



# LIGA GAÚCHA DE FUTSAL

A UNIÃO DE TODOS PELO BEM DA MODALIDADE

## Pré-Temporada da Arbitragem Gaúcha de Futsal 2020

Sempre com foco no seu propósito de fortalecer o esporte, organizar e administrar as principais competições da modalidade no estado, a Liga Gaúcha de Futsal, através de seu departamento de Arbitragem e utilizando suas atribuições, informa que neste ano teremos um evento inovador e pioneiro no estado que será a Pré-Temporada da Arbitragem da LGF em evento único!

Com muita dedicação, criatividade e união de esforços, foi possível tornar realidade este desejo da grande maioria dos nossos árbitros.

Principal objetivo da modificação é proporcionar uma Padronização no trabalho do nosso quadro de Árbitros. Com programação variada, investiremos na qualificação da parte técnica, treinamento do novo sistema de gestão da entidade, avaliações físicas e teóricas e o 1º Treinamento específico aos Representantes de Quadra.

O evento será realizado no dia 05 de Abril de 2020, as 9:30hs, nas dependências do Campus da Ulbra em Carazinho, localizado na BR 285 - KM 335.

Não percam os prazos e venha fazer parte da construção da *maior Pré-Temporada para Árbitros de Futsal já realizada no estado!*

**Inscrições encerram dia 22/03 (domingo), às 23hs.**

### INFORMAÇÕES GERAIS:

- Valor da Inscrição ao Evento: R\$ 110,00;
- Quem realizar a inscrição receberá 01 camisa do evento, juntamente com 01 escudo da LGF para utilização na temporada vigente e já estará incluso no pacote o almoço no dia do evento.
- Documentos Obrigatórios:
  - 1) Inscrições somente através deste link de acesso:  
[INSCRIÇÕES PRÉ-TEMPORADA LGF 2020](https://forms.gle/EcNoCXpiBHGnf2FM8) ou <https://forms.gle/EcNoCXpiBHGnf2FM8>
  - 2) Documento Oficial com foto (RG, CNH, Passaporte, CTPS, etc...), original, cópia autenticada ou documentos digitais, somente para apresentação no dia;
  - 3) Atestado médico de Aptidão Física para Todos (*com no máximo 30 dias de antecedência da data do teste físico*).
- Teste Teórico com nota mínima para aprovação de 7,0;
- Avaliação Física será aplicada conforme orientações neste documento.

### Condições para inscrição:

- a. Ter atuado na LGF em 2019;
- b. Ter realizado curso aplicado por instituição credenciada para tal no ano de 2019.

**Caso os interessados não estiverem dentro de alguma destas condições, só poderão ingressar ao Quadro de Árbitros desta entidade mediante realização de curso aplicado pela Escola de Árbitros da Liga Gaúcha durante este ano.**





# LIGA GAÚCHA DE FUTSAL

A UNIÃO DE TODOS PELO BEM DA MODALIDADE

## – DESCRIÇÃO DAS PROVAS FÍSICAS PARA OS ÁRBITROS:

### **PROVA 1 – Corrida de 1000 metros**

Ao ser dado o sinal de partida os árbitros deverão correr uma distância de 1.000 m em um período máximo de cinco (5:20) minutos para homens e (5:50) minutos para mulheres.

#### Objetivo da prova:

Avaliar a resistência física dos árbitros durante grandes esforços equivalentes aos dois períodos de 20 minutos cronometrados de uma partida oficial de futsal.

### **PROVA 2 – Teste de Velocidade**

Inicia-se o teste com o árbitro posicionado com os dois pés atrás de uma linha localizada a uma distância de 10 metros de outra até que seja dado o sinal para partir em direção à outra na maior velocidade possível. Ao chegar à segunda linha o árbitro deve tocá-la (com qualquer parte do corpo, inclusive os pés) e retornar ao ponto de partida. Esta sequência de corridas deve ser repetida por duas vezes sem intervalo entre elas e no tempo máximo de 14 segundos para homens e 16 segundos para mulheres.

#### Objetivo da prova:

Avaliar a velocidade dos árbitros para acelerar e desacelerar em pequenos espaços.

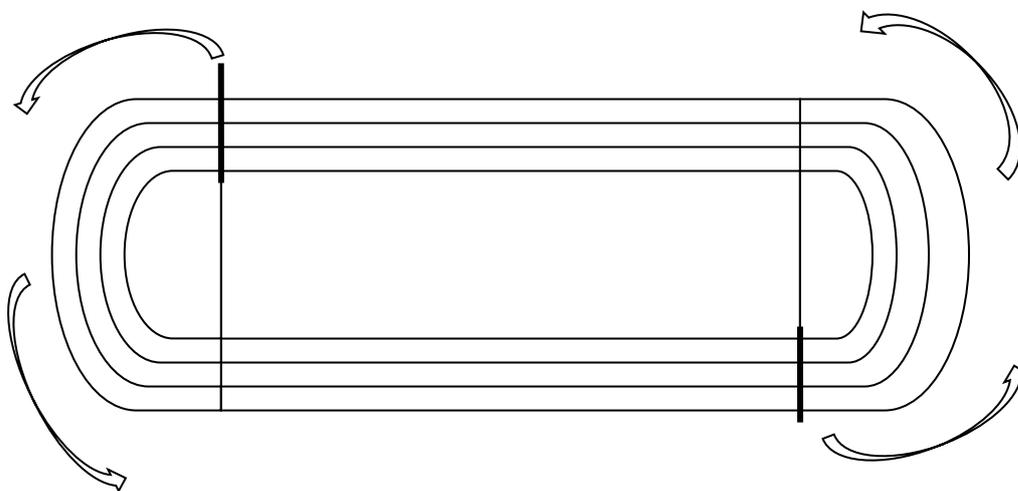
## **SEQÜÊNCIA DE EXECUÇÃO DAS PROVAS QUE COMPÕEM O TESTE**

1º - Corrida de 1.000 metros;

2º - Teste de velocidade dos 40 metros.

## **ILUSTRAÇÕES DA EXECUÇÃO DAS PROVAS**

**1ª prova: Corrida de 1.000 metros** - 2,5 voltas em pista de 400 metros/5:20 minutos para homens e 5:50 minutos para mulheres

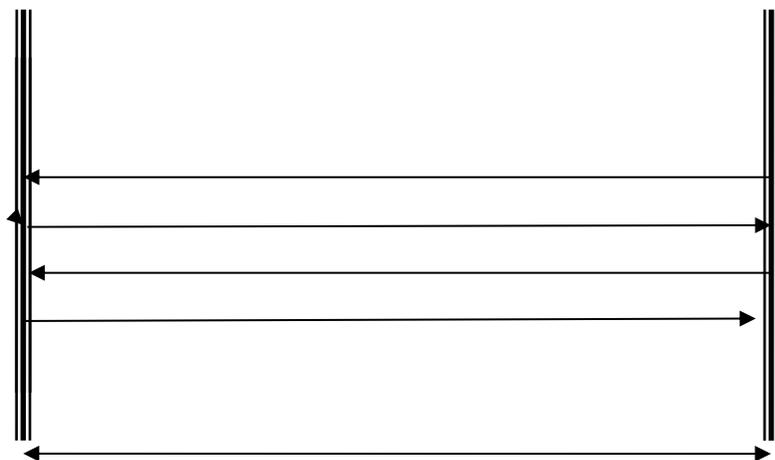




# LIGA GAÚCHA DE FUTSAL

A UNIÃO DE TODOS PELO BEM DA MODALIDADE

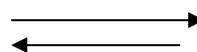
2ª prova: Teste de velocidade – 40 metros/14 segundos



**Legenda:**

Linhas de partida e de chegada

Percurso a ser percorrido:



Distância de 10 metros:



APOIO:



UNIVERSIDADE LUTERANA DO BRASIL  
CARAZINHO

Cachoeirinha, 02 de março de 2020.

**Luis Fernando Feijó Junior**  
*Diretor de Árbitros Liga Gaúcha de Futsal*

**Nelson Bavier de Souza**  
*Presidente Liga Gaúcha de Futsal*



[ligagaucha.com.br](http://ligagaucha.com.br)



ALigaGaucha



ALigaGaucha



ALigaGaucha