



Regulamento

Torneio APR Majors

“LONGO”



Índice

ARTIGO 1º - OBJETIVO	3
ARTIGO 2º – PARTICIPANTES E REQUISITOS	3
ARTIGO 3º – CERIMÓNIAS DE ABERTURA E ENCERRAMENTO	3
ARTIGO 4º – TEMPOS	4
ARTIGO 5º - SISTEMA DE AJUIZAMENTO	4
ARTIGO 6º - CLASSIFICAÇÃO	4
ARTIGO 7º - ESPECIALIDADES	4
ARTIGO 8º - SEPARAÇÃO PROVAS	4
ARTIGO 9º - TREINOS	4
ARTIGO 10º - REGULAMENTO TÉCNICO POR ESPECIALIDADE COMPETIÇÃO	4
ARTIGO 11º - REGULAMENTO TÉCNICO POR ESPECIALIDADE PRÉ-COMPETIÇÃO PATINAGEM LIVRE	5
ARTIGO 12º - ATLETAS PARTICIPANTES PRÉ-COMPETIÇÃO PATINAGEM LIVRE	5
ARTIGO 13º - VESTUÁRIO E MÚSICAS PRÉ-COMPETIÇÃO LIVRES E DANÇA	5
ARTIGO 14º - ESCALOES E PROGRAMAS PRÉ-COMPETIÇÃO LIVRES	6
ARTIGO 15º - REGULAMENTO TÉCNICO POR ESPECIALIDADE PRÉ-COMPETIÇÃO SOLO DANCE	11
ARTIGO 16º - ATLETAS PARTICIPANTES PRÉ-COMPETIÇÃO SOLO DANCE	11
ARTIGO 17º - OMISSÕES E OUTROS ASSUNTOS	14



ARTIGO 1º - OBJETIVO

1. O Torneio Majors Longo consiste num torneio de Patinagem Artística, nas modalidades de patinagem livre e solo dance, com o objetivo de preparar os atletas de Competição para a participação no Campeonato Distrital e proporcionar aos atletas que se encontram em fase de pré-competição a experiência de participarem numa prova com regras mais próximas da competição e assim adquirirem experiência competitiva.
1. Esta prova realizar-se-á todos os anos, numa data a fixar pela APR e prevista no calendário anual da época desportiva

ARTIGO 2º – PARTICIPANTES E REQUISITOS

1. O protocolo da prova será disponibilizado no site da APR e na plataforma online da FPP, com a antecedência mínima de 15 dias da data da realização da prova.
2. A APR reserva-se ao direito de convidar outras Associações e respetivos clubes associados, a participarem neste torneio.
3. O mesmo atleta pode inscrever-se em ambas as modalidades de Patinagem Livre e de Solo Dance.

ARTIGO 3º – CERIMÓNIAS DE ABERTURA E ENCERRAMENTO

1. É obrigatória a presença de todos os clubes que participem na prova nas cerimónias de abertura e encerramento, que se devem fazer acompanhar do respetivo estandarte;
2. Na cerimónia de abertura apenas é obrigatória a presença dos atletas que patinam nesse dia, na parte da manhã.
3. Na cerimónia de encerramento é obrigatória a presença dos atletas que tenham pódios e dos atletas que patinaram nesse dia, na parte da tarde.
4. Nas cerimónias de abertura e encerramento é obrigatório o uso do fato do clube/escola.
5. Dependendo da disponibilidade de tempo a cerimónia de abertura poderá ser dispensada.

ARTIGO 4º – TEMPOS

Os tempos das provas serão, de acordo com os regulamentos da World Skate (WS) e da World Skate Promocional, consoantes as especificidades infra indicadas.



ARTIGO 5º - SISTEMA DE AJUIZAMENTO

O sistema de ajuizamento da prova será o Sistema Rollart ou Rollart Promocional Básico ou Intermédio.

ARTIGO 6º - CLASSIFICAÇÃO

Serão atribuídas medalhas aos 3 primeiros classificados de cada escalão e especialidade e categoria.

ARTIGO 7º - ESPECIALIDADES

1. A prova, na vertente de Competição, realizar-se-á nas especialidades de Patinagem Livre e Solo Dance.
2. Na vertente de Pré Competição a prova realizar-se-á na especialidade de Patinagem Livre e Solo Dance.

ARTIGO 8º - SEPARAÇÃO PROVAS

As provas, na Competição, serão separadas por escalão e género, na pré-competição não haverá separação por género.

ARTIGO 9º - TREINOS

Os tempos de treino de adaptação, serão de acordo com o regulamento em vigor da World Skate (WS) e apenas se realizarão caso o horário o permita.

ARTIGO 10º - REGULAMENTO TÉCNICO POR ESPECIALIDADE COMPETIÇÃO

1. Na especialidade de patinagem livre, todos os escalões competirão apenas com um programa único, sendo em todos os escalões o programa longo.
2. Na especialidade de solo dance, em todos os escalões, só haverá um programa único em que os escalões de benjamins a iniciados competem com as danças obrigatórias definidas no World Skate para o ano em vigor, e os escalões de Cadetes a seniores com a style dance.
3. Os elementos dos programas e os tempos das provas serão de acordo com o regulamento técnico em vigor, isto é, com o disposto no regulamento da World Skate - *Artistic Technical Commission* – (WS – ATC).



ARTIGO 11º - REGULAMENTO TÉCNICO POR ESPECIALIDADE PRÉ-COMPETIÇÃO PATINAGEM LIVRE

1. Este regulamento será de acordo com o promocional da World Skate havendo dois regulamentos distintos (intermédio e básico) para cada escalão á exceção do escalão de Benjamins.
2. Os treinadores terão poder de escolha e ficará ao seu critério se o atleta participará no Promocional Básico ou intermédio.

ARTIGO 12º - ATLETAS PARTICIPANTES PRÉ-COMPETIÇÃO PATINAGEM LIVRE

	Básico	Intermédio
Tot	-	Mínimo nível 5 Iniciação Máximo Nível 2 PL
Mini	Mínimo nível 5 Iniciação Máximo Nível 2 PL	Mínimo Nível 1 PL Máximo Nível 2 PL
Espoir	Mínimo nível 5 Iniciação Máximo Nível 3 PL	Mínimo Nível 1 PL Máximo Nível 3 PL
Cadet		
Youth, Junior, Senior		

ARTIGO 13º - VESTUÁRIO E MÚSICAS PRÉ-COMPETIÇÃO LIVRES E DANÇA

- a) As regras de vestuário, para todos os grupos de pré-competição, aplicam-se a qualquer coisa usada no corpo.
- b) O vestuário deve ser constituído para cobrir completamente as ancas e glúteos, os órgãos genitais, os seios, inclusive a metade inferior, e para que os mamilos fiquem totalmente cobertos e não visíveis através do material. As transparências ou aparência de nudez não são permitidas nestas partes do corpo.
- c) As músicas serão livres, no entanto não poderão apresentar linguagem ofensiva e inapropriada em qualquer idioma.

ARTIGO 14º - ESCALOES E PROGRAMAS PRÉ-COMPETIÇÃO LIVRES

- A. O texto a vermelho e riscado significa que não existe obrigatoriedade do elemento ser apresentado, não existindo penalização, no entanto os atletas podem realizar o elemento, ao qual será atribuída a correspondente nota.



B. Não obstante se transcrever para o presente regulamento a composição dos programas por escalão e categoria (Básico ou Intermédio), não se dispensa a leitura integral do Regulamento Promocional da World Skate.

BENJAMINS INTERMÉDIO

A. Jumps:

A maximum of eight (8) jumps of one (1) rotation are allowed including Waltz jump.

Maximum two (2) jumps combinations are allowed. The number of jumps within a combination cannot be more than two (2).

The same jump cannot be presented more than two (2) times.

B. Spins:

Two (2) spin elements must be performed.

One of them MUST be a combination spin (maximum three (3) positions).

One has to be a solo spin.

Only upright positions are allowed.

C. Footwork sequences:

One (1) footwork sequence maximum level 1. The different skating elements (four (4) different to be confirmed to achieve level 1) that will be counted towards the level include: Inside Three Turn, Outside Three Turn, Open Mohawk, traveling (one clockwise and one anticlockwise allowed, only one will be counted toward the level), body movement (high, medium or low), maximum thirty (30) seconds.

INFANTIS BÁSICO

A. Jumps:

A maximum of eight (8) jumps of one (1) rotation are allowed including Waltz jump.

Maximum two (2) jumps combinations are allowed. The number of jumps within a combination cannot be more than two (2).

The same jump cannot be presented more than two (2) times.

B. Spins:

Two (2) spin elements must be performed.

One of them MUST be a combination spin (maximum three (3) positions).

One has to be a solo spin.

Only upright positions are allowed.

C. Footwork sequences:

One (1) footwork sequence maximum level 1. The different skating elements (four (4) different to be confirmed to achieve level 1) that will be counted towards the level include: Inside Three Turn, Outside Three Turn, Open Mohawk, traveling (one clockwise and one anticlockwise allowed, only one will be counted toward the level), body movement (high, medium or low), maximum thirty (30) seconds.



INFANTIS INTERMÉDIO

A. Jumps:

A maximum of ten (10) jumps are allowed including Waltz jump. Only one (1) rotation jumps and Axel are allowed.

Maximum two (2) jumps combinations are allowed. If performing two one can be no more than four (4) jumps and the other combination not more than two (2) jumps.

It is mandatory to perform a toe loop element (single), solo or in combination.

The same jump cannot be presented more than three (3) times.

B. Spins:

Maximum two (2) spin elements are allowed.

One of them MUST be a combination spin (maximum three (3) positions) and must include a sit spin.

Camel, upright and sit positions are allowed (solo or in combination).

Footwork sequences:

One (1) footwork sequence maximum level 1, maximum thirty (30) seconds.

The four (4) steps and turns that will be counted towards the level include:

Inside Three Turn, Outside Three Turn, Open Mohawk, traveling (one

clockwise and one anticlockwise allowed, only one will be counted toward the level) maximum thirty (30) seconds.

INICIADOS BÁSICO

A. Jumps:

A maximum of ten (10) jumps are allowed including Waltz jump. Only one (1) rotation jumps, and Axel are allowed.

Maximum two (2) jumps combinations are allowed. If performing two one can be no more than four (4) jumps and the other combination not more than two (2) jumps.

It is mandatory to perform a toe loop element (single rotation), solo or in combination.

Axel cannot be presented more than twice. If presented twice, one must be in combination.

The same one rotation jump cannot be presented more than three (3) times.

B. Spins:

Maximum two (2) spin elements are allowed.

One of them MUST be a combination spin (maximum three (3) positions) and ~~must include a sit spin.~~

One MUST be a solo spin.

Only upright and sit positions are allowed.



The same spin (basic position, foot and edge) cannot be presented more than two times.

C. Footwork sequences:

One (1) footwork sequence maximum level 1. The four (4) steps and turns that will be counted towards the level include: Inside Three Turn, Outside Three turn, Open Mohawk, travelling (one clockwise and one anticlockwise allowed, only one will be counted toward the level) maximum thirty (30) seconds.

INICIADOS INTERMÉDIO

A. Jumps:

Maximum twelve (12) jumps of one (1) rotation. Within the twelve (12) jumps Axel, double toe loop and double salchow are allowed.

Maximum two (2) jumps combinations are allowed. The number of jumps within the combination cannot be more than four (4).

It is mandatory to perform an Axel that can be presented also in combination.

It is mandatory to perform a toe loop element (single or double), solo or in combination.

Axel and doubles cannot be presented more than twice. If presented twice, one must be in combination

The same one rotation jump cannot be presented more than three (3) times.

Spins:

Maximum two (2) spin elements are allowed. All the spins must be different.

One of them MUST be a combination spin (maximum four (4) positions) and must include a sit spin.

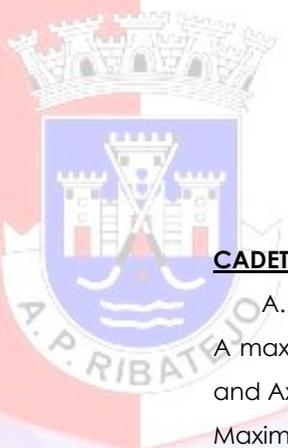
If two (2) combos are presented, one of maximum four (4) positions and one of maximum three (3) positions.

All spins are permitted except Broken, Heel and Inverted.

~~It is mandatory to perform a Camel spin on any edge (solo or in combination).~~

Footwork sequences:

One (1) footwork sequence maximum level 1, maximum thirty (30) seconds.



CADETES BÁSICO

A. Jumps:

A maximum of twelve (12) jumps are allowed including Waltz jump. Only one (1) rotation jumps, and Axel are allowed.

Maximum two (2) jumps combinations are allowed. The number of jumps within the combination cannot be more than four (4).

It is mandatory to perform a loop element (single), solo or in combination.

Axel cannot be presented more than twice. If presented twice, one must be in combination.

The same one rotation jump cannot be presented more than three (3) times.

B. Spins:

Maximum two (2) spin elements are allowed. One of them MUST be a combination spin (maximum three (3) positions) ~~and must include a sit spin~~ and one MUST be a solo spin. Only upright and sit positions are allowed.

C. Footwork sequences: One (1) footwork sequence maximum level 1, maximum thirty (30) seconds.

CADETES INTERMÉDIO

A. Jumps:

Maximum twelve (12) jumps of one (1) rotation. Within the twelve (12) jumps Axel, double toe loop and double salchow are allowed.

Maximum two (2) jumps combinations are allowed. The number of jumps within the combination cannot be more than four (4).

It is mandatory to perform an Axel that can be presented also in combination.

It is mandatory to perform a toe loop element (single or double), solo or in combination.

Axel and doubles cannot be presented more than twice. If presented twice, one must be in combination.

The same one rotation jump cannot be presented more than three (3) times.

B. Spins:

Maximum two (2) spin elements are allowed. All the spins must be different.

One of them MUST be a combination spin (maximum four (4) positions) and must include a sit spin.

If two (2) combos are presented, one of maximum four (4) positions and one of maximum three (3) positions.

All spins are permitted except Broken, Heel and Inverted.

~~It is mandatory to perform a Camel spin on any edge (solo or in combination).~~

C. Footwork sequences:

One (1) footwork sequence maximum level 2, maximum thirty (30) seconds.



JUVENIL, JUNIOR E SENIOR BÁSICO

A. Jumps:

Maximum twelve (12) jumps of one (1) rotation. Within the twelve (12) jumps Axel, double toe loop and double salchow are allowed.

Maximum two (2) jumps combinations are allowed. The number of jumps within the combination cannot be more than four (4).

It is mandatory to perform a loop element (single rotation), solo or in combination.

The same one rotation jump cannot be presented more than three (3) times.

Axel and doubles cannot be presented more than twice. If presented twice, one must be in combination.

B. Spins:

Two (2) spin elements must be performed.

One of them MUST be a combination spin (maximum three (3) positions) and must include a sit spin.

One MUST be a ~~Camel spin~~ (solo spin).

Only camel, upright positions and sit positions are allowed.

C. Footwork sequences: One (1) footwork sequence maximum level 2, maximum thirty (30) seconds.

JUVENIL, JUNIOR E SENIOR INTERMÉDIO

A. Jumps:

Maximum eight (8) jumps are allowed excluding connecting one rotation jumps in the combinations (double axel and triples are not allowed).

Maximum two (2) jumps combinations are allowed. The number of jumps within the combination cannot be more than four (4) including the connecting jumps.

It is mandatory to perform an Axel jump (single) that can be presented also in combination.

It is mandatory to perform a loop, single or double, solo or in combination.

Axel and doubles cannot be presented more than twice. If presented twice, one must be in combination.

The same one rotation jump as an item of technical value cannot be presented more than three (3) times.

B. Spins:

Maximum two (2) spin elements are allowed.

One of them MUST be a combination spin (maximum four (4) positions) and must include a sit spin.

If two (2) combos are presented, one of maximum four (4) positions and one of maximum three (3) positions. The spins must be different.

All spins are permitted except Broken and Inverted.



It is mandatory to perform a Camel spin on any edge (solo or in combination).

C. Footwork sequences:

One (1) footwork sequence maximum level 3, maximum thirty (30) seconds.

ARTIGO 15º - REGULAMENTO TÉCNICO POR ESPECIALIDADE PRÉ-COMPETIÇÃO SOLO DANCE

Em Pré-Competição Solo Dance o programa a apresentar será uma free dance. Destinado aos escalões de Tots, Mini, Espoir, Cadet, Youth, Junior e Senior, que competem separados por escalão e categoria.

ARTIGO 16º - ATLETAS PARTICIPANTES PRÉ-COMPETIÇÃO SOLO DANCE

Requisitos	Categoria A	Categoria B
Tots		-----
Mini		Mínimo Nível 2 Solo Dance
Espoir	Mínimo Nível 5 Iniciação – Máximo Nível 1 Solo Dance	
Cadet		Mínimo Nível 2 Solo Dance – Máximo Nível 3 Solo Dance
Youth		
Junior + Senior		



ARTIGO 17º - ESCALOES E PROGRAMAS PRÉ-COMPETIÇÃO SOLO DANCE

Não obstante se transcrever, parcialmente, para o presente regulamento a composição dos programas por escalão e categoria, não se dispensa a leitura integral do Regulamento Promocional da World Skate.

A Categoria A destina-se aos atletas que estão a iniciar o seu percurso nesta disciplina, para que possam ter um primeiro contacto com as provas de Solo Dance.

Categoria A				
Tempo do programa: 2:00 minutos +/- 10 segundos				
	Dance Step Sequence	Artistic Sequence	Travelling Sequence	Choreo Sequence
Tots		Máx. Nível 1 Steps tots Máx 40 segundos	Máx. Nível 1 Máx. 15 segundos	Máx. 30 segundos
Mini		Máx. Nível 1 Steps tots Máx 40 segundos	Máx. Nível 1 Máx. 15 segundos	Máx. 30 segundos
Espoir		Máx. Nível 1 Steps tots Máx 40 segundos	Máx. Nível 1 Máx. 15 segundos	Máx. 30 segundos
Cadet, Youth, Junior e Sénior		Máx. Nível 1 Steps tots Máx 40 segundos	Máx. Nível 1 Máx. 15 segundos	Máx. 30 segundos



1. A **Categoria B** destina-se aos atletas que já se iniciaram na disciplina de Solo Dance e se estão a preparar para a entrada em competição.
2. As regras desta categoria serão as estabelecidas no regulamento Promocional da World Skate Artistic Technical Commission 2026, Basic ou Intermediate (conforme os escalões) de acordo com os seguintes elementos:

Categoria B						
	Dance Step Sequence	Footwork Sequence	Artistic Sequence	Cluster Sequence	Travelling Sequence	Choreographic Sequence
Mini	Máx. Nível 1	-	Máx. Nível 1	-	Máx. Nível 1	Máx. 30 segundos
Intermediate	Máx 30 segundos		Máx 30 segundos		Máx. 15 segundos	
Espoir	Máx. Nível 2	-	Máx. Nível 1	-	Máx. Nível 1	Máx. 30 segundos
Basic	Máx 30 segundos		Máx 30 segundos		Máx. 15 segundos	
Cadet	Máx. Nível 2	Máx. Nível 1	-	-	Máx. Nível 1	Máx. 30 segundos
Basic	Máx 30 segundos	Máx 30 segundos			Máx. 15 segundos	
Youth	Máx. Nível 2	Máx. Nível 2	-	Máx. Nível 1	Máx. Nível 2	Máx. 30 segundos
Basic	Máx 30 segundos	Máx 30 segundos			Máx. 15 segundos	
Junior and Senior	Máx. Nível 2	Máx. Nível 2	-	Máx. Nível 2	Máx. Nível 2	Máx. 30 segundos
Basic	Máx 30 segundos	Máx 30 segundos			Máx. 15 segundos	

ARTIGO 17º - OMISSÕES E OUTROS ASSUNTOS

Qualquer caso ou facto omissos neste regulamento será resolvido pela Direção da prova.

A Direção

Entroncamento, 09 de fevereiro de 2026