura de **2.60m**;
13. A dimensão da bola será de **tamanho nº5**;
14. Os resultados dos jogos não serão contabilizados;
15. Os árbitros serão indicados pela organização.

5. Concursos :

Todas as equipas presentes no evento irão realizar os seguintes concursos coletivos:

1. **Lançamento na passada do lado direito**;
2. **Lançamento na passada do lado esquerdo**;
3. **Lançamento da linha de lance livre**.

O regulamento dos concursos está anexado no presente documento.

6. Prémios :

1. Todas as equipas poderão participar nos concursos, mas para o ranking e atribuição de prémios apenas vão ser validadas as equipas que cumpram todos os requisitos do concurso.
2. Cada equipa que vencer cada um dos concursos receberá três bolas. **Não há acumulação de prémios** (serão premiados os 2º classificados e seguintes se uma equipa vencer mais do que um concurso).
3. Em caso de empate, as equipas empatadas executarão a mesma prova, mas apenas uma serie de lançamentos (1 lançamento a cada atleta).

7. Calendário :

1. O calendário (*de jogos, concursos e pausa para o lanche*) está anexado a este documento e não será disponibilizado aos clubes em formato de papel, por parte da organização;
2. O calendário estará igualmente exposto em vários locais no pavilhão para consulta.

8. Notas Importantes :

1. **Todos os clubes devem enviar a ficha de constituição da equipa** (anexada neste documento) **impreterivelmente até ao dia 6 de maio;**
2. **Todos os atletas participantes devem estar inscritos na FPB**, caso contrário, os clubes desses atletas não inscritos terão de assumir a responsabilidade em caso de acidente;
3. Todas as equipas terão um balneário à sua disposição para utilização;
4. A organização não se responsabiliza pelo desaparecimento de valores ou outros (como por exemplo: roupa, sapatilhas, etc) nem por qualquer dano causado pelos participantes;
5. A organização não irá disponibilizar água ou lanche às equipas, por isso, **os atletas deverão apresentar-se munidos de um pequeno lanche para comer durante a manhã**, assim como, de **uma garrafa de água para os jogos;**
6. As equipas lancham no período entre as 16h00 e as 16h30, antes ou após os concursos, conforme calendário.
7. **É expressamente proibido comer dentro do recinto de jogo.** As equipas deverão utilizar o seu próprio balneário para o efeito;
8. Todas as equipas deverão estar presentes na cerimónia de encerramento;
9. Todos os possíveis casos omissos no presente regulamento serão resolvidos pela organização do torneio.

IV Etapa XI CIRCUITO PROF. MÁRIO LEMOS

Powertogether



POWERTOGETHER
JUNTOS SOMOS MAIS FORTES

CALENDÁRIO

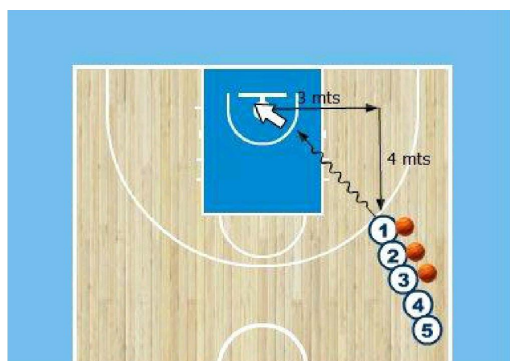
Hora	Campo	Equipa A	Equipa B
14h30	Receção das Equipas		
15h00 1ª Jornada	1	CAA Salesianos	Powertogether
	2	SC São João de Ver	USC Paredes Basket
	3	GDB Leça	SC Coimbrões
15h30 2ª Jornada	1	Powertogether	SC São João de Ver
	2	SC Coimbrões	CAA Salesianos
	3	USC Paredes Basket	GDB Leça
16h00 Concursos + Lanche	1	SC Coimbrões Tabela 1	SC São João de Ver Tabela 2
	1	Powertogether Tabela 1	CAA Salesianos Tabela 2
	2	USC Paredes Basket Tabela 3	GDB Leça Tabela 4
16h30 3ª Jornada	1	GDB Leça	Powertogether
	2	SC São João de Ver	CAA Salesianos
	3	SC Coimbrões	USC Paredes Basket
17h00 4ª Jornada	1	Powertogether	USC Paredes Basket
	2	CAA Salesianos	GDB Leça
	3	SC São João de Ver	SC Coimbrões
17h30 5ª Jornada	1	SC Coimbrões	Powertogether
	2	USC Paredes Basket	CAA Salesianos
	3	GDB Leça	SC São João de Ver
18h00	Entrega de prémios		
18h15	Cerimónia de Encerramento		

Regulamento dos Concursos

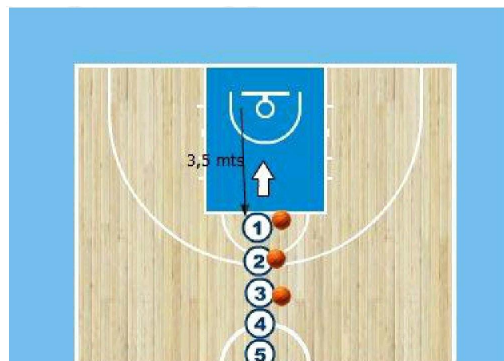
Para os concursos de lançamento, deverão ser consideradas as regras estabelecidas no COMUNICADO DO CNMB, COMUNICADO Nº: 002 | ÉPOCA: 2025/2026 | DATA: 16/01/2026.

1. As equipas têm de ser formadas por 10 atletas, **caso contrário os seus resultados não serão considerados nos rankings e a equipa não poderá receber o prémio nem ser considerada vencedor do concurso;**
2. As equipas formam uma fila conforme as figuras apresentadas neste documento;
3. Cada equipa só pode ter **três bolas;**
4. **Não são contabilizados** lançamentos em que o jogador viola a regra dos apoios “Passos”;
5. **Na execução do lançamento na passada do lado direito o(a) jogador pode lançar com a mão direita ou com ambas as mãos (não são contabilizados lançamentos executados claramente com a mão esquerda);**
6. **Na execução do lançamento na passada do lado esquerdo o(a) jogador pode lançar com a mão esquerda ou com ambas as mãos (não são contabilizados lançamentos executados claramente com a mão direita);**
7. Cada jogador quando chega a sua vez apenas tem uma tentativa para lançar ao cesto, a seguir ao lançamento tem de ir buscar a bola e passar ao companheiro que não tem bola e coloca-se no fim da fila;
8. Apenas os jogadores em concurso poderão tocar nas três bolas das suas equipas, não há adultos a ajudar a recuperar bolas;
9. O início do concurso começa com ao sinal sonoro do apito ou aparelho eletrónico;
10. São contados o número de cestos convertidos durante os 3 minutos;
11. Um cesto convertido depois do apito final é válido se a bola já tiver saído da mão do jogador quando soar o sinal sonoro;
12. O lance livre tem de ser executado atrás da linha de **3,5 m**.

1. LANÇAMENTO NA PASSADA:



2. LANCE LIVRE:





POWERTOGETHER
JUNTOS SOMOS MAIS FORTES

Obrigado pela vossa presença

Esperamos que se divirtam!