

REGULAMENTO TÊNIS DE MESA 2026

PRÉ INSCRIÇÕES/INTERESSE PELO LINK:

[LIGA ÁGUA NA CAIXA® TÊNIS DE MESA – Preencher o formulário](#)



INFORMAÇÕES GERAIS

- Local: Life Pong Campo Belo
- Endereço: Rua Dr. Jesuíno Maciel, 360.

TAXA DE INSCRIÇÃO	
INDIVIDUAL	DUPLA
R\$ 80,00	R\$ 120,00

REGULAMENTO TÉCNICO

O presente Regulamento Técnico estabelece as normas de disputa das provas individuais e de duplas da Liga Água na Caixa® 2026, em conformidade com as regras oficiais da Confederação Brasileira de Tênis de Mesa (CBTM) e da Federação Internacional de Tênis de Mesa (ITTF).

DISPOSIÇÕES GERAIS

A Liga Água na Caixa® seguirá integralmente as regras oficiais da CBTM/ITTF, salvo adaptações previamente previstas no Regulamento Geral da competição.

Todos os atletas, técnicos e dirigentes deverão respeitar as normas técnicas, disciplinares e administrativas da organização.

REGULAMENTO TÊNIS DE MESA 2026

A arbitragem será designada pela coordenação técnica da competição.

INDIVIDUAIS

As partidas individuais serão disputadas em melhor de cinco sets, salvo disposição específica no Regulamento Geral.

Cada set será disputado até 11 pontos.

Em caso de empate em 10 a 10, vencerá o atleta que abrir dois pontos de vantagem.□

A troca de saque ocorrerá a cada dois pontos.□

Em situação de 10 a 10, o saque alternará a cada ponto.

SAQUE – INDIVIDUAL (OBSERVAÇÃO SAQUE)

O saque deverá obedecer às seguintes normas:

A bola deverá iniciar imóvel sobre a palma da mão aberta do sacador.□

Deverá ser lançada verticalmente para cima, com altura mínima de 16 centímetros.□

O contato com a bola deverá ocorrer na descida.□

A bola deverá tocar primeiro a quadra do sacador e, em seguida, a quadra do recebedor.□

O saque deverá ser executado atrás da linha de fundo da mesa.

TEMPO TÉCNICO E INTERVALOS

1. Cada atleta ou dupla terá direito a um pedido de tempo técnico por partida, com duração máxima de um minuto.
2. Haverá intervalo de até um minuto entre os sets.
3. Os atletas trocarão de lado ao final de cada set.
4. Parágrafo único – No set decisivo, a troca de lado ocorrerá quando um dos atletas ou duplas atingir cinco pontos.

DUPLAS

As partidas de duplas obedecerão ao mesmo sistema de pontuação das partidas individuais.

A dupla deverá definir previamente:

REGULAMENTO TÊNIS DE MESA 2026

1. O primeiro sacador.
2. O primeiro recebedor.

A ordem estabelecida deverá ser mantida durante todo o set.

SAQUE NA DUPLA

O saque na prova de duplas deverá:

1. Ser executado obrigatoriamente da metade direita da mesa.
2. Tocar primeiramente a metade direita da quadra do sacador.
3. Em seguida, tocar a metade direita da quadra do recebedor (diagonal obrigatória).
4. Os atletas da dupla deverão rebater a bola alternadamente.
5. Parágrafo único – Caso o mesmo atleta toque na bola duas vezes consecutivas, o ponto será concedido à dupla adversária.

ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

As partidas serão disputadas com:

- Bola oficial 40+ (plástica).
- Rede com 15,25 cm de altura.
- Mesa com dimensões oficiais de 2,74 m de comprimento por 1,52 m de largura.
- Altura da mesa de 76 cm.

DAS FORMAS DE DISPUTA

As partidas serão disputadas em melhor de 5 (cinco) sets até 11 (onze) pontos.

Um set será vencido pelo atleta que primeiro completar 11 pontos, salvo empate em 10 a 10, quando vencerá aquele que obtiver vantagem mínima de 2 pontos.

Na fase de grupos haverá no máximo 4 atletas por grupo, classificando-se 2 atletas por grupo para a fase eliminatória simples (mata-mata).

Na fase eliminatória, as partidas também serão disputadas em melhor de cinco sets.

CRITÉRIOS DE DESEMPATE

REGULAMENTO TÊNIS DE MESA 2026

- 1º Confronto direto (entre dois atletas).
- 2º Saldo de sets (entre três atletas ou mais).
- 3º Saldo de pontos.
- 4º Sorteio.

DOS MATERIAIS

É permitido ao atleta utilizar sua própria raquete ou raquete simples disponibilizada no local.

Será permitido apenas o uso de raquete com borracha (inclusive pino curto ou longo), sendo proibido o uso de raquete de EVA ou somente madeira.

A Liga Água na Caixa®, mesmo adotando as Regras Oficiais da Confederação Brasileira de Tênis de Mesa (CBTM), poderá realizar adaptações técnicas e pedagógicas conforme o nível dos alunos, faixa etária e contexto escolar, sempre com o objetivo de garantir a participação, a inclusão, o caráter formativo e a democracia esportiva.

CATEGORIAS

As categorias serão separadas entre masculino e feminino. A inscrição do atleta é permitida em apenas uma única categoria:

- Sub 8: Até 8 anos – Nascidos em 2018 ou após.
- Sub 11: Até 11 anos – Nascidos em 2015 ou após.
- Sub 13: Até 13 anos – Nascidos em 2013 ou após.
- Sub 15: Até 15 anos – Nascidos em 2011 ou após.
- Sub 18: Até 18 anos – Nascidos em 2008 ou após.
- Categoria Federado (Atletas que tenham o TRA ativo Ouro ou prata)

REGULAMENTO TÊNIS DE MESA 2026

PREMIAÇÕES POR ETAPA

Serão premiados do 1º ao 4º lugar (ouro, prata e dois bronzes).

Todos os participantes receberão medalha de participação.

PONTUAÇÃO

COLOCAÇÃO	PONTOS
1º Lugar	100
2º Lugar	90
3º Lugar	80
4º Lugar	70
5º Lugar	60
6º Lugar	50
7º Lugar	40
8º Lugar	30
9º Lugar em diante	10

TROFÉU EFICIÊNCIA

REGULAMENTO TÊNIS DE MESA 2026

O **Troféu Eficiência** será atribuído às escolas que alcançaram as melhores colocações no ranking geral, com a soma total de pontos acumulados durante as cinco etapas da temporada de 2026. A premiação será destinada ao 1º, 2º e 3º lugares.

CRITÉRIOS DE DESEMPATE

Em caso de empate entre colégios:

1. Maior número de títulos (1º lugares).
2. Maior número de pódios (1º ao 3º lugar).
3. Melhor desempenho na última etapa.
4. Persistindo empate, decisão por sorteio realizado pela comissão organizadora.

DO DESTAQUE DO ANO

O título de **Destaque do Ano 2026** será concedido ao atleta que finalizar a temporada como líder do ranking em sua respectiva categoria (premiação apenas para o 1º colocado da sua respectiva categoria).

Critério de Classificação

1. Será considerado o atleta com maior número de pontos acumulados ao longo da temporada em sua categoria.
2. A soma será feita considerando todas as etapas oficiais do calendário (etapas que pontuaram 1ª, 2ª, 3ª, 4ª e 5ª).

Critérios de Desempate

1. Maior número de títulos na temporada.
2. Melhor colocação na última etapa.
3. Confronto direto.
4. Sorteio.

REGULAMENTO TÊNIS DE MESA 2026

PREMIAÇÃO DESTAQUE DO ANO

Os atletas líderes de cada categoria (Sub-8, Sub-11, Sub-13, Sub-15, Sub-18 e Categoria Federado – masculino e feminino) receberão:

Troféu “Destaque do Ano – Liga Água na Caixa®”

DAS DISPOSIÇÕES FINAIS

1. A apuração oficial será realizada pela coordenação técnica da Liga Água na Caixa®.
2. A premiação acontecerá na 6ª Etapa – 25 de outubro de 2026.

PONTUAÇÃO

Caso tenha interesse em participar do nosso grupo do WhatsApp, com todos os professores que participam ou já participaram da liga de tênis de mesa escolar, e para receber informações, fazer intercâmbio com outras escolas e profissionais, basta clicar no link abaixo:

[Liga de Tênis de Mesa Escolar](#)

DÚVIDAS E SUGESTÕES

PROF. GUSTAVO PETINE

COORDENAÇÃO DO TÊNIS DE MESA

11-99948-3888

CASOS OMISSOS - OS CASOS OMISSOS NO PRESENTE REGULAMENTO SERÃO JULGADOS E DECIDIDOS POR UMA COMISSÃO NEUTRA, FORMADA POR PROFESSORES PARTICIPANTES DA LIGA DE HANDEBOL ÁGUA NA CAIXA®. AS DECISÕES DEVERÃO SER BASEADAS NO CONSENSO E APROVADAS POR MAIORIA SIMPLES, SEMPRE DE ACORDO COM OS OBJETIVOS E DIRETRIZES DA LIGA ÁGUA NA CAIXA® DE ESPORTES ESCOLARES.

REGULAMENTO TÊNIS DE MESA 2026

COORDENAÇÃO LTME / LE2 – “EDUCAÇÃO PELO ESPORTE, SIMPLES ASSIM”