

CURSO DE FORMAÇÃO DE ÁRBITROS



NÍVEL 1 – NACIONAL 3



CBW
BRASIL WRESTLING

HISTÓRIA DO WRESTLING

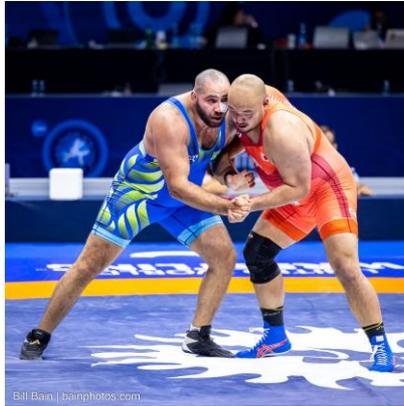
É impossível definir quando e onde o Wrestling começou a ser praticado. Porém, a sistematização de regras das várias diferentes lutas existentes na Europa no final do século XIX deu origem ao Wrestling. A nova modalidade foi batizada de Luta Greco-Romana, sendo a primeira a integrar o programa dos Jogos Olímpicos realizados em Atenas, na Grécia, nos primeiros Jogos da Era Moderna, em 1896. O Estilo Livre só surgiria posteriormente, no início do século XX, em virtude das divergências a respeito das regras. A principal diferença entre ambos é que o estilo Greco-Romano só permite golpes acima da linha da cintura. Já no Estilo Livre é permitido aplicar golpes nas pernas e pés também. Um fato interessante é que, diferentemente das lutas orientais, o Wrestling não gradua os praticantes e, portanto, não segue qualquer critério de faixas (PETROV, 1996; BORBA, 2013).

HISTÓRIA DO WRESTLING

- A modalidade ficou conhecida e popularizada no Brasil a partir da Luta Greco-Romana, maneira mais fácil de tratar do esporte. Hoje, o estilo greco-romano é um dos três estilos do *Wrestling*. Além do Estilo Greco-Romano, só praticado pelos homens, a modalidade possui o Estilo Livre Masculino e o Estilo Livre Feminino. Os três presentes no programa olímpico.
- As diferenças principais entre os estilos são: no Estilo Greco-Romano são permitidas apenas ações como domínios de braço e “cinturadas” acima da linha de cintura. Já no Estilo Livre são permitidas ações nas pernas, seja para defender ou atacar. Varridas, ganchos, e movimentos de braços buscando pernas são peculiares neste estilo.

Estilos do Wrestling

Estilo Greco-Romano



Estilo Livre Feminino



Estilo Livre Masculino



ESTILOS DO WRESTLING

- **Estilo Greco-Romano:** É praticado apenas no gênero masculino. É estritamente proibido agarrar o oponente abaixo da linha de cintura ou usar as pernas diretamente no corpo do oponente seja para realizar uma ação de ataque ou uma ação de defesa.
- **Estilo Livre:** É praticado em ambos os gêneros Masculino e Feminino. É permitido agarrar as pernas do adversário e usar as próprias pernas para executar uma ação de ataque ou de defesa.
- **Estilo Livre Feminino:** Segue as mesmas regras do Estilo Livre Masculino. É proibido utilizar a técnica *Double Nelson* e suas variações.

ÁREA DE LUTA / TAPETE

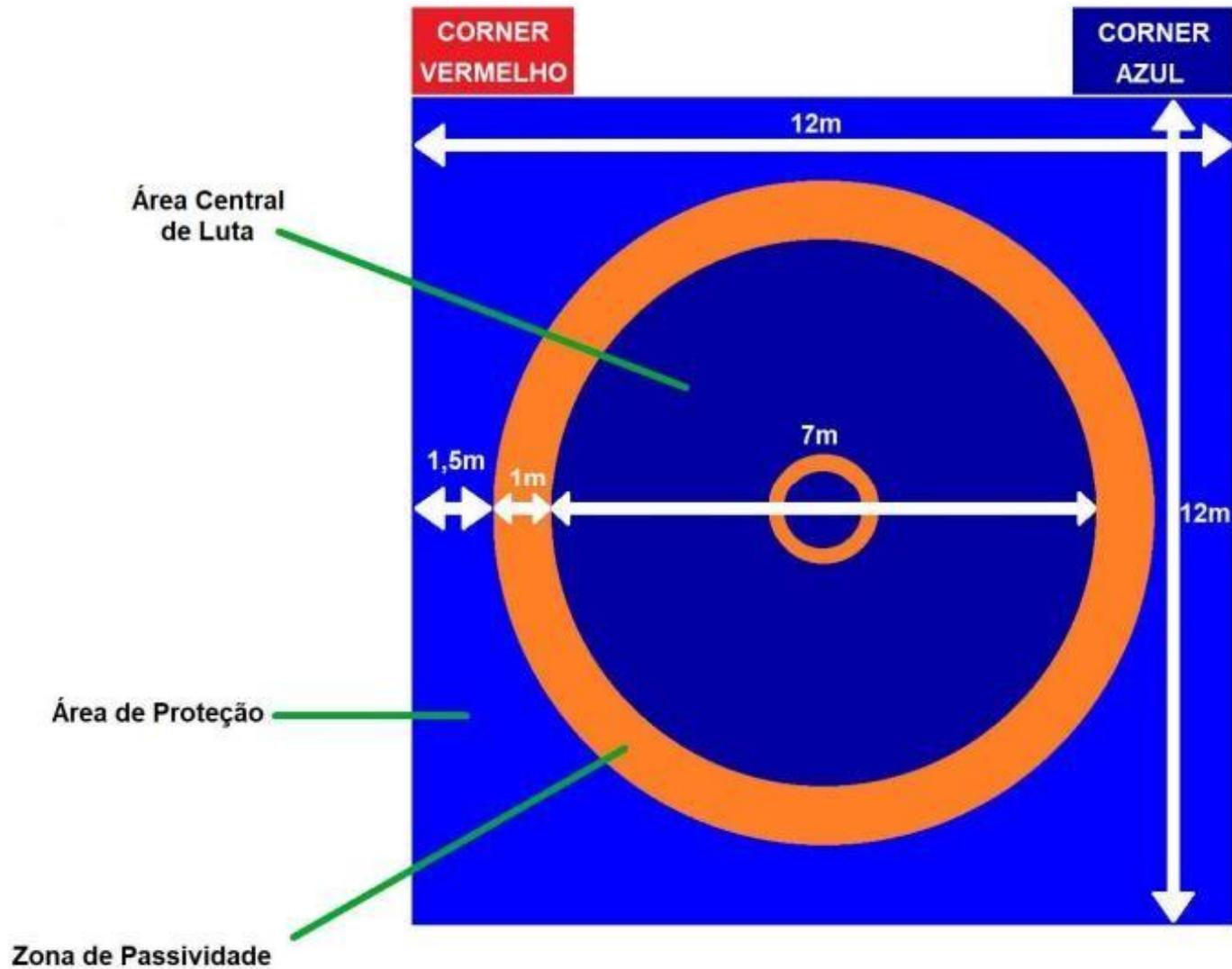
Tamanho: 12m x
12m

Círculo Central: 1m
de diâmetro e 10cm
de largura.

**Área Central de
Luta:** 7m de
diâmetro

**Zona de
passividade (Faixa
Laranja):** 9m de
diâmetro e 1m de
largura.

Área de proteção:
1,5m de largura.



Classes de idade

Categoria Sub-15 (U15): 14-15 anos (13 anos com autorização médica e dos responsáveis).

Categoria Sub-17 (U17): 16/17 anos (15 com autorização médica e dos responsáveis).

Categoria Sub-20 (U20): 18/ 20 anos (17 com autorização médica e do responsável).

Categoria Sub-23 (U23): 19/23 anos (18 anos com certificado médico).

Categoria Sênior: 18 anos em diante.

Categoria Veteranos: a partir de 35 anos.

TABELA DE PESOS

▪ **Categorias Sênior, Sub-23 e Sub-20**

Estilo Greco-Romano – 55kg, 60kg, 63kg, 67kg, 72kg, 77kg, 82kg, 87kg, 97kg e 130kg

▪ Estilo Livre Feminino – 50kg, 53kg, 55kg, 57kg, 59kg, 62kg, 65kg, 68kg, 72kg e 76kg

▪ Estilo Livre Masculino – 57kg, 61kg, 65kg, 70kg, 74kg, 79kg, 86kg, 92kg, 97kg e 125kg

▪ **Categorias presentes nos Jogos Olímpicos**

▪ Estilo Greco-Romano – 60kg, 67kg, 77kg, 87kg, 97kg e 130kg

▪ Estilo Livre Feminino – 50kg, 53kg, 57kg, 62kg, 68kg e 76kg

▪ Estilo Livre Masculino – 57kg, 65kg, 74kg, 86kg, 97kg e 125kg

▪ **Categoria Sub-17**

▪ Estilos Greco-Romano e Livre Masculino – 45kg, 48kg, 51kg, 55kg, 60kg, 65kg, 71kg, 80kg, 92kg e 110kg

▪ Estilo livre feminino – 40kg, 43kg, 46kg, 49kg, 53kg, 57kg, 61kg, 65kg, 69kg e 73kg

TABELA DE PESOS

- **Categorias Sub-15**

Estilos greco-romano e livre masculino – 34-38kg, 41kg, 44kg, 48kg, 52kg, 57kg, 62kg, 68kg, 75kg e 85kg

- Estilo livre feminino – 29-33kg, 36kg, 39kg, 42kg, 46kg, 50kg, 54kg, 58kg, 62kg e 66kg

- **Categoria Infantil**

- **11 a 12 anos**

Estilos greco-romano, livre feminino e livre masculino:
28kg, 31kg, 34kg, 38kg, 42kg, 47kg, 52kg, 55kg e acima de 55kg

- **9 a 10 anos**

Estilos greco-romano, livre feminino e livre masculino:
28kg, 30kg, 33kg, 36kg, 40kg, 45kg, 50kg, 55kg e acima de 55kg

- **7 a 8 anos**

- Estilos greco-romano, livre feminino e livre masculino:
23kg, 26kg, 29kg, 32kg, 36kg, 40kg, 45kg, 50kg e acima de 50kg

TABELA DE PESOS

- **Categorias Veteranos**

- Divisão A – 35 a 40 anos

- Divisão B – 41 a 45 anos

- Divisão C – 46 a 50 anos

- Divisão D – 51 a 55 anos

- Divisão E – 56 a 60 anos

- Todas as divisões possuem as mesmas categorias de peso:

- 55kg – 62kg

- 70kg

- 78kg

- 88kg

- 100kg

- 100kg a 130kg

CLASSES DE IDADE

- **Categorias Sub-15, Sub-17 e Veteranos** - Duração de luta será de 2 períodos de 2 minutos cada, totalizando 4 minutos e com 30 segundos de intervalo entre os rounds.



Categorias Sub-20, Sub-23 e Sênior - Acontecem em 2 rounds de 3 minutos, totalizando 6 minutos com intervalo de 30 segundos entre eles.

- # É permitido que os lutadores bebam água no corner nos intervalos dos rounds.
- # É permitido que os lutadores recebam instruções do treinador e de um segundo auxiliar nos intervalos dos períodos.
- # É proibido que os treinadores usem toalhas molhadas para refrescar o atleta e usem qualquer tipo de creme no lutador ou lutadora.

VESTIMENTA

- Os atletas devem ter duas opções de uniformes (malha) para impedir que dois países usem as mesmas cores.
- Todas as nações devem escolher seu uniforme com base nas cores da bandeira de seus países. Em casos excepcionais são consideradas alternativas com permissão da United World Wrestling. A cor do país escolhido deve preencher 70% da malha.
- Além das cores do país, as faixas vermelha e azul serão mantidas nas malhas para determinar pontuações entre atletas.

VESTIMENTA

- Para evitar confusão na visualização das cores, os países devem usar as seguintes combinações para malhas com faixas azuis: preto, azul, verde, cinza, roxo, prata.
- Para evitar confusão na visualização dos atletas, os países devem usar as seguintes colorações com marcas vermelhas: branco, laranja, rosa, vermelho, amarelo, marrom e dourado.
- A malha de luta deve ser feita de um tecido liso, sem bordas ásperas, que não apresentem perigo de irritação, nem para o usuário e nem para o seu oponente. A malha deve fornecer ao lutador todas as possibilidades de execução de suas ações técnicas.

VESTIMENTA

- Cada malha terá um total de três marcas, consistindo em:
 - Duas faixas de 7 cm de largura em cada perna. Estas devem estar posicionadas na borda inferior de cada perna do lutador. Por razões de visibilidade, a faixa deve percorrer toda a circunferência da perna do lutador ou lutadora.
 - Uma faixa de 7 cm de largura posicionada sob o nome do atleta e o código do país acima parte de trás do tronco. A faixa deve estar localizada exclusivamente na parte de trás da malha e não precisa estar visível na frente.

PROIBIÇÕES NA VESTIMENTA

- Aplicar qualquer substância gordurosa ou pegajosa ao corpo;
- Entrar transpirando no tapete para o começo do combate ou para o início de cada período/round;
- Usar ataduras nos dedos, punhos, braços ou tornozelos, exceto no caso de lesão, por ordem médica;
- As ataduras autorizadas devem ser cobertas por bandagens elásticas;
- Usar qualquer objeto que possa causar danos ao oponente, como anéis, pulseiras, próteses, piercings, etc;
- Uso de sutiãs com alças no estilo livre feminino.

Vestimenta



Vestimenta



AO2416-010 BLACK



AO2416-601 RED



AO2416-401 BLUE



AO2416-170 WHITE/GOLD



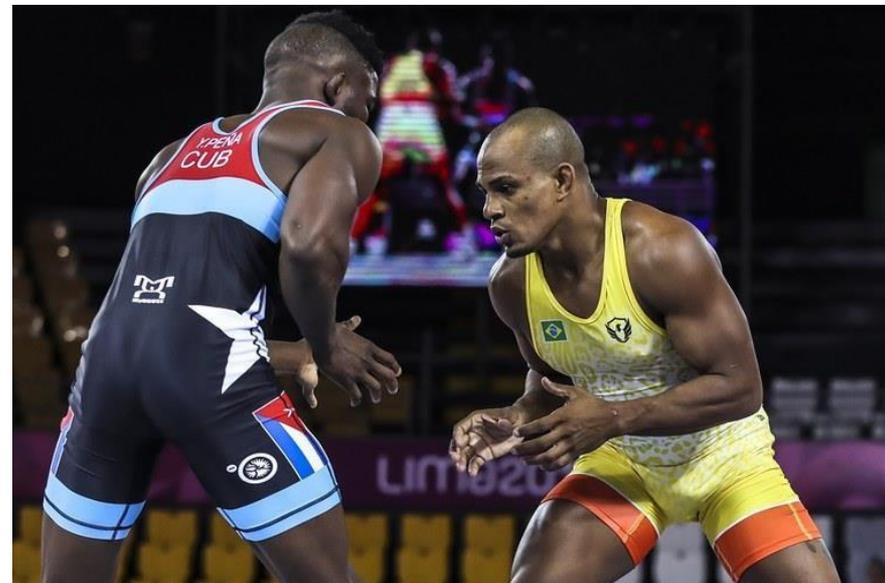
AO2416-101 WHITE/GREY

NIKE FURY | WRESTLING SHOES



CBW
BRASIL WRESTLING

Vestimenta



TÉCNICO / TREINADOR

- Vestimenta (calça esportiva, camisa com manga, tênis);
- Proibido influenciar decisões ou insultar o Corpo de Arbitragem. Deve falar apenas com o lutador;
- Tem o direito de dar água ao seu lutador apenas durante o intervalo;
- Secar o lutador durante o intervalo. Ao fim dos 30 segundos deve garantir que seu atleta não esteja transpirando em excesso;
- Permanecer na área designada ou pelo menos a 2m da borda do Tapete;
- O atleta pode ter no máximo duas pessoas na área de luta.



- **Encostamento ou touche - golpe que encerra o combate**

Apenas um golpe é capaz de encerrar a luta em qualquer momento do combate, o encostamento. Também conhecido como *Touche*, o golpe consiste em dominar o oponente fazendo-o ficar com as costas no solo de 3 a 5 segundos. Para decretar o encostamento, o árbitro precisa assegurar que o atleta está dominado e estabilizado. Caso não aconteça, o vencedor é declarado conforme a pontuação durante a luta.

Corpo de arbitragem

É composto de 3 árbitros por combate:

- 1 Presidente de Tapete
- 1 Árbitro Central
- 1 Juiz de mesa





CORPO DE ARBITRAGEM

- **PRESIDENTE DE TAPETE**

Deve coordenar o trabalho do árbitro e do juiz. Em caso de divergência deve entrar em concordância com um dos dois companheiros de arbitragem pois ele não pode interferir na decisão. Para intervenção ele deve chamar os dois e fazer uma consulta para correção. O presidente tem a obrigação de assinalar confirmando as questões de passividade, encostamento e faltas.



CORPO DE ARBITRAGEM

- **ÁRBITRO CENTRAL**

Conduz a luta no tapete de lutas e deve dirigir o combate de acordo as regras. É responsável por informar ao público o vencedor do combate.



CORPO DE ARBITRAGEM

- **JUIZ DE MESA**

Deve sempre dar sua opinião levantando a placa na cor vermelha ou azul com os valores das ações técnicas. E responsável por preencher a súmula de acordo com a decisão do árbitro e do presidente do tapete.

- *O Árbitro deve usar uma Munhequeira (PULSEIRA) Vermelha no pulso esquerdo e uma azul no pulso direito.*

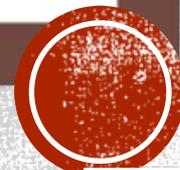


MECÂNICA DOS ÁRBITROS

A mecânica dos árbitros é o conjunto de procedimentos utilizados durante o combate para ajudá-los a realizar seu trabalho. Isso inclui comunicação, vocabulário específico e sinais manuais. Os procedimentos se tornaram um padrão mundial, repetido nos combates. É importante, para qualquer pessoa que queira ser árbitro, aprender e aplicá-las durante uma luta.



MECÂNICA DOS ÁRBITROS



CBW
BRASIL WRESTLING



MECÂNICA DOS ÁRBITROS

- **“Action” – “Ação”** – Estimula a ação e pontuação dos lutadores.
- **“Contact” – “Contato”** – Para informar um lutador para segurar seu oponente.
- **“Open” – “Abra”** – Para informar um lutador para parar o bloqueio que impede a pontuação.
- **“Head up” – “Erga a cabeça”** – Para informar ao lutador que levante a cabeça para evitar bloqueio ou comportamento antidesportivo.



MECÂNICA DOS ÁRBITROS

- **“Attention”** – **“Atenção”** – Para dar a um lutador um aviso de wrestling negativo.
- **“No Block”** – **“Sem bloquear”** – Para informar o lutador para parar de bloquear e impedir as ações de retenções.
- **“Continue”** – **“Continuar”** – Para informar os lutadores para continuarem lutando ou para terminarem uma ação.
- **“Center”** – **“Centro”** – Para informar os lutadores para trabalharem/se moverem em direção ao centro do tapete.



MECÂNICA DOS ÁRBITROS

- **“Place”** – **“Fique”** Dito para evitar que o lutador rasteje em par terre.
- **“Zone”** – **“Zona”** – Para informar um lutador que entrou na zona laranja de 1 m.
- **“No Fingers”** – “Não torça os dedos” – Para instruir os lutadores a não agarrar os dedos do oponente.
- **“Up”** – “De pé” comando que o árbitro utiliza para reiniciar o combate em pé.

GESTOS E VOCABULÁRIOS



PROCEDIMENTO DE INÍCIO



PROCEDIMENTO DO FINAL



Sair do modo tela-ch

00:22



1 PONTO E ZONA

5:36 USA TAYLOR III D. 0
FS 86 IRI YAZDANICHARA H. 0
Final 1-2 WORLD CHAMPIONSHIPS 2009

TaiShan

TaiShan

TaiShan

TaiShan

FS 86 100 Final 1-2
US IRI
TAYLOR III YAZDANICHARA H.
0 5 3 0

Oslo 2021



KEEP WORLD

2 PONTOS

4:30 GEO ABULADZE L. 0
GR 63 IRI DALKHANI M. 1

Final 1-2 WORLD CHAMPIONSHIPS 2021

WRESTLING

WRESTLING

WRESTLING

GR 63 772 Final 1-2
GEO IRI
ABULADZE L. DALKHANI M.
0 4:30 1

Oslo 2021



4 PONTOS

5:18 UKR KOKOZEI YASH B. 0
WW 50 RWF SOKOLOVA N. 2

Final 5-1 WORLD CHAMPIONSHIPS 2021



5 PONTOS

JPN

TAKAHASHI S.

2

THA

BUTJAMRUAL J.

0

34

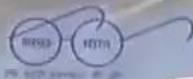
GR 66 KG

1/4 Fina

1:06



SPORTS FLASHES
News, Gossipa, Predictions, Trivia & More



TOUCHÉ



FRA VIGOUROUX J.F. 9
BRA MARTINEZ H.E. 2

126 CFS 43 KG
Group B

0:17

OMEGA
126 GROUP B

FRA VIGOUROUX J.F.
BRA MARTINEZ H.E.

0:17 2

2



00:00



SAIR DA ZONA



MGL	GANZORIG M.	2
CUB	LOPEZ AZCUY L.	2

65 FS 74 KG
Round 2
2:10



Sair do modo tela-ch



00:00



AÇÃO



4:35 USA TAYLOR III D. 0
FS 86 IRI YAZDANICHARA H. 1
Final 1-2 WORLD CHAMPIONSHIPS 2022

CHAMPIONSHIPS



1º CHAMADA DE PASSIVIDADE NO ESTILO LIVRE



4:15 USA TAYLOR III D. 0
FS 86 IRI YAZDANICHARA H. 1
Final 1-2 WORLD CHAMPIONSHIPS 2022

00 Final 1-2
A IRI 
L D. YAZDANICHARA H.
4:15 1

