

**Regulamento para os escalões Sub 8, Sub 10 e Sub 12**

**QUADRO SÍNTESE – 2009/2010**

<b>Escalões</b>	<b>Sub 8</b> (nascidos até 2002)	<b>Sub 10</b> (nascidos em 2001 e 2000)	<b>Sub 12</b> (nascidos em 1999 e 1998)
<b>Nº de jogadores</b>	5	7	10
<b>Dimensões do campo</b>	25 x 15 m	30 x 20 m	70 x 30 m (área de “22 m” com 12 metros)
<b>Nº da bola</b>	3	3	4
<b>Tempo de jogo</b>	10' <sup>a)</sup>	15' <sup>a)</sup>	20' <sup>a)</sup>
<b>Formação ordenada</b>	NÃO HÁ <sup>b)</sup>	NÃO HÁ <sup>b)</sup>	5 x 5
<b>Alinhamento</b>	NÃO HÁ <sup>b)</sup>	NÃO HÁ <sup>c)</sup>	NÃO HÁ <sup>c)</sup>
<b>Penalidades</b>	Adversários a 3 metros	Adversários a 5 metros	Adversários a 7 metros Fora da área de “22 m” é <b>obrigatório</b> jogar à mão
<b>Placagem</b>	Blocagem; placagem abaixo da cintura	Abaixo da cintura	Abaixo da cintura
<b>Hand-off</b>	Não é permitido	Não é permitido	Não é permitido
<b>Maul</b>	Acção pedagógica do árbitro, indicando o eixo (Max. 5 segundos)	Acção pedagógica do árbitro, indicando o eixo (Max. 5 segundos)	Entrada pelo <b>eixo</b> (Máx. 5 segundos)
<b>Pós-placagem e ruck</b>	Jogador placado: libertação <b>imediate</b> da bola	Jogador placado: libertação <b>imediate</b> da bola; <b>Indicar lado de entrada</b> no ruck	Entrada pelo <b>eixo</b> ; Linha de fora-de-jogo definida pelos <b>últimos pés</b>
<b>Jogo ao pé</b>	Não permitido	Não permitido	Permitido

a) O tempo de jogo pode variar em função do número de equipas inscritas na competição;

b) A bola deve ser entregue à altura do peito, alternadamente a diferentes jogadores;

c) O jogo recomeça com um pontapé livre a 3 metros da linha lateral;