



MARÉ ALTA

3X3

25H BASQUETBOL IN&OUT

REGULAMENTO OFICIAL

5 E 6 DE SETEMBRO DE 2026

PAVILHÃO MUNICIPAL DA GAFANHA DA NAZARÉ

ORGANIZAÇÃO



INTEGRADO NAS COMEMORAÇÕES



APOIO





CAPÍTULO I

ESCALÕES ETÁRIOS EM COMPETIÇÃO

SUB-12 M/F

Atletas nascidos em 2015/2016

SUB-14 M/F

Atletas nascidos em 2013/2014

SUB-16 M/F

Atletas nascidos em 2011/2012

SUB-18 M/F

Atletas nascidos em 2009/2010

SENIORES M/F

Atletas nascidos antes de 2008

MASTERS M/F

Atletas com mais de 35 anos de idade

CONSTITUIÇÃO E PARTICIPAÇÃO

- 1 Cada equipa é constituída por um mínimo de 3 jogadores(as) e um máximo de 4 jogadores(as).
- 2 Nenhum jogador poderá jogar em mais que uma equipa, nem é permitida qualquer troca/acréscimo de jogadores(as) após o início da competição.
- 3 A idade do jogador mais velho define o escalão onde a equipa joga.

NOTA

À organização reserva-se o direito de não abrir escalões que não tenham pelo menos 8 equipas inscritas . Na formação, as equipas desses escalões poderão ser convidadas a participar no escalão imediatamente acima caso no seu escalão o número de equipas seja reduzido. O número máximo de inscrições por escalão será 12 equipas exceto se um escalão ou género tiver menos, sendo assim possível aumentar o número noutro escalão ou género

CAPÍTULO II

PRÉMIOS

FORMAÇÃO

Sub-12 · Sub-14 · Sub-16 · Sub-18

- 1.º lugar: medalhas para todos os atletas + taça
- 2.º lugar: medalhas para todos os atletas
- 3.º lugar: medalhas para todos os atletas

ADULTOS

SENIORES M/F

Prémio monetário de 200 € para o 1.º classificado masculino e feminino.

MASTERS M/F

Vales-cheque para jantar para o 1.º classificado masculino e feminino.



CAPÍTULO III

INSCRIÇÕES E PAGAMENTO

Limite das inscrições: 22 de Agosto. A organização reserva-se o direito de aumentar o prazo de inscrições.

Até 07 de Agosto 12,50 €por pessoa · **Atleta GD Gafanha:** 10,00 €por pessoa

Até e após 22 de Agosto 15,00 €por pessoa

CHECK-IN · KIT DO ATLETA

- Barra energética
- Peça de fruta
- Garrafa de água
- Pulseira de papel identificativa do evento
- T-Shirt
- Seguro
- Pequeno almoço de domingo

DOCUMENTAÇÃO

- Ficha de inscrição
- Cartão de cidadão — obrigatório mostrar no check-in para confirmação da idade e respetivo escalão.

PAGAMENTO

Transferência bancária para o NIB:

PT50 0045 3421 4041 0126 4685 3

CAPÍTULO IV

REGRAS

Todos os jogos deste evento regem-se pelas regras da FIBA 3x3.

Link oficial <https://3x3fpb.pt/regras/>

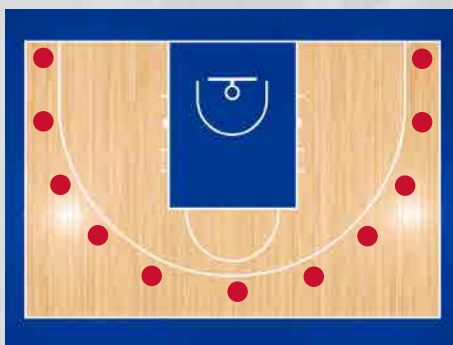
- 5 — bolas fornecidas pela organização
- 12 — tempo corrido, não havendo qualquer tipo de paragem do cronómetro
- 40 — as equipas não dispõem de qualquer desconto de tempo durante os jogos



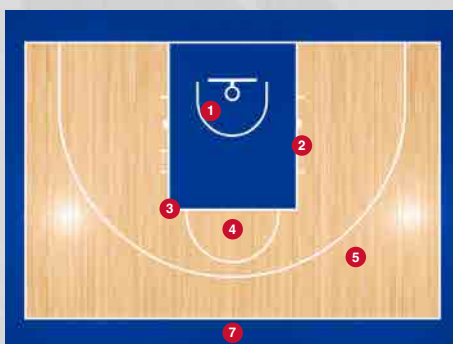
CAPÍTULO V CONCURSOS

As inscrições nos diversos concursos serão feitas ao longo das 25 horas, no secretariado do evento. Os concursos serão realizados em horário definido pela organização.

- **Jogo dos triplos** cada jogador escolhe uma posição/lugar na linha de 3 pontos; essa posição mantém-se até ao fim do jogo. Começando cada um com 10/20/30 pontos. Lança o primeiro da esquerda e por aí em diante. Se marcarem sempre seguido vão ficando pontos no “pote”; o primeiro a falhar retira esses pontos aos seus iniciais. Quem chegar ao zero perde. Se demorar muito tempo, cada cesto pode valer mais pontuação.



- **Skills** realizar um circuito de diversos gestos técnicos (passe, drible e lançamento) no menor tempo possível e com a maior pontuação possível.
- **2 ball** equipas mistas de 2 elementos; converter a maior pontuação possível em 2 minutos. Existem zonas diferentes de pontuação. Cada jogador tem que ganhar o seu próprio ressaltos e não é permitido lançar na mesma zona onde o colega lançou anteriormente.



- **Lance livre** todos lançam 10 lances livres; quem marcar mais passa.
- **Melhor nome de equipa** distinção atribuída ao nome de equipa mais criativo.



CAPÍTULO VI

DORMIDAS E USO DAS INSTALAÇÕES

Todos os elementos das equipas participantes poderão dormir nas bancadas ou espaços livres do pavilhão, assim como usufruir dos balneários do mesmo. Estas possibilidades não possuem qualquer apetrecho por parte da organização.

Qualquer acto que danifique os espaços onde se realiza o evento será penalizado com a expulsão dos respetivos elementos.

A organização não se responsabiliza pelos bens pessoais de cada atleta participante. Cada participante é responsável pela segurança dos seus objectos pessoais.

CAPÍTULO VII

ALIMENTAÇÃO

A organização não se responsabiliza pela alimentação dos participantes. Contudo, haverá no pavilhão serviço de bar/snack-bar com menus e diversas possibilidades.

CAPÍTULO VIII

ANIMAÇÃO

Haverá um sistema de som no pavilhão onde poderão ouvir playlists onde estarão incluídas as músicas escolhidas pelos participantes a preencher na ficha de inscrição.

CAPÍTULO IX

DATA, HORÁRIO, LOCALIZAÇÃO E COMO CHEGAR

Data	5 e 6 de Setembro de 2026
Horário	Início às 11h00 de dia 5 e término às 12h00 de dia 6
Morada	Pavilhão Municipal Gafanha da Nazaré Rua Professora Maria da Luz Carlos, Gafanha da Nazaré
Transporte	A organização disponibiliza transporte da estação de comboios de Aveiro para o pavilhão e vice-versa (hora de chegada a preencher na inscrição)

CAPÍTULO X

CONTACTOS

Email	gafanhabasquetebol@gmail.com
Telemóvel	917 154 979 ou 916 034 508

CAPÍTULO XI

OMISSÕES

Qualquer omissão neste regulamento será decidida pela organização.