



CONFERÊNCIA DO CALENDÁRIO

ASSOCIAÇÃO DE BASQUETEBOL DE AVEIRO

20 de Setembro de 2025 - 10.00 horas
Sede da Associação de Basquetebol de Aveiro

Clubes presentes: Sanjoanense, Oliveirense, Gafanha, Ovarense, Illiabum, Grib, Esgueira, Beira-Mar, Sangalhos, São João de Ver, Atómicos, Gica

MINIBASQUETE

ÉPOCA DE 2025 /2026

Sub-12

- Termina a organização de competição de Sub13: reduzido número de equipas inscritas (especialmente no feminino); dispersão de inscrições por S14M “B”, Sub13 e Sub12; muitas vezes vamos encontrar equipas que para alguns clubes são formadas por atletas Sub14 de 1.º ano e para outros por Sub12.
- Reorganização da competição para o escalão de Sub12:
- Torneio Sub12 – organização de grupos de 4 equipas; cada jornada participam 3 equipas e realizam 2 jogos cada uma. No primeiro período em formato de 4x4, sendo que podemos avançar para 5x5 no 2.º ou 3.º períodos para fazer uma aproximação à transição para Sub14, podendo no 3.º período passar à utilização de tabela grande.
- Encontro Sub12 –Formato 4x4, por inscrição

Torneio

Formato dos jogos:

- 4 períodos de 6 minutos corridos;
- 4x4 no primeiro período letivo, a ser avaliado se a transição para 5x5 é realizada no 2.º ou 3.º períodos

Jornada	1	2	3	4
Local	Casa equipa 1	Casa equipa 2	Casa equipa 3	Casa equipa 4
Jogos	1-2 3-2 1-3	2-4 4-1 2-1	3-1 1-4 3-4	4-2 2-3 4-3
Folga	Equipa 4	Equipa 3	Equipa 2	Equipa 1

Equipas Inscritas Masculino – Sangalhos, Sanjoanense, Gica, Galitos A e Galitos B, Beira-Mar, Illiabum, Brandoense, EM Benfica Oliveira de Azeméis, ACR Vale de Cambra, Esgueira, Ovarense

Equipas Inscritas Feminino – Sangalhos, Sanjoanense, Galitos, Beira-Mar, Illiabum, Esgueira, Ovarense, Gumirães

Divisão de grupos

1.ª Fase

Divisão em 3 zonas: Norte, Centro e Sul

Formação de grupos por sorteio: equipas do Norte + equipas do Centro / equipas do Centro + equipas do Sul

O número de grupos a formar será em função do número de equipas inscritas

Masculinos

A	B	C
1 - Grib	1 - Ovarense	1 - Gica
2 - Sanjoanense	2 - Galitos A	2 - Sangalhos
3 - EM Benfica	3 - Beira-Mar	3 - Galitos B
4 - ACR	4 - Esgueira	4 - Illiabum

Femininos

A	B
1 - Galitos	1 - Beira-Mar
2 - Esgueira	2 - Gumirães
3 - Sanjoanense	3 - Illiabum
4 - Ovarense	4 - Sangalhos

2.ª Fase

Reorganização dos grupos pela novo Sorteio (adversários diferentes) + novas equipas inscritas no Torneio

3.ª Fase – Jornada final do período – Concentração

- Sorteio para encontrar equipas diferentes
- Candidaturas para organização

Datas previstas

1ª Fase	Datas
Outubro	12, 19, 26
Novembro	2

2ª Fase	Datas
Novembro	16, 23, 30
Dezembro	7

3ª Fase - Jornada Final: 14 de dezembro

Encontro

- Frequência quinzenal
- Formato de Encontro e as equipas escolhem quando e onde vão jogar
- Não serão permitidas 2 equipas do mesmo clube no mesmo encontro
- As equipas do Encontro podem passar para o formato Torneio na mudança entre fases
- O Encontro pretende que as equipas participantes possam fazer uma passagem progressiva para a disputa do Torneio

Sub12, Sub10 e Sub8

- Início do Minibásquete em 12 de outubro. Emparelhamento de escalões Sub12 e Sub8; Sub10.
- Concentrações para os escalões de Sub8, Sub10 e Sub12.
- Concentrações Sub12 e Sub-10 só para feminino;
- Cada Concentração tem 3 jornadas. Entre a 2ª e a 3ª há um intervalo de 10m.
- Número mínimo de atletas inscritos para participarem nas concentrações:
Sub8 e Sub10 – 6
Sub12 – 8
- Os Clubes deverão enviar para a ABA as datas e o número de campos disponíveis para a realização das concentrações.
- Encontro concentrado no final de cada Trimestre

Sub8	Datas
Outubro	12 e 26
Novembro	9 e 23
Dezembro	7

Sub10	Datas
Outubro	19
Novembro	2, 16 e 30
Dezembro	14

Sub12	Datas
Outubro	12 e 26
Novembro	9 e 23
Dezembro	7

Sub6

- Organização de um encontro por Trimestre
- Circuito Técnico
- Candidaturas a Organização

Regulamento para o Escalão de Sub12

Duração do Jogo

- 4 períodos de 6 minutos ao cronómetro corrido;
- 1' de intervalo entre o 1º e o 2º quarto, entre o 3º e o 4º quarto e entre os quartos suplementares 2' de intervalo entre 2º e o 3º quarto
- Entre jogos 10min

Resultado do Jogo

- No final de cada período o marcador vem a zero;
- A equipa que vence o período soma 1 ponto; Em cada jogo estão 4 pontos em disputa;
- A equipa que no final do jogo vencer mais períodos soma 3 pontos, em caso de empate 2 pontos e de derrota 1 ponto;
- O resultado final variará desde o 4x0, 3x1, 2x2, 1x3, 4x4;
- Em caso de empate no período cada equipa soma 1 ponto.

Constituição das equipas

- Mínimo 8 atletas;
- Máximo 12 atletas;
- Com 12 atletas no jogo, cada atleta tem obrigatoriamente de jogar 2 períodos completos (numa jornada concentrada – 2 jogos)
- Com 10 atletas no jogo, cada atleta tem obrigatoriamente de jogar 3 períodos completos (numa jornada concentrada – 2 jogos)
- Com 8 atletas no jogo, cada atleta tem obrigatoriamente de jogar 4 períodos completos (numa jornada concentrada – 2 jogos)
- Independentemente do número de jogadores, nenhum jogador pode fazer 3 períodos consecutivos num jogo
- No caso de a equipa comparecer ao jogo com menos de 8 atletas é abrevada derrota administrativa e o resultado fica 4x0

Reposição da bola em jogo

- Nas reposições de bola em jogo não há paragem do cronómetro;
- Em todas as outras situações, o jogo prossegue de imediato, não sendo necessário um árbitro autorizar a reposição/" tocar na bola" e não há paragem do cronómetro.
- Em situações de Lance Livre o cronómetro para;
- Em casos que o justifiquem, os árbitros poderão parar o jogo e o cronómetro, por exemplo, se a bola não puder ser reposta de imediato, por ter ido para longe; se um atleta (ou mais) se tiver lesionado;

Tamanho da Bola

- Nº 5 para o Feminino e Masculino

Bola presa: Alternância

- Em Mini 12 apenas se utilizará o salto entre dois no início do jogo depois aplica-se a regra da alternância em todas as situações

Formato do jogo e utilização dos jogadores por quartos e substituições

O Jogo é realizado no formato 4 X 4.

As substituições só serão permitidas:

- Lesão
- Quando atinge o limite de faltas – 4 faltas pessoais
- Comportamento incorreto – iniciativa do treinador
- Se for necessário substituir um jogador - aplica-se as regras anteriores
- Os jogadores que não participarem em nenhum dos 2 primeiros quartos têm obrigatoriamente de entrar no início do 3.º quarto.

Lances Livres

- O regime de lances livres é idêntico às regras oficiais de basquetebol.

Faltas

- Cada atleta é excluído do jogo à 4.ª falta tendo de ser substituído conforme está definido no ponto “Formato do jogo e utilização dos jogadores por quartos e substituições “

Descontos de tempo

- Não há

Pontuação

- Consideram-se 3 pontos sempre que um lançamento for convertido fora da área restritiva.

Dimensões do campo

- O jogo realiza-se num campo com as dimensões normais e com o cesto à altura de 2.60m.

Anos de Nascimento

- Os atletas nascidos em 2014 e 2015 poderão jogar com exame médico ou declaração médica.

Os juízes

- Vamos procurar ter arbitragem, pelo menos um oficial de mesa
- Jogos no “InGame”

Quadro Resumo do Regulamento

Regulamento de Sub8, Sub10, Sub12		
Categoria	Sub 8 e 10	Sub 12
Regulamento	MiniBasquete	
Tempo de Jogo	4 x 6 minutos	4 x 8 min (Torn.) 4 x 6 min (Enc.)
N.º Jogadores	3 x 3*	4 x 4*
Tabelas	120 x 90 cm	180 x 105 cm
Altura Aro	260 cm	
Ø do Aro	Ø 45 cm	
Dimensão campo	Comp. : 15 a 18mt Largura: 10 a 12mt	Enco. - Comp.: 18 a 22mt / Largura: 12 a 15mt Torneio - 28 x 15mt
Tamanho Bola	68 a 73cm circunferência (Bola nº 5)	
Peso da Bola	Entre 450 e 500gr	
Categoria	Sub 8 e 10	Sub 12
Paragem do tempo de jogo	Tempo de relógio corrido	
Passividade	Sanciona-se segundo o juízo do árbitro	
Regra dos 8"	Não se aplica	
Defesas Ilegais	Sub8 - Não é Permitido Roubar a Bola da Mão ao Adversário Sub10: pode roubar a bola em qualquer altura	Não existem defesas zonas
Zona 3 pontos	Não existe	Fora da área restritiva
Lances - Livres	De acordo com as regras FIBA (participam 5 jogadores no ressalto) varia nos minis em função do número de praticantes	
Categoria	Sub 8 e 10	Sub 12
Equipas	Min = 6	Min = 8
Participação dos Jogadores	Encontros - Cada jogador tem de jogar no mínimo 2 períodos completos	

*Sub10 e Sub12: pode sofrer ajustes ao longo da época

Defesa Individual – Orientações

É obrigatória a utilização da defesa individual nos escalões de Minibasquete.

Nota prévia: Cabe aos Coordenadores e Treinadores dos Clubes, enquanto responsáveis pelas suas equipas, garantirem o cumprimento das normas relativas à obrigatoriedade da defesa individual (HxH) por parte dos respetivos Treinadores. Pretende-se, com a introdução da obrigatoriedade da defesa HxH, que sejam respeitados os princípios básicos desta defesa.

O objetivo da introdução desta regra não é penalizar a defesa HxH mal-executada, mas sim o desrespeito pelos seus princípios básicos, pelo que, nos casos em que haja dúvidas sobre se tais princípios estão, ou não, a ser respeitados, deve ser dado o benefício da dúvida à defesa.

- Defesa zonal é uma defesa de equipa, na qual cada defensor é responsável por defender uma área do campo e qualquer atacante que esteja nessa área;
- A prioridade das zonas é proteger a área próxima do cesto, “convidando” o ataque a lançar “de fora”;
- Defesas que utilizem o “dois contra um” (2x1), com rotações para repor os princípios do HxH são permitidas, em campo inteiro ou meio-campo.

Definição

- Defesa zonal é uma defesa de equipa, na qual cada defensor é responsável por defender uma área do campo e qualquer atacante que esteja nessa área;
- A prioridade das zonas é proteger a área próxima do cesto, “convidando” o ataque a lançar “de fora”;
- Defesas que utilizem o “dois contra um” (2x1), com rotações para repor os princípios do HxH são permitidas, em campo inteiro ou meio-campo.

Violações Típicas

- Um ou mais defensores colocados em posição que não cumprem os princípios do HxH, tendo em conta as posições do atacante direto e da bola;
- Cortes não defendidos de acordo com as técnicas do HxH;
- Após um 2x1, ou uma ajuda e recuperação, a equipa não tenta restabelecer um posicionamento de HxH;
- Atacante posicionado fora da linha de 3 pontos com respetivo defensor a ficar sempre dentro da área restritiva.

Organização

- Inscrição para os encontros por mail para a associação (luis.oliveira@abaveiro.pt)
- Partilha do quadro com todos os encontros – Visualização em Pasta partilhada
- Criação de um grupo no WhatsApp – para coordenadores de minibásquete – indicação Clube
- Inquérito de Análise à organização do encontro – a definir critérios, será enviado posteriormente

Calendário

Torneio Distrital Sub-12

Masculinos

A	B	C
1 - Grib	1 - Ovarense	1 - Gica
2 - Sanjoanense	2 - Galitos A	2 - Sangalhos
3 - EM Benfica	3 - Beira-Mar	3 - Galitos B
4 - ACR	4 - Esgueira	4 - Illiabum

Grupo A

Jornada	1	2	3	4
Data	12-10-2025	19-10-2025	26-10-2025	2-11-2025
Local	Casa equipa Grib	Casa equipa Sanjoanense	Casa equipa EM Benfica	Casa equipa ACR Vale de Cambra
Jogos	Grib – ADS EM Benfica - ADS Grib – EM Benfica	ADS - ACR ACR - Grib ADS - Grib	EM Benfica - Grib Grib - ACR EM Benfica - ACR	ACR - ADS ADS – EM Benfica ACR – EM Benfica
Folga	ACR	EM Benfica	Sanjoanense	Grib

Grupo B

Jornada	1	2	3	4
Data	12-10-2025	19-10-2025	26-10-2025	2-11-2025
Local	Casa equipa Ovarense	Casa equipa Galitos A	Casa equipa Beira-Mar	Casa equipa Esgueira
Jogos	ADO – Galitos A Beira-Mar – Galitos A ADO – Beira-Mar	Galitos A - CPE CPE - ADO Galitos A - ADO	Beira-Mar - ADO ADO - CPE Beira-Mar - CPE	CPE – Galitos A Galitos A – Beira-Mar CPE – Beira-Mar
Folga	Esgueira	Beira-Mar	Galitos A	ADO

Grupo C

Jornada	1	2	3	4
Data	12-10-2025	19-10-2025	26-10-2025	2-11-2025
Local	Casa equipa Gica	Casa equipa Sangalhos	Casa equipa Galitos B	Casa equipa Illiabum
Jogos	Gica - SDC Galitos B - SDC Gica – Galitos B	SDC - IC IC - Gica SDC - Gica	Galitos B - Gica Gica - IC Galitos B - IC	IC - SDC SDC – Galito B IC – Galitos B
Folga	Illiabum	Galitos B	Sangalhos	Gica

Femininos

A	B
1 - Galitos	1 – Beira-Mar
2 – Esgueira	2 - Gumirães
3 - Sanjoanense	3 - Illiabum
4 - Ovarense	4 - Sangalhos

Grupo A

Jornada	1	2	3	4
Data	12-10-2025	19-10-2025	26-10-2025	2-11-2025
Local	Casa equipa Galitos	Casa equipa Esgueira	Casa equipa Sanjoanense	Casa equipa Ovarense
Jogos	Galitos - CPE ADS - CPE Galitos - ADS	CPE - ADO ADO - Galitos CPE - Galitos	ADS - Galitos Galitos - ADO ADS - ADO	ADO - CPE CPE - ADS ADO - ADS
Folga	Ovarense	Sanjoanense	Esgueira	Galitos

Grupo B

Jornada	1	2	3	4
Data	12-10-2025	19-10-2025	26-10-2025	2-11-2025
Local	Casa equipa Beira-Mar	Casa equipa Gumirães	Casa equipa Illiabum	Casa equipa Sangalhos
Jogos	Beira-Mar - Gumirães IC - Gumirães Beira-Mar - IC	Gumirães - SDC SDC – Beira-Mar Gumirães – Beira-Mar	IC – Beira-Mar Beira-Mar - SDC IC - SDC	SDC - Gumirães Gumirães - IC SDC - IC
Folga	Sangalhos	Illiabum	Gumirães	Beira-Mar