



REGULAMENTO ESPECÍFICO DE ESCALADA 2025-2026

ÍNDICE

I – INTRODUÇÃO	3
II – DESPORTO ESCOLAR ESCOLA ATIVA (DEEA).....	3
III– ESCALÕES ETÁRIOS	4
III – CONSTITUIÇÃO DE GRUPO EQUIPA.....	5
IV – MODELOS DE COMPETIÇÃO	5
V – FASES COMPETITIVAS.....	7
VI – SISTEMA DE CLASSIFICAÇÃO	9
VII – REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES	11
COMPETIÇÃO DE ESCALADA DE DIFICULDADE.....	11
COMPETIÇÃO DE ESCALADA DE BLOCO (<i>Boulder</i>)	22
COMPETIÇÃO DE ESCALADA DE VELOCIDADE.....	32
VIII – EQUIPAMENTO E PROCEDIMENTOS DE SEGURANÇA.....	40
IX. CASOS OMISSOS	41

I – INTRODUÇÃO

O Regulamento Específico de Escalada visa regular todas as competições da modalidade desenvolvidas no âmbito do Desporto Escolar.

Dada a especificidade do conjunto de disciplinas que integram a modalidade torna-se necessário estabelecer orientações comuns que uniformizem a prática, em conformidade com o estipulado no Regulamento Geral de Funcionamento do Desporto Escolar (RGFDE) e no Regulamento de Provas e Competições (RPC) 2025-2026.

O presente Regulamento pode ainda ser complementado pelo Regulamento de Prova da respetiva fase (Local, Regional e Nacional), a elaborar pela entidade organizadora, e poderá ser adaptado em função da disponibilidade de recursos humanos e materiais, desde que se respeitem todas as normas de segurança, e que as referidas adaptações sejam do conhecimento prévio de todos os participantes e mereçam a aprovação pela Coordenação Nacional do Desporto Escolar (CNDE).

II – DESPORTO ESCOLAR ESCOLA ATIVA (DEEA)

De acordo com o RGFDE e com o Regulamento DEEA, o DEEA é atividade interna Nível I de caráter regular com treinos e competições internas e/ou com escolas próximas. Estas atividades assumem preferencialmente caráter lúdico – competitivo com a finalidade de promoção das competências motoras do aluno.

Neste contexto, os grupos DEEA deverão desenvolver atividades que consistem em pequenos simulacros de competição interna. A saber, para a disciplina de **Bloco**, provas no formato Contest com 10/12 blocos adequados aos escalões - 2º ciclo. Para o 3º ciclo e Secundário, depois da dinamização do Contest podem ser criadas finais após apuramento dos 6 melhores alunos. As finais consistem em realizar 4 blocos multitemáticos (um bloco de placa, um de coordenação, um de força, etc), em 4 minutos cada – sem limite de tentativas.

Para preparar estes momentos de simulacro competitivo, devem ser trabalhadas as habilidades motoras nas Estrutura Artificial de Escalada (EAE) ao longo dos treinos. A título de exemplo, deverão ser apresentados desafios lúdicos onde se desenvolvam as competências de agarre dos diversos tipos de presas (puxador, pinça, regletes, mono-dedos, bi-dedos, aplats, entre outros), nos vários sentidos (superior, invertidos e laterais).

No que respeita à disciplina de Dificuldade, os alunos deverão aprender a realizar o nó obrigatório (nó de oito duplo), e os restantes nós facultativos (nove, oito cozido, coelho, etc). Paralelamente, deverão também desenvolver competências no âmbito da instalação do Equipamento de Proteção Individual (EPI - arnês e capacete) e saber realizar a verificação do parceiro. Deverão, também, realizar atividades onde se consiga desenvolver a técnica de “dar segurança” ao colega/parceiro de cordada, em Molinete (Top-rope). São recomendados workshops de nós e de juízes árbitros.

III– ESCALÕES ETÁRIOS

Os escalões etários em competição são os seguintes (Tabela 1):

Tabela 1. Escalões etários.

ESCALÃO	ANO DE NASCIMENTO
INFANTIL A (SUB 11)	2015 a 2017
INFANTIL B (SUB 13)	2013 e 2014
INICIADO (SUB 15)	2011 e 2012
JUVENIL (SUB 18)	2008 a 2010
JÚNIOR (SUB 21)	2004 a 2007

Nota: No escalão infantil A não há competição Nível II, sendo as atividades realizadas no âmbito do Desporto Escolar Escola Ativa (DEEA). Caso o professor considere, por razões de natureza técnica e didática, que a participação do aluno constitui uma mais-valia na competição de Infantil B, este deverá ser inscrito mediante subida de escalão.

Sempre que se realizem competições simultâneas de diferentes géneros e/ou escalões devem elaborar-se listas finais de classificação indexadas ao escalão/género, apesar de competirem em conjunto.

No Escalão Iniciado (Sub 15) a subida de escalão imediatamente superior apenas é permitida aos alunos que estejam no último ano do escalão correspondente à sua idade. Não é permitida a subida de escalão aos alunos Juvenis (Sub18).

A subida de escalão imediatamente superior, qualquer que seja o GE de escalão/género, deverá ser concretizada na PGDE, até ao dia 15 de março, inclusive, do ano letivo em vigor.

III – CONSTITUIÇÃO DE GRUPO EQUIPA

A participação nas atividades do Programa Estratégico do Desporto Escolar (PEDE), em vigor, está aberta a todos os alunos cujo ano de nascimento se encontre dentro do intervalo definido nos escalões etários de acordo com o quadro acima (ponto III deste Regulamento). O Grupo-Equipa tem de ter, no mínimo, 18 alunos inscritos, independentemente do escalão e género.

IV – MODELOS DE COMPETIÇÃO

Estão previstos três (3) modelos de competição, representativos das diferentes disciplinas que compõem a modalidade. A Organização deve optar pelo modelo tendo em conta o nível dos alunos e os recursos humanos e materiais existentes.

a) ESCALADA DE DIFICULDADE – As competições de Escalada de Dificuldade definem-se como aquelas em que se escala em primeiro de cordada (“à frente”). O aluno, assegurado por um elemento da organização, e utilizando o devido Equipamento de Proteção Individual (EPI), sobe desde o solo e passa sucessivamente a corda por cada mosquetão da fita/cinta *expresse* (ponto intermédio), e utilizando como sistema de progressão somente as presas que o muro contenha. A última presa válida alcançada determina a classificação do aluno na ronda da competição, sendo que a pontuação máxima é obtida com a passagem da corda na fita/cinta *expresse* do topo (Top).

Os atletas terão um tempo máximo para efetuar cada via, determinado pela organização.

NOTA: Nos escalões de Infantis e Iniciados, os alunos escalam em Molinete (Top Rope). Os alunos Iniciados poderão optar por escalar em primeiro de cordada, caso o professor entenda que será o mais adequado aos seus conhecimentos técnicos, à sua maturidade e à sua condição física.

Nos escalões Juvenis e Juniores, os alunos escalam à frente (“abrir a via”). Os alunos dos escalões Juvenis e Juniores poderão realizar escalada em Molinete caso o professor entenda que será o mais adequado aos seus conhecimentos técnicos, a sua maturidade e a sua condição física. Neste caso, a sua classificação terá em conta esta condição, sendo classificado após os alunos em escalada à frente.

b) ESCALADA DE BLOCO – As competições de Escalada de Bloco, consistem numa série de pequenas vias de escalada, geralmente designadas como blocos (*boulders*), que deverão ter em média 4/8 presas de mão e no máximo 12. Todos os blocos são escalados sem a utilização de EPI, sendo a segurança garantida por colchões de queda (similares aos de salto em altura, com 30 cm de espessura), colocados direta e/ou estrategicamente por baixo dos blocos a escalar. Cada bloco deverá ter assinalado com fita-cola colorida/*tape*:

- os 4 apoios marcados para o início (cada presa poderá ter mais de uma fita de marcação);
- uma presa de Zona (pontuação intermédia);
- uma presa de Top (onde os alunos deverão juntar as mãos de forma controlada).

O número de Tops, número de Zonas e respetivo número de tentativas determina a classificação do aluno na ronda da competição.

NOTA: Na colocação dos colchões não devem ser ignoradas as quedas após balanços pendulares e devem ser acauteladas as zonas de união dos colchões.

c) ESCALADA DE VELOCIDADE – As competições de Escalada de Velocidade definem-se como aquelas em que se escala em molinete (Top Rope), procurando atingir o final da via o mais rápido possível. O aluno, devidamente assegurado por um elemento da

organização, e utilizando o devido EPI, sobe desde o solo utilizando como sistema de progressão somente as presas que o muro contenha.

O aluno que, no melhor tempo possível, toca no ponto assinalado como fim da via (presa assinalada com fita-cola colorida ou botão ligado a luz ou cronómetro) vence.

NOTA: Para se poderem realizar provas de velocidade integradas no quadro competitivo a EAE deverá ter um mínimo de 10 metros, vertical ou ligeiramente extra prumada (até 5 graus) e as presas utilizadas deverão ser as presas de velocidade, colocadas nas posições e distâncias definidas nos regulamentos internacionais (*International Federation of Sport Climbing* – [IFSC](#)).

Os alunos inscritos em MAAL, estão autorizados a integrar os quadros competitivos de Escalada nas suas diferentes fases.

V – FASES COMPETITIVAS

1 – Competições Locais

A desenvolver ao nível da Coordenação Local do Desporto Escolar (CLDE), de acordo com os vários modelos previstos (ver “Modelos de Competição”). O conjunto de competições realizadas deverá ser adaptado às EAE disponíveis, mas deverá, sempre que possível, conter provas das três disciplinas da modalidade.

Cada CLDE deverá equacionar a possibilidade de efetuar um encontro de encerramento, quando possível, que permita aos alunos a experimentação de Escalada em Rocha. Neste encontro deverão ser atribuídas medalhas aos três (3) primeiros classificados em cada escalão do ranking final da CLDE, às três (3) primeiras equipas e diplomas para todos os participantes.

1.1 Constituição do Grupo-equipa

Cada Grupo-equipa, em competição, deve fazer-se representar por:

- 7 alunos praticantes no mínimo;

Nota: Esta premissa pode ser ajustada à forma de competição realizada, sendo obrigatoriamente definida pela CLDE.

- 1 Professor responsável pelo grupo-equipa;

- 2 Alunos Juízes-árbitros;

Caso o Grupo-Equipa não cumpra a totalidade dos três pontos anteriores do presente regulamento ser-lhe-á averbada **Falta Administrativa**, que será apenas considerada para efeitos de análise da participação da escola nas atividades do Desporto Escolar durante o respetivo ano letivo, não havendo implicação direta na classificação dos alunos.

De acordo com o especificado no Regulamento de Provas e Competições, todos os Grupos-Equipa têm de fazer Formação Inicial de Juízes-Árbitros. Compete ao professor responsável pelo Grupo-Equipa a formação básica dos seus alunos juízes, durante o 1.º período/semestre.

1.2 Apuramento para a Fase Regional (caso exista)

Coletivamente: As escolas classificadas nos três (3) primeiros lugares (num máximo de 12 alunos).

Individualmente: Deverão ser apurados, pelo menos, os três (3) melhores classificados, não pertencentes às equipas classificadas nos três (3) primeiros lugares apurados para a fase Regional.

2 – Competições Regionais

A existência de uma fase regional depende da expressão da modalidade em cada região, pelo que cada Coordenação Regional de Desporto Escolar (CRDE) deve analisar a pertinência da organização desta competição. Caso exista, será constituída por competição de ESCALADA DE DIFICULDADE, com um grau de dificuldade inicial de "6a" (escala francesa¹), e por uma competição de ESCALADA DE BLOCO, com um grau de dificuldade inicial de "5A" (escala francesa¹).

Nota Importante: Pré-requisitos – Por forma a uniformizar o nível competitivo das Competições Regionais, apresentam-se, de seguida, um conjunto de orientações. Estas orientações não poderão excluir qualquer aluno de participar na Fase Regional.

¹ Escala francesa ou escala de *Fontainebleau*.

ESCALADA DE DIFICULDADE: um grau de dificuldade mínimo de "6a" (escala francesa) em escalada de dificuldade "**à frente**" – **Escalões Juvenil e Júnior** e de dificuldade em **sistema molinete (Top Rope)** – **Escalões de Infantis e Iniciados**. A confirmação deste nível de desempenho compete aos professores responsáveis pelo respetivo grupo-equipa. Realça-se o facto de que este nível de desempenho mínimo engloba a capacidade física e a capacidade técnica (técnica corporal e domínio dos procedimentos e equipamentos utilizados em escalada à frente, nomeadamente manobras de proteção intermédia), para vencer o grau de dificuldade exigido.

Caso um aluno dos escalões Juvenil e Júnior realize escalada em Molinete, a sua classificação terá em conta esta condição, sendo classificado após os alunos em escalada à frente.

ESCALADA DE BLOCO: um grau de dificuldade mínimo de "5A" (escala francesa *Fontainebleau*) A confirmação deste nível de desempenho compete aos professores responsáveis pelo respetivo grupo-equipa. Realça-se o facto de que este nível de desempenho mínimo engloba a capacidade física e a capacidade técnica (domínio das técnicas corporais) para vencer o grau de dificuldade exigido.

3 – Competição Nacional

Caso exista, estará sujeito a um regulamento específico.

VI – SISTEMA DE CLASSIFICAÇÃO

No Desporto Escolar, todas as fases de competição terão uma Classificação Coletiva por Equipa de Escola e uma Classificação Individual em cada prova realizada.

Os resultados alcançados em cada prova contam simultaneamente para a Classificação Coletiva e para a Individual, de acordo com a Tabela 2.

Tabela 2. Sistema de classificação.

Classificação Individual			Classificação Coletiva	
Classificação Prova	Pontos Atribuídos	Classificação Geral	Classificação Prova	Classificação Geral
1.º	100	A Classificação Geral Individual é definida pelo somatório do nº de pontos de cada aluno por prova. A pontuação só será validada se o aluno tiver participado, obrigatoriamente, em metade das provas +1.	A Classificação Coletiva de Prova obtém-se através do somatório do nº de pontos obtidos pelos <u>primeiros quatro</u> classificados da Equipa de Escola.	A Classificação Geral Coletiva é definida pelo somatório do n.º de pontos obtidos em todas as provas pela Equipa de Escola.
2.º	80			
3.º	65			
4.º	55			
5.º	51			
6.º	47			
7.º	43			
8.º	40			
9.º	37		As equipas de Escola que apresentarem um número ≥ 7 alunos praticantes, receberão uma bonificação de 34 pontos.	
10.º	34			
11.º	31			
12.º	28			
13.º	26			
14.º	24			
15.º	22			
16.º	20			
17.º	18			
18.º	16			
19.º	14			
20.º	12			
21.º	10			
22.º	9			
23.º	8			
24.º	7			
25.º	6			
26.º	5			
27.º	4			
28.º	3			
29.º	2			
≥ 30.º	1			

VII – REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES

COMPETIÇÃO DE ESCALADA DE DIFICULDADE

Artigo 1.º

Generalidades

1. A Estrutura Artificial de Escalada (EAE):

- a. Todas as competições autorizadas pela Coordenação Nacional desenrolam-se em estrutura artificial de escalada (EAE), que apresente as necessárias condições de segurança, devidamente asseguradas pela organização.
- b. Na disciplina de Escalada de Dificuldade, a EAE terá preferencialmente uma altura de 12/15 metros e uma largura mínima de 3 metros para cada via. A estrutura deverá, recomendavelmente, ter extra prumo.
- c. A superfície da EAE deve permitir escalar na sua totalidade e, em caso de necessidade, poder-se-á delimitar uma zona interdita (fita preta), de forma claramente identificável.
- d. Os bordos laterais da estrutura e o seu topo não se usarão para escalar.
- e. Em caso de necessidade, as vias podem ser delimitadas através de uma marca contínua e claramente identificável.
- f. Os pontos de proteção intermédios (fitas/cintas *expresse*) e de Top da via (reunião) deverão ver-se facilmente e a linha de saída para o começo da tentativa numa via deverá estar claramente marcada.

2. O Formato da Competição:

a. Objetivo:

- i. Todas as vias de Escalada de Dificuldade serão escaladas em primeiro de cordada – À EXCEPÇÃO DA ESCALADA EM MOLINETE – com o escalador ascendendo com a corda desde o solo e protegendo (obrigatoriamente e sequencialmente) todos os pontos de proteção intermédios (plaquetes). As fitas *expresse* estarão previamente colocadas e o escalador será assegurado por um elemento da organização.
- ii. Uma via considera-se **realizada com êxito** quando o escalador utiliza como forma de progressão unicamente as presas da via (e as formas

permitidas do muro de escalada), e quando a reunião (TOP da via) for protegida a partir de uma posição legítima. Agarrar a reunião antes de a proteger considera-se uma ajuda artificial e a escalada da via deve ser dada como terminada (será considerada a última presa controlada).

- iii. No caso de o escalador não atingir o TOP da via, a última presa alcançada, determina a sua classificação na respetiva fase da competição (de acordo com o croqui previamente elaborado).

b. Escalada à Vista:

- i. No modelo de COMPETIÇÃO DE ESCALADA À VISTA, o escalador realiza a sua tentativa após um período autorizado de observação, não tendo nenhum outro tipo de informação sobre a via, nem lhe sendo permitido visualizar outros escaladores na mesma via.

c. Escalada a Flash ou Ensaçada:

- i. No modelo de COMPETIÇÃO DE ESCALADA A *FLASH* OU ENSAIADA, a organização pode decidir prescindir da utilização da zona de isolamento, permitindo aos escaladores a observação livre da via e das tentativas de outros escaladores. Neste caso, deve-se proceder à demonstração prévia da escalada por um escalador não-participante, de modo a manter a igualdade de oportunidades. Em alternativa, pode também permitir aos escaladores um período de treino livre na via a escalar, nestes casos a organização deve denominá-la – ESCALADA DE DIFICULDADE ENSAIADA.

Artigo 2.º
Segurança

1. Durante a competição devem ser tomadas todas as medidas necessárias de segurança. Cada via será desenhada de forma a minimizar a eventualidade de uma possível queda do aluno que:

- a. Lesione o aluno;
- b. Lesione ou obstrua outro aluno.

2. O Juiz deverá inspecionar cada via antes do começo de cada ronda de competição a fim de **assegurar que**:

- a. Todo o equipamento e medidas de segurança estão de acordo as Normas da União Internacional de Associações de Alpinismo/Conformidade Europeia ([UIAA](#)/CE) e o presente regulamento (Quadro 1).

Quadro 1. Equipamentos e normas de escalada de dificuldade.

Equipamento	CEN Standard
<i>Belay Devices (Locking)</i>	EN15151-1 (Draft)
<i>Belay Devices (Manual)</i>	EN15151-2 (Draft)
Arnês de Escalada	EN12277 (Type C)
Presas de Escalada	EN12572-3
Corda de Escalada	EN892
Estrutura de Escalada	EN12572-1, EN12572-2
Mosquetões (rosca)	EN12275 (Type H)
Mosquetões (autoblocantes)	EN12275 (Type H)
Fitas	EN566
Mosquetão Fita Expresso	EN12275 (Type B, Type D)
<i>Maillon Rapid (Quick Link)</i>	EN12275 (Type Q)

Nota: Legenda – CEN: Comité Europeu de Normalização.

- b. Todos os seguradores são competentes – O Juiz de Prova (ou professor responsável pela organização) tem autoridade para substituir um segurador ou qualquer outro elemento cujo comportamento coloque em risco a segurança da prova.
- c. A corda, em caso de necessidade, está passada no primeiro ponto de segurança ou qualquer outro ponto intermédio julgado conveniente para garantir a segurança do escalador.
- d. No caso da Escalada em Molinete (Top Rope), a corda está corretamente passada na reunião (Topo).

3. A organização deverá assegurar que existem meios de socorro disponíveis para atuar em caso de acidente ou lesão de um escalador ou de qualquer outra pessoa no recinto da prova.
4. Os escaladores são livres de usar um saco de magnésio, calçado de escalada e roupa adequada.
5. É obrigatória a utilização de capacete e de arnês, exceto na escalada de bloco.
6. É obrigatório o encordoamento através do nó de oito duplo.
7. Não é permitida a utilização de fitas com nós, como forma de prolongamento de uma fita *expresse*. Em caso de necessidade, dever-se-á recorrer a uma fita comprida de resistência igual ou superior à fita *expresse*.
8. A distância máxima recomendada entre pontos de segurança intermédios é de 2 metros.
9. O Segurador deve certificar-se que:
 - a. A corda está corretamente encordoadada no arnês do aluno.
 - b. A corda está corretamente passada no aparelho de segurança.
 - c. O movimento do escalador não é perturbado de nenhuma forma pela corda.
 - d. O escalador consegue proteger sem haver travamento na corda e, em caso de falha, que consegue recolher rapidamente o excesso de corda.
 - e. No caso da escalada em molinete, não exercer demasiada tensão na corda, de forma que esta possa constituir um auxílio na progressão.
 - f. Todas as quedas sejam seguradas de forma segura e dinâmica, zelando pela integridade física do escalador.
10. Escalada de Dificuldade em Molinete (Top Rope):
 - a. Em todas as vias de dificuldade em sistema de MOLINETE o escalador escala partindo do solo estando a corda passada pela reunião (Top da via) e será segurado por um elemento da organização.
 - b. No Top da via deverão ser colocados dois pontos de proteção separados, em que cada um consistirá num mosquetão com fecho de segurança ligado ao ponto de proteção por uma fita *expresse* com um *maillon* fechado.

11. Sangramento – em caso de sangramento a organização tem de garantir, através dos meios de socorro disponíveis, a paragem do sangramento de forma a não deixar vestígios de sangue nas presas e estruturas. Após a aplicação de fita adesiva um teste com um lenço de papel branco não deve conter vestígios de sangue. Caso o aluno falhe este teste deverá ser impedido de continuar a prova.

12. O escalador que em caso de lesão não consiga andar normalmente, nem possa saltar sobre os dois pés, ou seja declarado inapto para a competição pelo Organizador da Prova, não será autorizado a participar na competição.

Artigo 3.º

Sistema de Classificação

1. Deverá estar equipado um número de vias suficiente que permita que todos os escalões em prova tenham três (3) vias (mínimo).

2. As presas de cada via serão marcadas e numeradas, num croqui de via pelo Equipador/professor, para permitir que a classificação seja atribuída em referência à presa mais alta controlada por um escalador no respeito da sequência proposta e do presente regulamento.

3. Uma “presa” é considerada:

- a) Pelo Juiz, quando o Equipador (*routesetter*) efetua o croqui da via para os Juizes e deverá ser marcada de forma sequencial (p. ex.: **1** – 1.ª presa de mão a partir do solo / **2** – 2.ª presa de mão a partir do solo / ... / **37** – última presa antes do top);
- b) Se for uma presa de mão;
- c) Se for parte de volumes que sejam possíveis de agarrar (um volume pode ter assinaladas mais de uma presa).

Nota: Se um aluno tocar/utilizar um ponto onde não há presas (discriminadas no croqui), a este ponto será atribuída uma nova pontuação. A pontuação poderá ser equivalente a alguma presa existente ou outra.

4. Se a presa mais alta à qual chegou o aluno foi considerada “controlada”, isto é, agarrada de forma estável e controlada, mas não conseguiu deslocar nenhuma outra parte do seu corpo, este receberá o número referente à presa (número absoluto, sem sufixo).

5. Se a presa mais alta à qual chegou o aluno foi considerada “controlada”, isto é, quando atingiu uma posição estável e sob controlo, e se conseguiu deslocar o “centro de massa corporal” para tentar alcançar a presa seguinte, aluno receberá a altura desta presa com um sufixo mais (+). Uma presa com sufixo + tem uma pontuação superior à presa sem sufixo.

6. O Aluno conseguirá a pontuação máxima numa via se conseguir passar a corda no último ponto de proteção (TOP).

7. Se houver uma presa marcada (com cruz azul), da qual o escalador seja obrigado a proteger, esta só será considerada agarrada após o aluno proteger o ponto de proteção intermédio. Qualquer progressão para além desta presa não será válida.

8. Por cada via de escalada haverá uma classificação. A classificação final de cada prova obter-se-á através do resultado da fórmula: $\sqrt[n]{V R_1 \times R_2 \times \dots \times R_n}$ em que R representa o resultado de cada via e n o número de vias. Quanto mais baixo for o resultado, melhor a classificação. Exemplos (Quadro 2):

Quadro 2. Exemplos de cálculo da classificação final.

2.º na <u>via 1</u> e 8.º na <u>via 2</u>	$\sqrt{2 \times 8} = \sqrt{16} = 4$
4.º na <u>via 1</u> e 1.º na <u>via 2</u>	$\sqrt{4 \times 1} = \sqrt{4} = 2$
1.º na <u>via 1</u> , 3.º na <u>via 2</u> e 4.º na <u>via 3</u>	$\sqrt[3]{1 \times 3 \times 4} = \sqrt[3]{12} = 2,3$

Nota: Legenda – $\sqrt{}$ = radical (raiz quadrada $\sqrt{}$, raiz cúbica $\sqrt[3]{}$, etc.).

9. Se existirem empates entre escaladores, estes mantêm a classificação.

Artigo 4.º

Fases da Competição e Ordens de Passagem

1. A competição deverá desenrolar-se, apenas, numa fase.
2. Todos os escalões deverão escalar no mínimo três (3) vias. A partir dos resultados obtidos (ver "Sistema de Classificação"), será elaborada a Classificação Final.
3. A ordem de saída (ordem pela qual os escaladores realizam as suas tentativas), na primeira fase será sorteada e afixada antes do início da prova.

Artigo 5.º

Inscrição e Zona de Isolamento

1. Na COMPETIÇÃO DE ESCALADA DE DIFICULDADE À VISTA, todos os escaladores inscritos para competir numa fase da competição devem registar-se e entrar na zona de aquecimento/isolamento, não o podendo fazer depois da hora definida pelo Juiz e anunciada pelos organizadores. A zona de isolamento impede que qualquer escalador observe a tentativa de outro.

Artigo 6.º

Período de observação

1. Será permitido aos escaladores, em grupo, observar as vias durante um período de observação, com duração definida pelo Juiz [não deverá exceder os seis (6) minutos].
2. Durante este período, os escaladores deverão permanecer dentro da zona estipulada, não lhes sendo permitido escalar nem comunicar com qualquer outra pessoa, fora da área de observação.
3. Durante o período de observação os escaladores podem tocar nas presas que alcançarem sem retirarem os dois apoios do solo, usar binóculos, tomar notas e fazer esboços (não será permitido outro tipo de observação ou equipamento de gravação).
4. No final do período de observação os escaladores deverão dirigir-se à zona de isolamento.

5. Antes do início da sua prova os escaladores dispõem de um período adicional de observação que não deverá exceder os 40 segundos.

Artigo 7.º

Procedimentos prévios à escalada

1. Antes de realizar a sua tentativa, cada escalador deverá encordoar-se com o nó de oito duplo, colocar o capacete, equipar-se e realizar todos os preparativos finais para a sua tentativa.

2. Todos os equipamentos de escalada e nós usados no encordoamento devem ser inspecionados por um membro da organização e pelo segurador, antes de iniciada a escalada.

3. Cada escalador, após o PRÉ-AVISO, deve estar pronto para iniciar a sua tentativa de escalada quando é chamado pelo Juiz, podendo um atraso ter como resultado a desqualificação.

Artigo 8.º

Procedimentos durante a Escalada

1. Para cada via será determinado um tempo limite (a definir pela organização). Quando o tempo se esgotar o Juiz deverá interromper a tentativa do escalador e dar instruções para que se registre a última presa tocada pelo escalador em situação regular.

2. A cada escalador será permitido um período de observação adicional, de 40 segundos para começar a sua prova, a partir do momento em que entra na zona de competição e estiver encordado. Findo este tempo o escalador deve ser instruído a começar a escalar, caso tal não aconteça, poder-se-á sancionar o escalador, ou mesmo desclassificar.

3. A escalada é dada como iniciada quando os dois pés saírem do chão, momento em que se inicia a cronometragem para o tempo limite.

4. Em qualquer momento o escalador pode perguntar ao juiz quanto tempo ainda lhe resta do tempo limite para essa via. O Juiz também informará cada escalador quando só restarem 60 segundos do tempo limite para a via.

5. Comportamentos de Segurança:

- a. O escalador poderá proteger a primeira fita *expresse* desde o solo;
- b. O escalador deverá proteger todos os pontos intermédios sequencialmente (não é permitido passar *expresses* sem proteger);
- c. É permitido ao escalador desproteger e voltar a proteger o último ponto intermédio;
- d. O escalador deverá encontrar-se numa posição legítima em todos os momentos da sua tentativa. Considera-se que o escalador não está numa posição legítima quando, tendo atingido ou ultrapassado o primeiro ponto intermédio sem proteger, se movimenta para lá da presa:
 - i. Da qual outro escalador tenha demonstrado que é possível efetuar a proteção;
 - ii. Considerada pelo Juiz como sendo a última presa onde é possível proteger;
 - iii. Qualquer violação das alíneas anteriores implicará que se dê por terminada a tentativa e que seja considerada a última presa tocada pelo escalador em situação regular.

6. Finalização de uma tentativa:

- a. A tentativa de escalada considera-se terminada quando o escalador:
 - i. Protege a reunião (TOP) a partir de uma posição legítima;
 - ii. Cai;
 - iii. Excede o tempo limite permitido para a via;
 - iv. Toca em alguma parte da superfície do muro marcada como zona interdita;
 - v. Usa qualquer tipo de ajuda artificial (plaquetes, reunião, etc.);
 - vi. Usa os bordos laterais ou superiores do muro;
 - vii. Toca no chão com qualquer parte do corpo;
 - viii. Não protege o último ponto intermédio de acordo com a alínea d) do ponto 5;

- ix. Realiza qualquer ação ilegal ou passível de desqualificação.

7. Quando a tentativa terminar, o escalador será descido até ao solo pelo segurador e registada a última presa tocada, de acordo com o Art. 3.º do presente Regulamento. O escalador deverá desatar o nó de encordoamento e não poderá dirigir-se novamente para a zona de isolamento.

Artigo 9.º **Incidentes Técnicos**

1. Entende-se por incidente técnico qualquer situação ou acontecimento que suponha uma vantagem ou desvantagem para o escalador, não sendo da sua responsabilidade (como uma tensão da corda que ajude ou obstrua o movimento, uma presa que se parte ou roda, posição incorreta de mosquetão, etc.).

2. O Juiz pode decretar um incidente técnico se:

- a. Uma presa se partir ou rodar;
- b. Qualquer outro acontecimento que possa permitir ao escalador uma vantagem ou desvantagem, sem ser resultado da ação do próprio.
- c. Sempre que se produza qualquer circunstância que coloque em vantagem um escalador devido a ajudas externas.

3. Caso detete qualquer acontecimento anormal no que se refere aos equipamentos (estrutura, presas, cronómetros, etc).

4. O Juiz pode declarar um incidente técnico a pedido do escalador se:

- a. O escalador não se encontrar em posição legítima devido a um incidente técnico e reclamar, pelo que este dará razão ao escalador. No caso de uma presa que se tenha movido, e se existirem dúvidas, o Juiz deve solicitar a um elemento da organização que verifique;
- b. O escalador permanecer em posição legítima apesar do incidente técnico, mas reclamar ao Juiz que lhe seja concedido incidente técnico. O escalador deve especificar concretamente o ocorrido e esperar que o Juiz lhe dê a sua anuência para abandonar a sua tentativa da via.

5. Qualquer escalador sujeito a incidente técnico, mas que continue a escalar porque se encontra em posição legítima, não pode em caso de queda posterior reclamar incidente técnico. De qualquer forma, poderá reclamar se tiver de voltar a fazer uma tentativa na mesma zona e esta ficou alterada.

6. O escalador sujeito a incidente técnico que afetou a via e que reclama ao Juiz, deve deixar a via em questão e esperar dentro da área de escalada definida até que finalize o tempo e se dê ordem ao escalador para se deslocar à zona seguinte. A reparação da via começará imediatamente após a notificação do Juiz.

7. Ao escalador sujeito a um incidente técnico é atribuído um período de recuperação na zona de transição, não lhe sendo permitido observar ou entrar em contacto com outro escalador. Aconselha-se a renovação da tentativa após 3 a 4 passagens de outros escaladores num tempo mínimo de 15 minutos e máximo de 20 minutos de repouso antes da sua nova tentativa. O resultado a atribuir ao escalador será o melhor das duas tentativas.

Artigo 10.º

Escalada de Dificuldade em Molinete (Top Rope)

1. O regulamento a aplicar é o presente da ESCALADA DE DIFICULDADE excetuando as partes que só se apliquem às proteções para segurança intermédia.

2. Na fase competitiva a escalada em sistema de segurança em molinete destina-se aos escalões de Infantis e Iniciados.

3. O escalador que progride sendo assegurado pelo sistema de segurança em molinete, deverá controlar a **última presa** da via com as **duas mãos**.

Artigo 11.º

Classificações e Ordens de Saída/Passagem

1. A Classificação Final deverá ser afixada em local visível.

2. A Ordem de Passagem/Saída (ordem pela qual os escaladores realizam as suas tentativas) será sorteada e afixada antes do início da competição.

3. As Classificações serão estipuladas de acordo com Art. 3.º do presente Regulamento.

COMPETIÇÃO DE ESCALADA DE BLOCO (*Boulder*)

Artigo 1.º Generalidades

1. A Estrutura Artificial de Escalada (EAE):

- a. Todas as competições autorizadas pela Coordenação Nacional desenrolam-se em estrutura artificial de escalada (EAE), que apresente as necessárias condições de segurança, devidamente asseguradas pela organização. A competição de Escalada de Bloco consiste num conjunto de vias curtas de escalada, normalmente designadas por problemas ou blocos (*Boulder*, em Inglês). Os problemas devem ser escalados sem o recurso a cordas e deverão ter uma média de 4 a 8 presas de mão e no máximo 12.
- b. Na disciplina de Escalada de Bloco a estrutura deverá ter entre 3 m e 4,5 m de altura, e uma extensão mínima de 12 m.
- c. A saída/"queda" dos blocos deve estar protegida por colchões de queda, cujo posicionamento e dimensões são da responsabilidade da organização, garantindo condições de chegada ao solo em perfeitas condições de segurança, nomeadamente a partir de movimentos com efeito pendular (a informação aos alunos deve ser garantida e exemplificada se necessário).
- d. Por questões de segurança, os blocos deverão ter uma altura máxima que não permita uma queda superior a 3 m, contados a partir da parte mais baixa do corpo.
- e. Os bordos laterais da estrutura e o seu topo não se usarão para escalar, exceto indicação prévia em contrário.
- f. Em caso de necessidade, os blocos podem ser delimitados através de uma marca contínua e claramente identificável (fita preta).
- g. As presas de "INÍCIO" da tentativa do bloco deverão estar claramente marcadas, tanto para as duas mãos, como para os dois pés, tal como a presa de "ZONA" e

a presa do final da via “TOP”. A presa de ZONA terá uma marcação de cor diferente das outras.

2. O Formato da Competição:

- a. As Competições de Escalada de Bloco deverão consistir, recomendavelmente, em:
 - i. Uma **Ronda Única** em **Formato Contest** com um mínimo de 8 blocos e um máximo de 18 blocos;
- b. Na fase local poderá eventualmente efetuar-se uma **Ronda Final** de escalada à vista com 4 Blocos por categoria, 5 minutos por cada Bloco.

Artigo 2.º
Segurança

1. Durante a competição devem ser tomadas todas as medidas necessárias de segurança.

2. Cada bloco deverá estar desenhado:

- a. De forma que a parte de baixo do escalador nunca esteja mais alta que 3 m acima dos colchões;
- b. De forma a evitar que o escalador se lesione ou lesione outros (escaladores, ou outros);
- c. Sem lançamentos descendentes de forma a salvaguardar os escaladores.

3. Todos os blocos terão de possuir colchões com uma espessura suficiente na sua base para evitar que as quedas ou saltos dos escaladores possam provocar-lhes lesões (30 cm mínimo). É da responsabilidade da organização a gestão da área para a colocação dos colchões.

4. O Juiz deverá inspecionar cada bloco antes do começo de cada ronda de competição a fim de assegurar que:

- a. Todo o equipamento e medidas de segurança estão de acordo as Normas
- b. [UIAA](#)/CE e o presente Regulamento.

- c. Assegurar-se que todos os problemas/blocos permitem ao escalador progredir sem se colocar em risco e sem comprometer a segurança de escaladores próximos.
 - d. Assegurar-se que o chão e todas as estruturas próximas estão suficientemente protegidas e que não representam perigo para o escalador.
 - e. Todos os elementos na Zona de Competição cumprem as medidas de segurança.
 - f. O Juiz tem autoridade para solicitar a expulsão de qualquer elemento cujo comportamento coloque em risco a segurança da prova.
5. A organização deverá assegurar que existem meios de socorro disponíveis para atuar em caso de acidente ou lesão de um escalador ou de qualquer outra pessoa no recinto da prova.
6. Sangramento – em caso de sangramento a organização tem de garantir, através dos meios de socorro disponíveis, a paragem do sangramento de forma a não deixar vestígios de sangue nas presas e estruturas. Após a aplicação de fita adesiva um teste com um lenço de papel branco não deve conter vestígios de sangue. Caso o escalador falhe este teste deverá ser impedido de continuar a prova.
7. O escalador que em caso de lesão não consiga andar normalmente, nem possa saltar sobre os dois pés será declarado inapto para a competição pelo responsável pela emergência médica e deverá ser impedido de continuar a prova.

Artigo 3.º

Sistema de Classificação

1. Os escaladores serão classificados de acordo com os seguintes critérios e na seguinte ordem:
- a. Primeiro – o número de Tops;
 - b. Segundo – o número de Zonas;
 - c. Terceiro – o número de tentativas para Tops;
 - d. Quarto – o número de tentativas para Zonas.

Representação dos resultados (Quadro 3).

Quadro 3. Representação dos resultados.

$T_A Z_a - 3_{10} 5_6$ (3 Tops, 10 tentativas para Top, 5 Zonas, 6 tentativas para Zonas)
--

Nota: Legenda – T: Número de Tops; Z: Número de Zonas; A: Número de tentativas para Top; a: Número de tentativas para Zona.

2. O número de tentativas só será indicado, se o escalador escalar com sucesso o bloco ou agarrar a presa de Zona de uma maneira estável e controlada.

3. Para cada escalador, o juiz vai ter em conta:

- O número de tentativas para obter Zona;
- Se o aluno controla a presa de Zona (presa assinalada com fita de cor diferente do início e top);
- O número de tentativas para obter TOP;
- Se o TOP foi controlado com ambas as mãos.

4. O número de tentativas para a Zona será sempre considerado mesmo que o escalador faça Top nesse mesmo bloco.

- Ex.: O escalador agarrou e controlou a presa Zona na primeira tentativa do problema, mas só fez Top na quinta tentativa. A classificação deste escalador após este bloco seria **1₅1₁** (1 top, 1 zona, 5 tentativas para o Top, 1 tentativa para o Zona).

5. A presa de Zona será **concedida** quando o escalador completa o problema (junta as duas mãos na presa de TOP), mesmo se o escalador **não tiver tocado** na presa de Zona.

6. Se, após a aplicação dos critérios definidos nos pontos anteriores, ainda subsistirem empates, estes poderão ser mantidos ou resolvidos recorrendo à classificação da fase anterior, de acordo com o que for previamente estabelecido pela organização.

7. Formato **Contest**:

- Este formato consiste:

- i. Num número de blocos entre 8 e 18, de várias dificuldades e de forma a contemplar todas as categorias e escalões em prova;
- ii. Num tempo limite para a escalada anunciado no início da prova;
- iii. Num número limite de 5 tentativas por bloco/problema, para cada escalador;
- iv. Num cartão de pontuação para cada aluno, o qual é responsabilidade do aluno;
- v. Na disposição de Juízes de bloco em quantidade suficiente (um por bloco, se possível);
- vi. Na duração do *Contest* tendo em conta o número de blocos/problemas e o número de escaladores em competição; (mínimo 3 horas) exemplo: 4 horas – 15 blocos – 60 alunos.

8. O aluno dispõe de 5 tentativas para cada atingir o top, em cada bloco, que podem ser usadas quando quiser (respeitando a ordem e os outros escaladores em lista de espera para esse problema). O aluno não é obrigado a realizar as 5 tentativas seguidas no mesmo bloco.

9. Cada bloco terá um Juiz de Bloco destacado, que conta o número de tentativas e de realizações efetuadas por cada escalador.

10. A organização anuncia e afixa o tempo disponível para o *Contest* antes do seu início, tendo em conta os escalões presentes e o número de participantes.

11. Ronda Final (Fase Local):

- a. A escalada é feita à vista com recurso a isolamento e um número ilimitado de tentativas, dentro do tempo máximo para realizar cada bloco.
- b. Na Ronda Final o tempo para realizar o bloco é de 5 minutos. No final deste tempo o escalador tem de terminar a sua tentativa. Todos os escaladores tentam o bloco antes do 1º escalador passar ao problema seguinte.
 - i. Após um escalador completar o bloco, dará início imediatamente ao escalador seguinte sem esperar pelo final dos 5 minutos.
 - ii. Caso estejam a competir duas categorias ao mesmo tempo, o tempo dos 5 minutos será respeitado mesmo quando o escalador termina o bloco, de forma a manter ambas as categorias sincronizadas.

- iii. Para a fase final são necessários dois isolamentos um para os escaladores que ainda não escalaram o bloco e outro para os que já o escalaram.
- d. Na ronda Final, os alunos devem tentar 4 blocos (com temáticas diferentes, p.ex: placa/equilíbrio, coordenação, força, etc).
- e. O início e o final de cada ronda serão anunciados por um sinal sonoro, bem audível. Após este sinal, o escalador que esteja a escalar tem de terminar a sua tentativa e entrar imediatamente na área de descanso (isolamento). O escalador que terminou o seu período de descanso deve passar para o problema/bloco seguinte.
- f. Um escalador pode perguntar ao Juiz de Bloco, em qualquer altura, de quanto tempo ainda dispõe. O Juiz informará o escalador quando faltarem 60 segundos para terminar o tempo.

Artigo 4.º

Procedimentos durante a Escalada

1. À exceção do formato *Contest*, qualquer escalador pode efetuar as tentativas que quiser para realizar um bloco, desde que esteja dentro do tempo limite.
2. Uma tentativa num bloco é iniciada quando o último apoio do escalador deixa o solo. Se o escalador deixar o chão de uma maneira incorreta, esta tentativa será, de qualquer maneira, contabilizada e o escalador informado que a tentativa não é válida.
3. Qualquer toque inadvertido e/ou intencional nas presas que não as presas de início será contabilizado como tentativa.
4. No caso do escalador não chegar às presas iniciais seja por escolha do Equipador ou não, este poderá saltar para as presas iniciais.
5. Um escalador pode voltar atrás em qualquer altura da sua tentativa ao problema, desde que não regresse ao colchão.

6. Podem ser utilizadas escovas pelos escaladores para limpar as presas que são possíveis de atingir desde o solo. As outras presas podem ser limpas pelos escaladores desde que não haja nenhum reconhecimento táctil (escovas com extensores).

7. O escalador não pode saltar para escovar presas, caso o faça não será contada uma tentativa, mas será advertido verbalmente, a continuação levará a administração de um cartão amarelo. Poderá, no entanto, saltar para visualizar uma presa desde que não toque na parede.

Artigo 5.º

Finalização da Escalada

1. Uma tentativa é considerada terminada quando:

- a. A presa final é controlada por um escalador com as **duas mãos** e o Juiz de Bloco presente no problema anuncia **“OK”** ou **“TOP”** e levanta uma mão;
- b. O escalador regressa ao chão ou cai;
- c. Toca em alguma parte da parede de escalada para além dos limites marcados para o bloco (se houver fita preta a delimitar o espaço do bloco);
- d. Se esgota o tempo permitido para a realização do problema,
- e. Não tem em atenção os requerimentos dos Juízes.

2. É considerada uma tentativa sem sucesso, se o escalador não consegue controlar a presa final (TOP) com as duas mãos.

- a. Falha o início do problema de acordo com o n.º 2, do Art. 4.º do presente regulamento;
- b. Usa qualquer parte da parede, presas ou volumes demarcados como fora dos limites com fita preta (ou qualquer outra definida pelo Juiz);
- c. Usa os buracos dos parafusos (*T-Nuts*) com as mãos, excluindo os buracos das presas;
- d. Usa qualquer elemento de sinalização da parede;
- e. Usa os limites exteriores laterais ou superiores da estrutura (EAE);
- f. Toca no chão (colchão) com qualquer parte do corpo, após arranque;
- g. Ultrapassa o tempo limite definido.

- h. Realiza alguma marca numa presa (*tick marks*) com uso de magnésio. A tentativa é contada e a marca deve ser limpa com uma escova.
3. Caso o escalador falhe em qualquer das alíneas do ponto 2, o juiz deve informar o escalador e instruí-lo a parar a sua tentativa.

Artigo 6.º
Incidentes técnicos

1. Entende-se por **incidente técnico** qualquer situação ou acontecimento que suponha uma vantagem ou desvantagem para o escalador, não sendo da sua responsabilidade (como uma presa que se parte ou roda, etc.).
2. O Juiz pode decretar um incidente técnico se:
- a. Uma presa se partir ou rodar;
 - b. Qualquer outro acontecimento que possa permitir ao escalador uma vantagem ou desvantagem, sem ser resultado da ação do próprio;
 - c. Sempre que se produza qualquer circunstância que coloque em vantagem um escalador devido a ajudas externas;
 - d. Caso detete qualquer acontecimento anormal no que se refere aos equipamentos (estrutura, presas).
3. O Juiz pode declarar um incidente técnico a pedido do escalador se:
- a. O escalador não se encontrar em posição legítima devido a um incidente técnico e reclamar, pelo que este dará razão ao escalador. No caso de uma presa que se tenha movido, e se existirem dúvidas, o Juiz deve solicitar a um elemento da organização que verifique;
 - b. O escalador permanecer em posição legítima apesar do incidente técnico, mas reclamar ao Juiz que lhe seja concedido incidente técnico. O escalador deve especificar concretamente o ocorrido e esperar que o Juiz lhe dê a sua anuência para abandonar a sua tentativa;
 - c. Qualquer escalador sujeito a incidente técnico, mas que continue a escalar porque se encontra em posição legítima, não pode em caso de queda posterior

- reclamar incidente técnico. De qualquer forma, poderá reclamar se tiver de voltar a fazer uma tentativa na mesma zona e esta ficou alterada;
- d. Quando um incidente técnico confirmado pode ser resolvido / determinado dentro do período de rotação relevante, ao escalador será oferecida a oportunidade de continuar a sua tentativa:
- i. se o escalador optar por continuar, o incidente será considerado concluído;
 - ii. se o escalador optar por não continuar, este deverá retomar a sua tentativa no momento determinado pelo Juiz, levando em consideração:
 1. qualquer período de recuperação apropriado para o escalador afetado;
 2. a minimização do impacto sobre outros concorrentes;
 3. o cronograma geral da competição;
- e. Quando um incidente técnico confirmado não pode ser resolvido, ou determinado dentro do período de rotação relevante:
- i. no caso de apenas um incidente técnico, a fase será suspensa para o escalador afetado e para todos os escaladores na respetiva fase de competição até que o assunto seja resolvido ou determinado;
 - ii. os escaladores afetados devem retomar suas tentativas, conforme indicado pelo Juiz uma vez resolvido ou determinado qual o incidente técnico;
- f. No caso das alíneas d) e e), os escaladores afetados agirão conforme as instruções do Juiz.
- g. Para evitar dúvidas, qualquer escalador que deixar a área de competição antes do incidente estar resolvido, não será autorizado a retomar suas tentativas.
- h. Quando um escalador que sofreu um incidente técnico retoma a escalada:
- i. será concedido o tempo restante da tentativa, em que ocorreu o incidente relevante;
 - ii. serão concedidos dois (2) minutos, caso o tempo restante da tentativa em causa seja inferior a 2 minutos;
 - iii. a sua próxima tentativa, será considerada a continuação da tentativa anterior ou considerada como uma nova tentativa, conforme as circunstâncias o exigirem.

Artigo 7.º

Classificações, Ordens de Saída/Passagem e Quotas

1. Depois de cada ronda de competição as Classificações e Ordem de Saída/Passagem para a fase seguinte deverão ser afixadas em local visível (Quadro Oficial).
2. A **Ordem de Saída** (ordem pela qual os escaladores realizam as suas tentativas) será sorteada e afixada antes do início da competição.
3. Na Ronda Final (e em qualquer fase posterior à primeira), a Ordem de Saída será a ordem **inversa** da classificação da fase anterior. Entre escaladores empatados a ordem de saída será sorteada.
4. As Classificações serão estipuladas de acordo com o Art. 3.º do presente Regulamento.
5. Quotas para a Ronda Final:
 - a. Qualquer escalador que realize com êxito todos os problemas do *Contest* passará à Ronda Final.
 - b. Em caso de número insuficiente de escaladores que tenham completado todos os problemas para preencher a quota para a fase seguinte, deverão ser selecionados os escaladores melhor classificados até ao preenchimento da quota.
 - c. A quota para a final será de 6 escaladores.
 - d. No caso de haver número insuficiente de escaladores para respeitar a quota anterior, a organização deverá estabelecer o respetivo número e informar todos os participantes antes do início da prova.

COMPETIÇÃO DE ESCALADA DE VELOCIDADE

Artigo 1.º Generalidades

1. A Estrutura Artificial de Escalada (EAE):

- a. Todas as competições autorizadas pela Coordenação Nacional desenrolam-se em estrutura artificial de escalada (EAE), que apresente as necessárias condições de segurança, devidamente asseguradas pela organização.
- b. A EAE deverá ter um mínimo de 10 metros, vertical ou ligeiramente extra prumada (até 5 graus) e as presas utilizadas deverão ser as presas de velocidade, colocadas nas posições e distâncias definidas nos regulamentos internacionais.
- c. A superfície da EAE deve permitir escalar na sua totalidade e, em caso de necessidade, poder-se-á delimitar uma zona interdita de forma claramente identificável.
- d. Os bordos laterais da estrutura e o seu topo não se usarão para escalar.
- e. Em caso de necessidade, as vias podem ser delimitadas através de uma marca contínua e claramente identificável.
- f. A última presa ou botão ligado a luz ou cronómetro, deverá estar claramente assinalada.

2. O Formato da Competição:

- a. As competições de Escalada de Velocidade definem-se como aquelas em que se escala com corda passada pela Reunião (TOP) e a prova termina quando o escalador toca no ponto assinalado como fim da via (presa assinalada com fita-cola colorida ou botão ligado a luz ou cronómetro). A cronometragem do tempo pode ser feita por um sistema manual (2 cronómetros por Juiz de Via), ou automático (2 plataformas de pressão, ligadas a um temporizador, que por sua vez, se encontra ligado a 2 sensores de contacto, colocados no topo da via).
- b. A prova desenrola-se em regime de “duelo”, ou seja, competem diretamente o escalador da via A contra o escalador da via B. O vencedor (o escalador mais rápido) passa para a ronda seguinte.
- c. Nas qualificações, os escaladores devem realizar uma tentativa em cada via. O melhor tempo individual será utilizado para apurar uma classificação geral.

- d. A escalada dá-se após a emissão de dois sinais sonoros. Os escaladores encontram-se na posição de início, mas com um pé no solo (ou plataforma de pressão). O primeiro sinal sonoro serve de aviso (“aos seus lugares”) e o segundo serve para dar início ao cronómetro.

Artigo 2.º

Segurança

1. Durante a competição devem ser tomadas todas as medidas necessárias de segurança. Cada via será desenhada de acordo com o croqui oficial (conjunto de presas oficiais de velocidade) e de forma a minimizar a eventualidade de uma possível queda do aluno que:
 - a. Lesione o aluno;
 - b. Lesione ou obstrua outro aluno e respetivos seguradores (caso não exista o sistema automático – *autobelay*).
2. O Juiz deverá inspecionar cada via antes do começo de cada ronda de competição a fim de assegurar que:
 - a. Todo o equipamento e medidas de segurança estão de acordo com as Normas da [UIAA](#)/CE e o presente regulamento (Quadro 4):

Quadro 4. Equipamento e normas da escalada de velocidade.

Equipamento	CEN Standard
<i>Belay Devices (Locking)</i>	EN15151-1 (<i>Draft</i>)
<i>Belay Devices (Manual)</i>	EN15151-2 (<i>Draft</i>)
Arnês de Escalada	EN12277 (<i>Type C</i>)
Presas de Escalada	EN12572-3
Corda de Escalada	EN892
Estrutura de Escalada	EN12572-1, EN12572-2
Mosquetões (rosca)	EN12275 (<i>Type H</i>)
Mosquetões (autoblocantes)	EN12275 (<i>Type H</i>)

Nota: Legenda – CEN: Comité Europeu de Normalização.

- b. Todos os seguradores são competentes – O Juiz de Prova tem autoridade para substituir um segurador ou qualquer outro elemento cujo comportamento coloque em risco a segurança da prova;

- c. No TOP da via estão colocados dois pontos de proteção separados, em que cada um consistirá num mosquetão com fecho de segurança ligado ao ponto de proteção por uma fita *expresse* com um *maillon* fechado;
 - d. A organização deverá assegurar que existem meios de socorro disponíveis para atuar em caso de acidente ou lesão de um escalador ou de qualquer outra pessoa no recinto da prova.
3. Os escaladores são livres de usar um saco de magnésio, calçado de escalada e roupa adequada.
4. É obrigatória a utilização de capacete e de arnês.
5. Caso não exista um sistema de segurança automático, é obrigatório o encordoamento através do nó de oito duplo ligado ao ponto central do arnês por intermédio de dois mosquetões com fecho de segurança, mas em oposição.
6. O Segurador deve certificar-se que:
- a. A corda (ou fita extratora) está corretamente encordoadada no arnês do aluno através de nó de oito ligado ao ponto central do arnês por intermédio de dois mosquetões com fecho de segurança, mas em oposição;
 - b. A corda está corretamente passada no aparelho de segurança;
 - c. No TOP da via estão colocados dois pontos de proteção separados, em que cada um consiste num mosquetão com fecho de segurança ligado ao ponto de proteção por uma fita *expresse* com um *maillon* fechado.
 - d. O movimento do escalador não é perturbado de nenhuma forma pela corda.
 - e. Todas as quedas sejam seguradas de forma segura e dinâmica, zelando pela integridade física do escalador.
7. Sangramento – em caso de sangramento a organização tem de garantir, através dos meios de socorro disponíveis, a paragem do sangramento de forma a não deixar vestígios de sangue nas presas e estruturas. Após a aplicação de fita adesiva um teste com um lenço de papel branco não deve conter vestígios de sangue. Caso o aluno falhe este teste deverá ser impedido de continuar a prova.

8. O escalador que em caso de lesão não consiga andar normalmente, nem possa saltar sobre os dois pés ou seja declarado inapto para a competição pelo responsável pela emergência médica, não será autorizado a participar na competição.

Artigo 3.º

Sistema de Classificação

1. A prova desenrola-se com uma ronda de qualificação, onde todos os escaladores escalam a via A e a via B. Depois de criado o ranking com base nos melhores tempos individuais, é composta a chave de pares que se defrontarão em cada “corrida”. Por exemplo, numa chave de 16 alunos (obtidos na qualificação), o 1.º classificado escalará contra o 16.º, o 2.º classificado contra o 15.º, e assim sucessivamente.

2. No caso de haver número ímpar de alunos, poderá haver a possibilidade de repescagem de escaladores que perderam, mas que obtiveram os melhores tempos entre os eliminados da ronda qualificativa.

3. A classificação dos alunos que perderam a sua eliminatória será feita pelos tempos obtidos em comparação com os tempos dos outros que também perderam nessa ronda.

4. Se um aluno não comparecer, cair, não completar uma eliminatória ou realizar falsa partida será eliminado e ficará no último lugar da ronda em questão.

5. Quando dois (2) alunos empatam nas meias-finais e finais, ganha aquele que vencer uma prova eliminatória adicional para desempatar.

6. Os alunos que perderem nas semifinais, competirão pelo 3.º e 4.º lugar na “Final Pequena”.

Artigo 4.º

Fases de Competição e Ordens de Saída

1. De forma a ordenar os escaladores por tempo todos realizam as via de qualificação – A (que se encontra à esquerda) e B (à direita). Na qualificação a ordem de saída dos

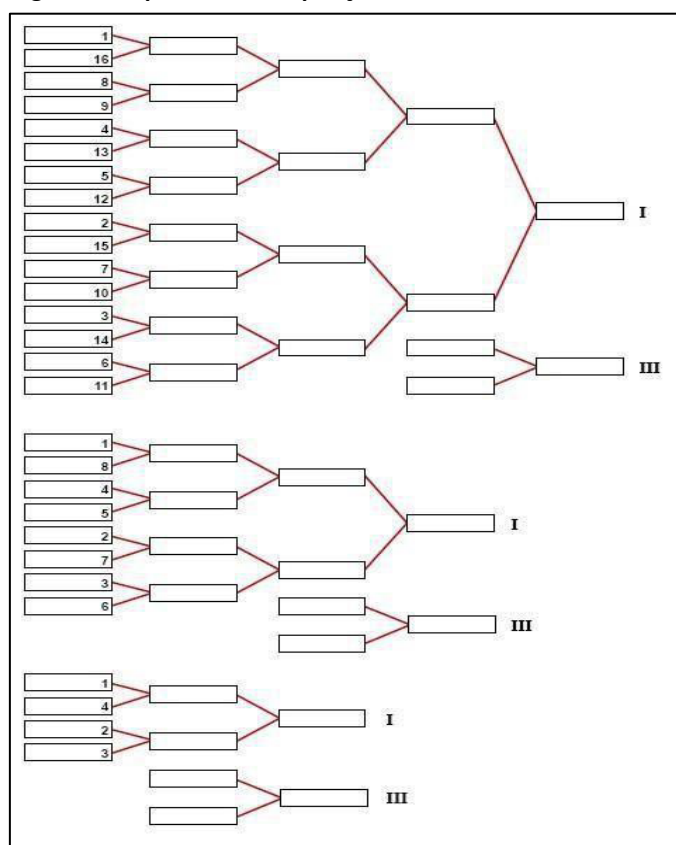
escaladores será estabelecida pelo Juiz, mediante sorteio entre todos os participantes inscritos. Nenhum escalador é eliminado da competição na fase de qualificação.

2. Após a qualificação será elaborado o emparelhamento dos escaladores para a primeira eliminatória tendo em conta os tempos obtidos na qualificação e de acordo com o esquema de competição apresentado no ponto 4.

3. Em cada ronda eliminatória, o escalador, de entre os dois em competição, que obteve o melhor tempo na eliminatória anterior começará na via A.

4. A fase final deverá ser publicada e afixada e reger-se-á conforme o esquema (Figura 1), de acordo com o número de escaladores qualificados.

Figura 1. Esquema de competição de escalada de velocidade.



Artigo 5.º

Zona de Trânsito e Preparação Prévia da Escalada

1. Na Zona de Trânsito não será permitido aos escaladores fazerem-se acompanhar por outra pessoa.

2. Ao chegar à Zona de Trânsito, cada escalador deverá equipar-se.
3. O escalador sairá da Zona de Trânsito com o arnês e capacete corretamente colocado.
4. Na competição de Escalada de Velocidade é obrigatório o encordoamento por intermédio de dois mosquetões com fecho de segurança, mas em oposição.
5. No caso de a EAE dispor de um sistema de segurança *autobelay* o encordoamento deverá ser realizado através da ligação do mosquetão com fecho segurança do *autobelay* ao ponto central do arnês. Um segundo mosquetão com fecho de segurança deve ser colocado, mas em oposição.
6. Todo o equipamento de escalada usado pelos escaladores deverá ser inspecionado e aprovado por um segurador, antes que o escalador possa iniciar a sua tentativa.
7. Cada escalador deverá estar pronto para deixar a Zona de Trânsito e entrar na Zona de Competição quando receber instruções nesse sentido.

Artigo 6.º

Procedimento de Escalada

1. Ao entrar na Zona de Competição e chegar à base da parede de escalada, o escalador tomará a posição de espera (de costas para a EAE), onde lhe será colocada a corda de segurança/*autobelay*. De seguida, o escalador dirige-se para a zona de partida junto da EAE.
2. Com os escaladores em posição (3 apoios na parede e um sobre a plataforma de pressão ou similar), o Juiz perguntará “Preparados?”. A não ser que um escalador indique claramente que não está pronto, o Juiz dirá “Atenção!” e, depois de uma curta pausa (< 2 segundos), o Juiz dará um sinal de partida curto, claro e audível (com aparelho) ou dizendo “Já!”, quando a cronometragem é manual. As instruções verbais devem ser forte e claramente perceptíveis.

3. A posição do Juiz que dá o sinal de partida deve ser equidistante em relação aos dois (2) escaladores.
4. Dada a partida, cada escalador começará a sua tentativa. Nenhuma reclamação será autorizada a não ser quando o escalador diga algo após a pergunta “Preparados?”.
5. Quando o Juiz dá as instruções de partida, não deverá haver qualquer outro ruído ou distração que impeça que o sinal de partida seja ouvido claramente pelos escaladores e/ou Juízes.
6. Em caso de falsa partida, o Juiz parará o escalador que cometeu a falta imediatamente, mas permitindo que o outro complete a sua via. Esta instrução deve ser ouvida com clareza. Um escalador que cometa uma falsa partida será eliminado e ficará em último nessa ronda.
7. No momento da partida, o Juiz/cronometrista começará a registar o tempo de cada escalador.
8. Dá-se por iniciada a tentativa da via quando o último pé do escalador tenha deixado o solo, no entanto, o tempo inicia após o sinal sonoro (velocidade de reação).

Artigo 7.º

Finalização da Escalada

1. Na disciplina de Escalada de Velocidade, o escalador progride seguro pelo sistema de segurança e, no menor tempo possível, tentará chegar ao TOP da via. A tentativa na via terminará ao tocar na presa, ou zona assinalada. O Juiz utilizará, para efeitos de cronometragem, dois cronómetros, por escalador.
2. O escalador termina a tentativa na via quando:
 - a. Atinge o TOP da via;
 - b. Cai;

- c. Faz **falsa partida** ou excede o tempo permitido para a via (a definir pela organização);
- d. Toca em alguma parte da parede de escalada para além dos limites marcados para a via;
- e. Utiliza os bordos laterais ou superiores do muro;
- f. Utiliza qualquer tipo de ajuda artificial (pontos de segurança intermédio ou de Top, incluindo plaquetes, fitas e conectores, corda ou outros);
- g. Não tem em atenção as indicações dos Juizes;
- h. Os escaladores, ao finalizarem a sua tentativa, serão imediatamente descidos e abandonarão a Zona de Competição, regressando à Zona de Isolamento, apenas aqueles que se qualificaram para a eliminatória seguinte.

Artigo 8.º

Incidentes Técnicos

1. Entende-se por incidente técnico qualquer situação ou acontecimento que suponha uma vantagem ou desvantagem para o escalador, não sendo da sua responsabilidade (como uma tensão da corda que ajude ou obstrua o movimento, uma presa que se parte ou roda, etc.).
2. O Juiz pode decretar um incidente técnico se:
 - a. Uma presa se partir ou rodar;
 - b. Qualquer outro acontecimento que possa permitir ao escalador uma vantagem ou desvantagem, sem ser resultado da ação do próprio;
 - c. Sempre que se produza qualquer circunstância que coloque em vantagem um escalador devido a ajudas externas
 - d. Caso detete qualquer acontecimento anormal no que se refere aos equipamentos (estrutura, presas).
3. O Juiz pode declarar um incidente técnico a pedido do escalador se:
 - a. Não se encontrar em posição legítima devido a um incidente técnico e reclamar ao Juiz, pelo que este dará razão ao escalador. No caso de uma presa que se tenha movido, e se existirem dúvidas, o Juiz deve verificar.

- b. O escalador permanecer em posição legítima apesar do incidente técnico, mas reclamar ao Juiz que lhe seja concedido incidente técnico. O escalador deve especificar concretamente o ocorrido e esperar que o Juiz lhe dê a sua anuência para abandonar a sua tentativa da via.
- 4. Qualquer escalador sujeito a incidente técnico, mas que continue a escalar porque se encontra em posição legítima, não pode em caso de queda posterior reclamar incidente técnico.
- 5. Se um escalador sujeito a incidente técnico durante uma eliminatória, e interrompe a sua prova, o adversário continuará a sua prova. Se o incidente técnico for confirmado, os 2 escaladores repetirão a eliminatória.
- 6. Será permitido aos 2 escaladores um período de recuperação na Zona de Isolamento enquanto a reparação é efetuada.

VIII – EQUIPAMENTO E PROCEDIMENTOS DE SEGURANÇA

1. A Estrutura Artificial de Escalada (EAE) em que se desenrola a competição, zonas de transição, aquecimento e isolamento, bem como o material de segurança de utilização coletiva é da responsabilidade dos organizadores da competição. Deverá ser comunicado qual o professor responsável pela direção de prova.

2. O material de segurança individual (**Equipamento de Proteção Individual – EPI**) é da responsabilidade da escola de cada participante e do professor responsável pelo grupo-equipa.

Nota: é obrigatório o uso de capacete de proteção em todas as competições de ESCALADA DE DIFICULDADE E VELOCIDADE.

3. Todo o material utilizado deve cumprir os requisitos da [UIAA](#)/CE. Os organizadores das competições podem recusar um equipamento que considerem estar danificado ou

que, por qualquer outro motivo, suspeitem não oferecer a segurança adequada, devendo informar o responsável do grupo equipa.

4. A seleção e inscrição dos alunos escaladores é da responsabilidade dos seus professores, que deverão considerar os seus conhecimentos técnicos, a sua maturidade e a sua condição física. A consideração da capacidade técnica e física dos alunos é particularmente importante nas competições de escalada à frente, dadas as suas características e os riscos envolvidos.

IX. CASOS OMISSOS

Os casos omissos neste Regulamento Específico, são analisados e resolvidos pelo Coordenador Nacional da Modalidade, pelos Coordenadores da CLDE, CRDE e, em última instância, pela Coordenação Nacional do desporto Escolar e da sua decisão não caberá recurso.