



**FPOCR · Federação Portuguesa
de Corridas de Obstáculos · APD**

REGULAMENTO DISCIPLINAR

Aprovado em reunião da Direção de 08 de dezembro de 2021

INDICE

| | |
|--|----|
| INDICE..... | 2 |
| TÍTULO I - DISPOSIÇÕES GERAIS..... | 5 |
| Artigo 1º - Objeto..... | 5 |
| Artigo 2º - Âmbito..... | 5 |
| Artigo 3.º - Definições..... | 5 |
| Artigo 4º - Infração disciplinar..... | 7 |
| Artigo 5º - Autoria..... | 8 |
| Artigo 6º - Cumplicidade..... | 8 |
| Artigo 7º - Punibilidade da tentativa..... | 8 |
| Artigo 8º - Princípio da legalidade..... | 8 |
| Artigo 9º - Aplicação no tempo..... | 8 |
| Artigo 10º - Competência disciplinar..... | 9 |
| Artigo 11º - Ação disciplinar: espécies..... | 9 |
| Artigo 12º - Princípio da singularidade das penas..... | 9 |
| TÍTULO II - DA DISCIPLINA..... | 9 |
| CAPÍTULO I - DAS PENAS DISCIPLINARES..... | 9 |
| SECÇÃO I - CLASSIFICAÇÃO, EFEITOS E REGISTO..... | 9 |
| Artigo 13º - Classificação das penas..... | 10 |
| Artigo 14º - Da repreensão escrita..... | 10 |
| Artigo 15º - Da multa e sua determinação..... | 10 |
| Artigo 16º - Graduação da multa..... | 10 |
| Artigo 17º - Pagamento da multa..... | 11 |
| Artigo 18º - Outras circunstâncias..... | 11 |
| Artigo 19º - Da suspensão da atividade ou funções..... | 11 |
| Artigo 20º - Da pena de destituição de cargo ou funções..... | 12 |
| Artigo 21º - Suspensão da Execução das penas..... | 12 |
| Artigo 22º - Efeitos das penas..... | 12 |
| Artigo 23º - Do registo das penas..... | 12 |
| SECÇÃO II - MEDIDA DE GRADUAÇÃO DAS PENAS..... | 12 |
| Artigo 24º - Determinação da medida da pena..... | 13 |
| Artigo 25º - Circunstâncias agravantes..... | 13 |
| Artigo 26º - Circunstâncias atenuantes..... | 13 |
| Artigo 27º - Da graduação das penas..... | 14 |
| Artigo 28º - Redução extraordinária das penas..... | 14 |
| Artigo 29º - Comparticipação..... | 14 |
| Artigo 30º - Circunstâncias modificativas da responsabilidade..... | 14 |
| Artigo 31º - Circunstâncias dirimentes da responsabilidade..... | 15 |
| TÍTULO III - DAS INFRACÇÕES..... | 15 |
| CAPÍTULO I - DAS INFRACÇÕES EM ESPECIAL..... | 15 |
| SECÇÃO ÚNICA - DISPOSIÇÕES GERAIS..... | 15 |
| Artigo 32º - Âmbito de aplicação..... | 15 |
| CAPÍTULO II - DAS INFRACÇÕES COMUNS..... | 15 |
| Artigo 33º - Suborno..... | 15 |
| Artigo 34º - Das declarações e da comparência em processo disciplinar..... | 16 |
| Artigo 35º - Antidopagem - Violação de normas..... | 16 |
| Artigo 36º - Antidopagem - Ilícitos disciplinares..... | 17 |
| Artigo 37.º - Antidopagem - Abertura de procedimento disciplinar..... | 17 |
| Artigo 38.º - Antidopagem - Aplicação de sanções disciplinares..... | 17 |
| Artigo 39º - Combate ao racismo, à xenofobia e à intolerância..... | 17 |
| nas Corridas de Obstáculos..... | 17 |
| CAPÍTULO III - DAS INFRACÇÕES ESPECÍFICAS..... | 18 |
| SECÇÃO I - DOS PRATICANTES..... | 18 |
| Artigo 40º - Infrações leves..... | 18 |
| Artigo 41º - Infrações graves..... | 19 |

| | |
|--|----|
| Artigo 42º - Infrações muito graves..... | 20 |
| SECCÃO II - DOS MEMBROS DOS ORGÃOS SOCIAIS DA FPOCR..... | 20 |
| Artigo 43º - Remissão para a Secção I..... | 21 |
| Artigo 44º - Infrações leves..... | 21 |
| Artigo 45º - Infrações muito graves..... | 21 |
| SECCÃO III - DOS CLUBES..... | 22 |
| Artigo 46º - Remissão para a secção I..... | 22 |
| Artigo 47º - Infrações leves..... | 22 |
| Artigo 48º - Infrações graves..... | 23 |
| Artigo 49º - Infrações muito graves..... | 23 |
| SECCÃO IV - DE OUTRAS PESSOAS RELACIONADAS COM..... | 24 |
| AS CORRIDAS DE OBSTÁCULOS..... | 24 |
| Artigo 50º - Remissão para a secção I..... | 24 |
| Artigo 51º - Infrações leves..... | 24 |
| Artigo 52º - Infrações Graves..... | 24 |
| CAPÍTULO IV - DA EXTINÇÃO DA RESPONSABILIDADE DISCIPLINAR..... | 24 |
| Artigo 53º - Extinção da responsabilidade disciplinar..... | 24 |
| Artigo 54º - Prescrição do procedimento disciplinar..... | 25 |
| Artigo 55º - Prescrição das penas..... | 25 |
| Artigo 56º - Revogação e comutação das penas..... | 25 |
| Artigo 57º - Amnistia..... | 25 |
| TÍTULO IV - DO PROCEDIMENTO DISCIPLINAR..... | 26 |
| CAPÍTULO I - DISPOSIÇÕES PRELIMINARES..... | 26 |
| Artigo 58º - Início do procedimento disciplinar..... | 26 |
| Artigo 59º - Competência para a instauração do processo disciplinar..... | 26 |
| Artigo 60º - Formas do processo..... | 26 |
| Artigo 61º - Obrigatoriedade de processo disciplinar..... | 26 |
| Artigo 62º - Forma dos atos..... | 26 |
| Artigo 63º - Natureza secreta do processo..... | 26 |
| Artigo 64º - Contagem dos prazos..... | 27 |
| Artigo 65º - Nulidades..... | 27 |
| CAPÍTULO II - DO PROCESSO DISCIPLINAR COMUM..... | 27 |
| SECCÃO I - DA INSTRUÇÃO DO PROCESSO..... | 27 |
| Artigo 66º - Início e termo da instrução..... | 27 |
| Artigo 67º - Participação..... | 28 |
| Artigo 68º - Valor probatório dos autos de notícia..... | 28 |
| Artigo 69º - Instrução do processo disciplinar..... | 28 |
| Artigo 70º - Apensação de processos..... | 29 |
| Artigo 71º - Nomeação do Instrutor..... | 29 |
| Artigo 72º - Suspeição do Instrutor..... | 29 |
| Artigo 73º - Suspensão preventiva..... | 30 |
| Artigo 74º - Instrução do processo..... | 30 |
| Artigo 75º - Exame do processo..... | 32 |
| Artigo 76º - Relatório final do Instrutor..... | 32 |
| SECCÃO II - DA DECISÃO DISCIPLINAR..... | 32 |
| Artigo 77º - Decisão do conselho de disciplina..... | 32 |
| Artigo 78º - Decisão da assembleia-geral..... | 33 |
| Artigo 79º - Notificação da decisão..... | 33 |
| Artigo 80º - Início da produção de efeitos das penas..... | 33 |
| CAPÍTULO III - DAS RECLAMAÇÕES E RECURSOS..... | 33 |
| Artigo 81º - Reclamação para o Conselho de Disciplina..... | 33 |
| Artigo 82º - Efeito da reclamação..... | 33 |
| Artigo 83º - Recurso para o Conselho de Justiça..... | 33 |
| Artigo 84º - Interposição de recurso..... | 34 |
| Artigo 85º - Efeito do recurso..... | 34 |
| Artigo 86º - Notificação dos contrainteressados..... | 34 |

| | |
|--|----|
| Artigo 87º - Rejeição do recurso..... | 34 |
| Artigo 88º - Regime de subida dos recursos..... | 34 |
| Artigo 89º - Notificação da decisão..... | 35 |
| Artigo 90º - Princípio da irrecorribilidade externa..... | 35 |
| Artigo 91º - Taxas..... | 35 |
| CAPÍTULO IV - DOS PROCESSOS DISCIPLINARES ESPECIAIS..... | 35 |
| SECÇÃO I - DO PROCESSO SUMÁRIO..... | 35 |
| Artigo 92º - Quando tem lugar..... | 35 |
| Artigo 93º - Tramitação..... | 35 |
| SECÇÃO II - DO PROCESSO DE AVERIGUAÇÕES..... | 36 |
| Artigo 94º - Quando tem lugar..... | 36 |
| Artigo 95º - Tramitação..... | 36 |
| TÍTULO V - DISPOSIÇÕES FINAIS E TRANSITÓRIAS..... | 37 |
| Artigo 96º - Hierarquia das normas..... | 37 |
| Artigo 97º - Limites materiais..... | 37 |
| Artigo 98º - Disposições subsidiárias..... | 37 |
| Artigo 99º - Entrada em vigor..... | 37 |

TÍTULO I - DISPOSIÇÕES GERAIS

Artigo 1º - Objeto

1. O presente Regulamento Disciplinar (doravante Regulamento) estabelece os princípios e as normas reguladoras do procedimento disciplinar, em matéria desportiva, aplicável no âmbito das atribuições e competências da FPOCR - Federação Portuguesa de Corridas de Obstáculos - APD.
2. O presente Regulamento rege-se pelos Estatutos da FPOCR e pela demais legislação aplicável.

Artigo 2º - Âmbito

1. O presente Regulamento é aplicável aos órgãos sociais da FPOCR, clubes, dirigentes desportivos, praticantes, treinadores, técnicos, árbitros, juizes e, em geral, sobre todos os agentes desportivos que, a qualquer título ou por qualquer motivo, exerçam funções no âmbito das competições de Corridas de Obstáculos, por qualquer forma nelas intervenham ou desenvolvam atividade compreendida no objeto estatutário da FPOCR.
2. A aplicação deste Regulamento aos agentes referidos no número anterior não prejudica a sua eventual responsabilidade civil ou penal.
3. Quando os factos forem suscetíveis de serem considerados infração penal, o órgão disciplinar competente deve dar conhecimento do facto às entidades competentes.
4. As pessoas singulares serão, ainda, punidas por faltas cometidas no exercício das suas funções ou atividade, ainda que as tenham deixado de exercer ou passem a exercer outras.

Artigo 3.º - Definições

Para efeitos deste Regulamento entende-se por:

- a) «Agente desportivo»: os titulares de órgão social da FPOCR, os dirigentes de clube e demais funcionários, trabalhadores e colaboradores de clubes, os atletas, treinadores, auxiliares-técnicos, elementos da equipa de arbitragem, delegados da FPOCR, agentes das forças de segurança pública, coordenadores de segurança, assistentes de recinto desportivo, médicos, massagistas, bombeiros, representantes da proteção civil e, em geral, todos os sujeitos que desempenhem funções ou exerçam cargos no decurso das competições organizadas pela FPOCR e nessa qualidade estejam acreditados;

- b) «Anel ou perímetro de segurança»: o espaço, definido pelas forças de segurança, adjacente ou exterior ao local onde se desenrola o espetáculo desportivo, cuja montagem ou instalação é da responsabilidade do promotor da prova, compreendido entre os limites exteriores do recinto ou construção, delimitado por vedação permanente ou temporária e dotado de vãos de passagem com controlo de entradas e de saídas, destinado a garantir a segurança do espetáculo desportivo;
- c) «Área do espetáculo desportivo»: a superfície onde se desenrola o espetáculo desportivo, incluindo as zonas de proteção definidas de acordo com os regulamentos técnicos;
- d) «Assistente de recinto desportivo»: o vigilante de segurança privada especializado, direta ou indiretamente contratado pelo promotor do espetáculo desportivo, com as funções, deveres e formação definidos na legislação aplicável ao exercício da atividade de segurança privada;
- e) «Competição desportiva»: a atividade desportiva regulamentada, organizada e exercida sob a égide da FPOCR ou das organizações internacionais que a FPOCR integre;
- f) «Complexo desportivo»: o conjunto de terrenos, construções e instalações destinadas à prática desportiva, compreendendo os espaços reservados ao público e estacionamento de viaturas;
- g) «Coordenador de segurança»: a pessoa com formação técnica adequada designada pelo promotor do espetáculo desportivo como responsável operacional pela segurança no recinto desportivo e anéis de segurança para, em cooperação com as forças de segurança, as entidades de saúde, a Autoridade Nacional de Proteção Civil (ANPC) e o organizador da competição desportiva, chefiar e coordenar a atividade dos assistentes de recinto desportivo e voluntários, caso existam, bem como zelar pela segurança no decorrer do espetáculo desportivo;
- h) «Dirigente de clube»: o titular de órgão ou representante de clube, quem nele tiver autoridade para exercer o controlo da atividade desportiva e o diretor desportivo ou equiparado;
- i) «Espetáculo desportivo»: o evento que engloba uma ou várias competições individuais ou coletivas, que se realiza sob a égide da mesma entidade desportiva, decorrendo desde a abertura até ao encerramento do recinto desportivo;

- j) «Grupo organizado de adeptos»: o conjunto de pessoas, filiadas ou não numa entidade desportiva, que atuam de forma concertada, nomeadamente através da utilização de símbolos comuns ou da realização de coreografias e iniciativas de apoio a clubes, associações ou sociedades desportivas, com carácter de permanência;
- k) «Organizador da competição desportiva»: a FPOCR relativamente a todas as competições realizadas sob a sua égide;
- l) «Promotor do espetáculo desportivo»: os clubes e sociedades desportivas, entidades públicas e privadas bem como a FPOCR, quando sejam simultaneamente organizadores de competições desportivas;
- m) «Prova oficial»
 - i. As provas integradas nas competições organizadas pela FPOCR;
 - ii. As provas particulares certificadas pela FPOCR.
- n) «Recinto desportivo»: o local destinado à prática de corridas de obstáculos ou onde esta tenha lugar, confinado ou delimitado por muros, paredes ou vedações, em regra com acesso controlado e condicionado;
- o) «Relatório da prova»: documento elaborado pelo delegado da prova, em modelo oficial aprovado pela FPOCR, onde constam, entre outras, as medidas disciplinares tomadas no âmbito de aplicação das regras, assim como a descrição das ocorrências relevantes verificadas antes, durante ou após a realização da prova;
- p) «Técnico desportivo»: o treinador, orientador técnico, preparador físico, médico, massagista e os respetivos adjuntos e quem, a qualquer título, orienta os praticantes desportivos no desempenho da sua atividade;
- q) «Títulos de ingresso»: os bilhetes, cartões, convites e demais documentos que permitam a entrada em recintos desportivos, qualquer que seja o seu suporte.

Artigo 4º - Infração disciplinar

1. Constitui Infração disciplinar em matéria desportiva a ação ou omissão, ainda que meramente culposa, praticada pelo agente desportivo e em violação dos deveres gerais ou especiais decorrentes do exercício das suas funções ou atividades desportivas, puníveis por este Regulamento.
2. Constitui ainda Infração disciplinar em matéria desportiva a utilização de substâncias dopantes ou métodos de dopagem, nos termos do disposto da Lei n.º 38/2012 de 28 de

agosto, alterada pela Lei n.º 111/2019, de 10 de setembro, e da Portaria nº11/2013 de 11 de janeiro e do Regulamento de Antidopagem da FPOCR e demais legislação em vigor.

Artigo 5º - Autoria

Comete Infração Disciplinar quem executa, por si mesmo ou por intermédio de outrem, factos violadores dos deveres ou normas a que se refere o Artigo anterior.

Artigo 6º - Cumplicidade

1. É punível como cúmplice quem, dolosamente e por qualquer forma, presta auxílio material ou moral à prática por outrem de um facto doloso.
2. É aplicável ao cúmplice a pena fixada para o autor, especialmente atenuada nos termos do Artigo 26º.

Artigo 7º - Punibilidade da tentativa

1. A tentativa só é punível se à infração consumada respetiva não corresponder a pena de repreensão escrita.
2. A tentativa é punível com metade da pena fixa aplicável à infração consumada.
3. Nos casos de pena variável aplicável à infração consumada, os limites mínimo e máximo são reduzidos a metade.

Artigo 8º - Princípio da legalidade

1. Só pode ser punido disciplinarmente o facto descrito e declarado passível de pena por disposição regulamentada anteriormente ao momento da sua prática.
2. Não é permitida a analogia para qualificar o facto como infração disciplinar, sendo sempre necessário que se verifiquem os factos constitutivos da infração estabelecidos nas disposições aplicáveis.

Artigo 9º - Aplicação no tempo

1. As penas são determinadas pelas disposições vigentes no momento da prática do facto ou do preenchimento dos pressupostos de que dependem.
2. O facto punível segundo a disposição vigente no momento da sua prática, deixa de o ser se uma nova disposição o eliminar do número de infrações; neste caso, se tiver havido condenação, ainda que transitada em julgado, cessa a respetiva execução e os seus efeitos.

3. Quando as disposições disciplinares vigentes no momento da prática do facto punível forem diferentes das estabelecidas em preceitos posteriores, será sempre aplicado o regime que concretamente se mostre mais favorável ao agente, salvo se este já tiver sido sancionado por decisão insuscetível de recurso.

Artigo 10º - Competência disciplinar

1. O Conselho de Disciplina e de Justiça, são os órgãos da FPOCR com competência para o exercício do poder disciplinar.
2. O Conselho de Disciplina e o Conselho de Justiça exercem as suas competências, quer a nível do território Português, quer relativamente a provas ou competições realizadas no estrangeiro e que contem com a participação da FPOCR.
3. O poder disciplinar é exercido de acordo com a lei, os estatutos, o presente Regulamento e ainda os regulamentos específicos em vigor.

Artigo 11º - Ação disciplinar: espécies

1. A ação disciplinar é vinculada e/ou discricionária.
2. A ação de poder vinculado é aquela em que uma determinada infração corresponde a uma pena definida, com limite e graduação própria, fixada nas respetivas normas regulamentares.
3. A ação de poder discricionário é aquela que depende do critério de quem tem competência para a decisão, graduando a culpa e a medida da pena, ainda que subsumida aos limites e critérios regulamentares.

Artigo 12º - Princípio da singularidade das penas

Não pode aplicar-se ao mesmo agente mais de uma pena disciplinar por cada infração ou pelas infrações acumuladas que sejam apreciadas num só processo ou em mais de um processo quando apensados.

TÍTULO II - DA DISCIPLINA

CAPITULO I - DAS PENAS DISCIPLINARES

SECÇÃO I - CLASSIFICAÇÃO, EFEITOS E REGISTO

Artigo 13º - Classificação das penas

As penas aplicáveis são as seguintes:

- a) Repreensão escrita;
- b) Multa;
- c) Suspensão da atividade ou funções;
- d) Destituição de cargo ou funções.

Artigo 14º - Da repreensão escrita

A pena de Repreensão escrita consiste em mera chamada de atenção pela irregularidade praticada.

Artigo 15º - Da multa e sua determinação

A aplicação da multa e a determinação da sua medida terão em conta a existência de ilícito disciplinar com culpa grave ou muito grave, a verificação de distúrbios, o cometimento de violência e de lesões, a premeditação e reincidência, a perturbação de provas e o seu grau, o montante recebido a título de remuneração pelo infrator, bem como o próprio nível de competição em que sejam cometidas as infrações.

Artigo 16º - Graduação da multa

1. Na graduação das multas deverão ser levadas em consideração as circunstâncias do caso, o grau de gravidade dos factos, a sua amplitude e incidência na competição, a conduta de outros agentes desportivos na motivação dos factos ou a sua diligência na contenção dos mesmos, as medidas de segurança existentes, bem como o montante dos danos causados.
2. No caso de reincidência e nas repetições de novos casos de idêntica ou superior gravidade, os limites das penas de multas previstas neste Artigo são os seguintes:
 - a) O mínimo será igual ao máximo previsto para cada caso.
 - b) O máximo será igual a uma vez e meia àquele que estava previsto para cada caso.
3. Na determinação do quantitativo da multa, será tido em consideração o montante recebido, a título de remuneração pelo infrator.
4. Em caso de impossibilidade de aplicação do critério consagrado na alínea anterior, o critério a aplicar será o do salário mínimo nacional.

5. O montante das multas aplicadas nos termos deste Regulamento, constituem receita da FPOCR.

Artigo 17º - Pagamento da multa

1. A pena de multa será sempre fixada em quantia certa, arredondando-se o seu valor para as unidades e importará para o infrator a obrigação do respetivo pagamento nos serviços administrativos da FPOCR, no prazo de 20 dias, contados da data em que a decisão se tornou irrecorrível.
2. Se o pagamento não for efetuado dentro do prazo fixado no número anterior, a multa aplicada será agravada em 50%.
3. No caso do número anterior, o remisso será notificado para efetuar o respetivo pagamento, na tesouraria da FPOCR, no prazo de 10 dias.
4. A falta de pagamento de multa agravada, dentro do prazo consagrado no número anterior, impede automática e independentemente de qualquer notificação, os remissos para o desempenho de quaisquer funções ou atividades afetas à FPOCR até que o pagamento se mostre efetuado.

Artigo 18º - Outras circunstâncias

Para efeitos da aplicação das penas de multa previstas nos termos do Artigo anterior, é considerada a ocorrência de factos no espaço temporal e físico seguinte:

- a) Espaço temporal: de uma hora antes do início oficialmente previsto para a competição até duas horas após a entrega dos prémios.
- b) Espaço físico: toda a área onde se desenrola a competição, zonas envolventes, tribunas, bancadas destinadas ao público, zonas de transição, balneários, e locais de estacionamento de viaturas.

Artigo 19º - Da suspensão da atividade ou funções

1. A pena de suspensão consiste no afastamento completo do infrator das suas atividades ou funções durante o período da pena.
2. A pena de suspensão aplicada pode ser computada em período de tempo ou em determinado número de provas.
3. A suspensão por determinado período de tempo tem por limite mínimo 30 dias e por limite máximo 4 anos e impede o infrator de participar em qualquer atividade de âmbito Federativo;

se a mesma não puder ser integralmente cumprida durante a temporada oficial em que tiver sido decretada, o período em falta será cumprido a partir do início da temporada seguinte.

4. A suspensão por determinado número de provas tem por limite mínimo 1 prova e por limite máximo 20 provas e impede o infrator de alinhar em tantas provas quantas as que tiverem sido fixadas, pela ordem cronológica em que tenham lugar no quadro competitivo englobando todas as competições Nacionais e ainda as competições Internacionais onde a FPOCR se faça representar ou organize.

5. A pena de suspensão deverá ser notificada ao infrator, começando a ser cumprida a partir da data constante da notificação ou na sua falta da data da própria notificação, com exceção dos casos previstos no Artigo 17º do presente Regulamento.

Artigo 20º - Da pena de destituição de cargo ou funções

1. A pena de destituição de cargo ou funções inabilita o infrator ao desempenho de qualquer cargo ou atividade pelo período que for definido em processo disciplinar.

2. Esta pena só pode ser aplicada pela Assembleia Geral, de acordo com proposta do Conselho de Disciplina.

Artigo 21º - Suspensão da Execução das penas

Em casos excepcionais fundados em interesse maior da modalidade ou de acordo com os critérios estabelecidos no Código Penal, pelo prazo e sob condições e obrigações que fixará com clareza, o Conselho de Disciplina, ao aplicar qualquer das penas disciplinares das alíneas b) e c) do Artigo 13º, poderá determinar a suspensão da sua execução.

Artigo 22º - Efeitos das penas

As Penas Disciplinares produzem unicamente os efeitos declarados no presente Regulamento.

Artigo 23º - Do registo das penas

A FPOCR organizará para cada infrator um registo especial de todas as penas que forem sendo aplicadas.

SECÇÃO II - MEDIDA DE GRADUAÇÃO DAS PENAS

Artigo 24º - Determinação da medida da pena

Na escolha da sanção a aplicar concretamente e na determinação da medida desta, dentro dos limites definidos no presente Regulamento, atender-se-á à natureza da infração, ao grau de culpa, à personalidade do infrator e a todas as circunstâncias em que a infração tiver sido cometida que militem contra ou a seu favor.

Artigo 25º - Circunstâncias agravantes

1. São circunstâncias agravantes da infração disciplinar:

- a) Ser o infrator membro dos órgãos sociais da FPOCR;
- b) A qualidade de dirigente desportivo;
- c) A qualidade de treinador;
- d) A provocação de lesões no adversário;
- e) Ter sido cometida quando integrados em equipas nacionais representativas da FPOCR;
- f) Ter sido cometida em país estrangeiro;
- g) A produção efetiva de resultados prejudiciais ao prestígio e bom nome da FPOCR;
- h) A premeditação;
- i) O conluio com outrem para a prática da infração;
- j) Ter a falta sido cometida durante o cumprimento de uma sanção;
- k) A reincidência;
- l) A acumulação de infrações;

2. A premeditação consiste no desígnio formado 24 horas antes, pelo menos, da prática da infração.

3. A reincidência dá-se quando é cometida nova infração antes de decorrido 1 ano sobre o dia em que tiver findado o cumprimento de pena imposta por virtude de infração anterior.

4. A acumulação dá-se quando duas ou mais infrações são praticadas na mesma ocasião ou quando uma é cometida antes de ter sido punida a anterior.

Artigo 26º - Circunstâncias atenuantes

1. São circunstâncias atenuantes da infração disciplinar:

- a) O bom comportamento anterior;
- b) A confissão espontânea da infração;

- c) A demonstração de arrependimento sincero por parte do infrator;
- d) A prestação de serviços relevantes em prole das Corridas de Obstáculos em especial e do Desporto em geral;
- e) A provocação;
- f) O acatamento bem-intencionado de ordem dada por entidade competente, nos casos em que não fosse devida obediência.

2. Além destas, poderão ser excecionalmente consideradas outras atenuantes quando, em concreto, a sua relevância o justifique.

Artigo 27º - Da graduação das penas

1. Quando se verificarem quaisquer circunstâncias agravantes ou atenuantes, a agravação ou atenuação será efetuada dentro dos limites mínimos e máximo da medida legal da pena, atendendo-se à culpa do infrator.
2. Concorrendo simultaneamente circunstâncias agravantes com circunstâncias atenuantes, a pena será agravada ou atenuada dentro dos limites da sua medida legal, conforme umas ou outras predominarem em função da culpa do infrator.

Artigo 28º - Redução extraordinária das penas

Quando existam circunstâncias atenuantes que diminuam substancialmente a culpa do infrator, poderá aplicar-se excecionalmente pena de escalão inferior.

Artigo 29º - Comparticipação

1. É punível como autor quem executa o facto por si mesmo, ou por intermédio de outrem, ou toma parte direta na sua execução, por acordo e juntamente com outro ou outros e, ainda, quem dolosamente determina outra pessoa à prática do facto, desde que haja execução ou início de execução.
2. É cúmplice quem, dolosamente e por qualquer forma, presta auxílio material ou moral à prática por outrem de um facto doloso, sendo-lhe aplicável a disposição consagrada no número anterior.

Artigo 30º - Circunstâncias modificativas da responsabilidade

1. A tentativa e a frustração serão punidas com a pena aplicável à falta disciplinar correspondente, especialmente atenuada.

2. A tentativa ocorre quando o agente inicia a execução do facto que constitui a falta, mas não realiza todos os atos ou factos introdutórios necessários para o seu preenchimento, por causa ou evento que não seja a sua desistência voluntária.

3. Existe frustração quando o agente faltoso pratica todos os atos necessários ao resultado pretendido, só não alcançando o resultado pretendido por causas estranhas à sua vontade.

Artigo 31º - Circunstâncias dirimentes da responsabilidade

São circunstâncias dirimentes da responsabilidade disciplinar:

- a) A coação física;
- b) A privação accidental e involuntária do exercício das faculdades intelectuais no momento da prática do facto;
- c) A legítima defesa, própria ou alheia;
- d) A não exigibilidade de conduta diversa;
- e) O exercício de um direito ou o cumprimento de um dever.

TÍTULO III - DAS INFRACÇÕES

CAPÍTULO I - DAS INFRACÇÕES EM ESPECIAL

SECÇÃO ÚNICA - DISPOSIÇÕES GERAIS

Artigo 32º - Âmbito de aplicação

O presente título aplicar-se-á, às Corridas de Obstáculos e suas disciplinas.

CAPÍTULO II - DAS INFRACÇÕES COMUNS

Artigo 33º - Suborno

1. Quem convencer ou tentar convencer outra pessoa, através de dádiva ou promessa de vantagem patrimonial ou não patrimonial, a praticar factos que alterem o normal decurso de uma competição, e com consequências no seu resultado, será punido da seguinte forma:

- a) Se praticante, com pena de suspensão de 6 a 15 anos.
- b) Se Clube, com pena de multa de € 5 000,00 a € 25 000,00.

- c) Se membro dos órgãos da FPOCR com pena de suspensão de todas as funções ou atividades por um período de 10 a 20 anos.
- d) Se outras pessoas relacionadas com as Corridas de Obstáculos, com pena de suspensão de 8 a 15 anos de suspensão.

2. Os mesmos factos na forma de tentativa serão punidos com a mesma pena reduzida a metade.

3. Perante a notícia de suborno, o Conselho de Disciplina deve, obrigatoriamente, comunicar todos os factos de que é conhecedor, ao Ministério Público, a fim de se averiguar a eventual responsabilidade criminal.

Artigo 34º - Das declarações e da comparência em processo disciplinar

1. Aquele que, devidamente notificado, não comparecer para depor ou prestar declarações em processo disciplinar, recorrer a meios fraudulentos de resposta, esclarecimentos ou informações ao instrutor do processo, quer de sua iniciativa, quer solicitada, será punido da seguinte forma:

- a) Se praticante, com pena de multa de € 25,00;
- b) Se membro dos Órgãos Sociais da FPOCR, com pena de multa de € 50,00;
- c) Se arguido ou participante, com pena de multa de € 35,00;
- d) Se testemunha arrolada pelas partes, com pena de multa de € 25,00;
- e) Se outra pessoa relacionada com as Corridas de Obstáculos, com pena de multa de € 15,00.

2. A aplicação do disposto nas alíneas a) a e) do número 1 do presente Artigo, requer as necessárias adaptações, do disposto no Artigo 17º do presente Regulamento.

3. Na notificação deverão constar as consequências da ausência injustificada.

4. O prazo para justificação da falta é de 5 dias, a contar da data da falta.

Artigo 35º - Antidopagem - Violação de normas

1. Todos os praticantes desportivos, assim como o seu pessoal de apoio, que violarem as normas antidopagem ficam sujeitos ao estatuído no Regulamento de Antidopagem da FPOCR.

Artigo 36º - Antidopagem - Ilícitos disciplinares

1. Constitui ilícito disciplinar a violação do disposto nos números 2 e 3 do artigo 3.º da Lei n.º 38/2012, de 28 de agosto, alterada pela Lei n.º 33/2014, de 16 de junho, Lei n.º 93/2015, de 13 de agosto, e pela Lei n.º 111/2019, de 10 de setembro, bem como a violação do n.º 2 do artigo 37.º do mesmo diploma.
2. O disposto nos artigos 44.º, 45.º e 46.º da Lei n.º 38/2012, de 28 de agosto na redação em vigor,, constituem igualmente ilícitos disciplinares quando o infrator for um praticante desportivo, um elemento do seu pessoal de apoio ou se encontre inscrito na FPOCR.
3. A tentativa e a negligência são puníveis.

Artigo 37.º - Antidopagem - Abertura de procedimento disciplinar

A existência de indícios de uma infração às normas antidopagem determina automaticamente a abertura de um procedimento disciplinar pelo Conselho de Disciplina da FPOCR, adequado a determinar a eventual existência de envolvimento e o grau de participação por parte do pessoal de apoio ao praticante desportivo, devendo, nomeadamente, averiguar quanto ao modo de obtenção pelo praticante desportivo da substância ou método proibido.

Artigo 38.º - Antidopagem - Aplicação de sanções disciplinares

1. A aplicação das sanções disciplinares previstas no Regulamento Antidopagem da FPOCR compete à Autoridade Antidopagem de Portugal (doravante ADoP) e encontra-se delegada na FPOCR, a quem cabe, igualmente, a instrução dos processos disciplinares.
2. A Instância de recurso da decisão proferida pelo Conselho de Disciplina é o Conselho de Justiça, sendo aquele sem efeito suspensivo.
3. A ADoP pode, a todo o tempo, avocar a aplicação das sanções disciplinares, bem como alterar as decisões de arquivamento, absolvição ou condenação proferidas por órgão jurisdicional da FPOCR, proferindo nova decisão.

Artigo 39º - Combate ao racismo, à xenofobia e à intolerância nas Corridas de Obstáculos

1. Todos os agentes ligados direta ou indiretamente à modalidade, que se envolvam em situações de racismo, xenofobia e intolerância nas competições desportivas organizadas pela FPOCR ou sob a égide desta, ou em instalações identificadas com a modalidade, ficam

sujeitos ao estatuído no Regulamento de Combate à Violência nos Espetáculos Desportivos e no presente Regulamento.

2. É proibida a utilização e prática de qualquer forma, verbal, física, psíquica e/ou moral que de alguma forma revele atos ou formas de racismo, xenofobia e/ou intolerância para com pessoas e/ou instituições.

3. A tentativa é punível de idêntica forma.

4. A instauração de procedimento disciplinar, com fundamento em suspeita da prática de atos de racismo, xenofobia e intolerância para com terceiros e/ou instituições, poderá determinar, pelo Conselho de Disciplina, a suspensão preventiva do agente desportivo, até decisão final do processo.

5. A suspensão preventiva, referida no número anterior implica a inibição de o agente participar em qualquer atividade ligada à modalidade, sendo tida em consideração na decisão final do processo instaurado.

6. A tramitação do procedimento disciplinar e instância de recurso é a constante no presente Regulamento.

CAPÍTULO III - DAS INFRACÇÕES ESPECÍFICAS

SECÇÃO I - DOS PRATICANTES

Artigo 40º - Infrações leves

São puníveis com a pena de repreensão escrita as seguintes infrações:

- a) Observações e protestos feitos a árbitros e autoridades desportivas no exercício das suas funções de forma a que, dos mesmos, transpareça ligeira incorreção;
- b) Ligeiras incorreções com outros praticantes, membros dos órgãos da FPOCR, Clubes, Dirigentes, Técnicos; Público ou outras pessoas diretamente relacionadas com a modalidade;
- c) Descuido ou negligência não grosseira na utilização de instalações ou equipamentos desportivos alheios;
- d) Ligeiras incorreções de comportamento em geral, violadoras da ética e correção desportivas.

Artigo 41º - Infrações graves

1. São puníveis com as penas de multa até € 500,00 e/ou suspensão até 6 meses, as seguintes infrações:

- a) Insultos, ofensas ou atos que revistam carácter, injurioso, difamatório ou grosseiro, dirigidos a árbitros, autoridades desportivas, outros praticantes, membros dos órgãos sociais da FPOCR, clubes, dirigentes, técnicos, público ou outras pessoas diretamente relacionadas com a modalidade;
- b) O desrespeito ou não cumprimento de ordens, decisões ou instruções emanadas dos órgãos sociais competentes da FPOCR no exercício das suas funções;
- c) A violação reiterada das regras constantes do Regulamento técnico de Corridas de Obstáculos;
- d) As ações violentas, dolosas ou negligentes, que ponham em perigo a integridade física de outrem e sem que delas advenham consequências;
- e) A destruição ou danificação intencional de locais de reunião social, instalações ou equipamentos desportivos alheios;
- f) A não comparência sem justificação, nos termos dos respetivos regulamentos em vigor, em reuniões, treinos, estágios, competições ou outras manifestações desportivas, após prévia convocação pela FPOCR, nomeadamente quando integrados em equipas nacionais representativas da FPOCR;
- g) A assinatura de Licenciamento por mais de um clube na mesma época;
- h) As falsas declarações em processos disciplinares, sem graves consequências para outrem;
- i) Os atos notórios e públicos que atentem contra a dignidade, ética e correção desportivas, quando revistam especial gravidade.

2. O período temporal referido no número 1 do presente Artigo, corresponde única e exclusivamente à época desportiva definida no Regulamento de Competições.

3. O período temporal referido no número anterior suspende-se durante o período não previsto como época competitiva.

Artigo 42º - Infrações muito graves

1. São puníveis com a pena de multa até € 750,00 e/ou suspensão até 1 ano, as seguintes Infrações:

- a) As ameaças, intimidações ou agressões físicas, ou qualquer manifestação violenta, dirigidas a árbitros, autoridades desportivas, outros praticantes, membros dos órgãos da FPOCR, dirigentes, técnicos, público ou outras pessoas diretamente relacionadas com a modalidade;
- b) A manifesta desobediência, com graves consequências, às ordens, decisões ou instruções emanadas dos órgãos sociais competentes da FPOCR no exercício das suas funções;
- c) As ações violentas, dolosas ou negligentes, com consequências físicas para outrem;
- d) A subtração de quaisquer objetos em instalações desportivas ou diretamente relacionadas com a modalidade;
- e) Abandono doloso e injustificado de treinos, estágios, competições ou outras manifestações desportivas quando em representação da FPOCR;
- f) As falsas declarações em processos disciplinares, com graves consequências para outrem;
- g) A falsificação de dados ou quaisquer documentos diretamente relacionados com a modalidade, nomeadamente para a obtenção de Licenças da Federação;
- h) O incumprimento de sanções impostas;
- i) Qualquer declaração, comportamento, atitude ou gesto público ofensivo, agressivo ou antidesportivo, quando revista especial gravidade e prejudique ou desacredite as Corridas de Obstáculos ou a FPOCR.

2. O período temporal referido no número 1 do presente Artigo, corresponde única e exclusivamente à época desportiva definida no Regulamento de Competições.

3. O período temporal referido no número anterior suspende-se durante o período não previsto como época competitiva.

SECÇÃO II - DOS MEMBROS DOS ORGÃOS SOCIAIS DA FPOCR

Artigo 43º - Remissão para a Secção I

Às infrações disciplinares cometidas pelos membros dos órgãos sociais da FPOCR serão aplicáveis, com as devidas adaptações, as disposições constantes da Secção I deste capítulo, sem prejuízo do disposto nos Artigos seguintes.

Artigo 44º - Infrações leves

São puníveis com as penas de multa até € 750,00 ou suspensão até 1 ano, as infrações disciplinares que revelem negligência grave no exercício das respetivas funções, má compreensão dos deveres funcionais ou grave desinteresse pelo cumprimento dos deveres inerentes ao cargo que ocupa, nomeadamente:

- a) A não participação ao Conselho de Disciplina das infrações de que tiverem conhecimento no exercício das suas funções;
- b) A falta de correção para com os outros membros dos órgãos sociais da FPOCR em exercício das funções;
- c) Informar erroneamente o órgão da FPOCR a que seja devida justificação, nas condições referidas no corpo deste Artigo e de onde resultem ou possam resultar graves consequências.

Artigo 45º - Infrações muito graves

1. São puníveis com as penas de suspensão até 4 anos ou de destituição do cargo ou funções, as infrações disciplinares que atentem gravemente contra a dignidade e o prestígio do órgão de que seja membro, em particular, ou da FPOCR, em geral, nomeadamente:

- a) Injuriar ou desrespeitar gravemente colegas, membros de outros órgãos sociais da FPOCR ou outras pessoas; por motivos relacionados com o exercício das suas funções;
- b) O abuso de autoridade e usurpação de atribuições;
- c) A violação dolosa do dever de imparcialidade no exercício das competentes funções;
- d) A dispensa de tratamento de favor, no exercício das respetivas funções, a qualquer pessoa, singular ou coletiva, diretamente relacionada com a modalidade.

2. São, porém, puníveis com a pena de destituição do cargo ou funções, as seguintes infrações disciplinares:

- a) A agressão a colegas, membros de outros órgãos sociais da FPOCR ou outras pessoas, por motivos relacionados com o exercício das suas funções;
- b) O desvio de dinheiro ou bens da FPOCR;
- c) Solicitar ou aceitar, direta ou indiretamente, dádivas, gratificações, participações em lucros ou outras vantagens patrimoniais, em resultado do lugar ocupado;
- d) Faltar aos deveres impostos pelas funções desempenhadas com intenção de obter, para si ou para terceiro, um benefício económico ou qualquer outra vantagem ilícita;
- e) Prestar falsas declarações em processo disciplinar resultando daí graves prejuízos para terceiros;
- f) Cometer dolosamente inconfidência, revelando factos ou documentos não destinados a divulgação e relacionados com o funcionamento dos órgãos da FPOCR, com graves consequências para esta instituição.

SECÇÃO III - DOS CLUBES

Artigo 46º - Remissão para a secção I

Às infrações disciplinares cometidas pelos clubes serão aplicáveis, com as devidas adaptações, as disposições constantes da Secção I deste capítulo, sem prejuízo do disposto nos Artigos seguintes.

Artigo 47º - Infrações leves

São puníveis com a pena de repreensão escrita as seguintes infrações:

- a) A não apresentação em provas por equipas, para as quais se tenham inscrito ou ficaram classificados, sem justificação prévia;
- b) Atraso culposo na apresentação em provas oficiais por equipas ou outros encontros desportivos, que impeça o seu início em tempo ou obste à sua normal realização;
- c) Ligeiras incorreções de comportamento coletivo, violadoras da ética e correção desportivas.

- d) A contratação para o exercício da atividade de treinador de desporto de quem não seja titular do respetivo título profissional ou não opere em território nacional nos termos dos números 3 e 4 do Artigo 5º da Lei n.º 40/2012 de 28 de agosto, alterada pela Lei n.º 106/2019, de 6 de setembro.

Artigo 48º - Infrações graves

São puníveis com pena de multa até € 750,00 e/ou suspensão até 6 meses, as seguintes infrações:

- a) Impedir a presença de um atleta seu nos treinos, estágios ou competições internacionais para que tenham sido previamente convocados pela FPOCR;
- b) O não cumprimento de outros deveres que sejam impostos pelos Estatutos da FPOCR, Regulamentos desportivos e demais legislação aplicável;
- c) O não pagamento das taxas de Licenciamento ou Filiação ou Multas nos prazos fixados;
- d) A utilização em provas oficiais de praticantes pertencentes a outros clubes;
- e) A adoção de procedimentos que prejudiquem o prestígio, o bom nome e os interesses da FPOCR e das Corridas de Obstáculos;
- f) O comportamento coletivo extremamente incorreto, atentatório do decoro e dignidade devidos à modalidade;
- g) Reincidência na infração indicada na alínea d) do Artigo 47º.

Artigo 49º - Infrações muito graves

São puníveis com a pena de suspensão até 1 ano, as seguintes infrações:

- a) O exercício de coação sobre praticantes, árbitros e demais autoridades desportivas, membros dos órgãos da FPOCR, clubes, dirigentes, técnicos ou outras pessoas;
- b) Diretamente relacionadas com a modalidade, que anule ou vicie a sua vontade, no exercício das suas funções ou atividades, visando falsear resultados competitivos ou obter, para si ou para outrem, quaisquer vantagens ilícitas;
- c) Aceitar, dar ou prometer recompensas de ou a terceiros, visando falsear resultados competitivos ou obter, para si ou para outrem quaisquer vantagens ilícitas;

- d) A prática de atos de manifesta indisciplina e de desrespeito público pelos corpos sociais da FPOCR.

SECÇÃO IV - DE OUTRAS PESSOAS RELACIONADAS COM AS CORRIDAS DE OBSTÁCULOS

Artigo 50º - Remissão para a secção I

Às infrações disciplinares cometidas por dirigentes, técnicos, médicos, massagistas, árbitros ou outras pessoas diretamente relacionadas com a modalidade, serão aplicáveis, com as devidas adaptações, as disposições, constantes da Secção I deste capítulo, sem prejuízo do disposto nos Artigos seguintes.

Artigo 51º - Infrações leves

O exercício da atividade de treinador de desporto por quem não seja titular do respetivo título profissional ou não opere em território nacional nos termos dos números 3 e 4 do Artigo 5º da Lei n.º 40/2012 de 28 de agosto, alterada pela Lei n.º 106/2019, de 6 de setembro é punível com a pena de repreensão escrita.

Artigo 52º - Infrações Graves

A Reincidência na infração indicada no Artigo 51º, é punível com a pena de multa até € 500,00 ou suspensão até 6 meses.

CAPÍTULO IV - DA EXTINÇÃO DA RESPONSABILIDADE DISCIPLINAR

Artigo 53º - Extinção da responsabilidade disciplinar

A responsabilidade disciplinar extingue-se:

- a) Pelo cumprimento da pena imposta;
- b) Pela prescrição do procedimento disciplinar;
- c) Pela prescrição da pena;
- d) Pela morte do infrator ou extinção da pessoa coletiva;
- e) Pela renovação ou comutação da pena;
- f) Pela amnistia.

Artigo 54º - Prescrição do procedimento disciplinar

1. O direito de instaurar procedimento disciplinar prescreve ao fim de 3 anos, 2 anos ou 6 meses, consoante se trate de infrações muito graves, graves ou leves, começando a contar o respetivo prazo a partir da data em que a infração foi cometida ou da data em que a mesma foi conhecida.
2. Prescreverá, igualmente, se, conhecida a falta pelo órgão competente para instaurar o procedimento disciplinar, este não o fizer no prazo de 6 meses.
3. Se antes do decurso do prazo referido no número 1, alguns atos instrutórios, com efetiva incidência na marcha do processo, tiverem lugar a respeito da infração, a prescrição conta-se desde o dia em que tiver sido praticado o último ato.

Artigo 55º - Prescrição das penas

As penas disciplinares prescrevem nos prazos seguintes, contados da data em que a decisão se tornar irrecorrível:

- a) 1 ano, para as penas de repreensão escrita;
- b) 3 anos, para as penas de multa e de suspensão;
- c) 5 anos, para a pena de demissão.

Artigo 56º - Revogação e comutação das penas

A pena de suspensão poderá ser revogada ou comutada a requerimento do interessado, após 1 do início do cumprimento da pena.

Artigo 57º - Amnistia

1. A amnistia extingue o procedimento disciplinar e, no caso de já ter havido condenação, faz cessar a execução tanto da pena principal como das penas acessórias.
2. A amnistia não determina o cancelamento do registo da pena e não destrói os efeitos já produzidos pela aplicação da mesma.
3. No caso de concurso de infrações, a amnistia é aplicável a cada uma das infrações a que foi concedida.
4. A amnistia, contudo, não extingue a responsabilidade civil, embora para todos os efeitos do presente Regulamento seja considerada sanção disciplinar.

TÍTULO IV - DO PROCEDIMENTO DISCIPLINAR

CAPÍTULO I - DISPOSIÇÕES PRELIMINARES

Artigo 58º - Início do procedimento disciplinar

O procedimento disciplinar inicia-se com a receção pelo Conselho de Disciplina, de participação escrita de qualquer órgão ou agente desportivo que se encontre filiado ou seja associado da FPOCR.

Artigo 59º - Competência para a instauração do processo disciplinar

O processo disciplinar é instaurado por deliberação do Conselho de Disciplina.

Artigo 60º - Formas do processo

1. O processo disciplinar pode ser comum ou especial.
2. O processo especial aplica-se aos casos expressamente designados neste Regulamento e o processo comum a todos os casos a que não corresponda processo especial.
3. Os processos especiais regulam-se pelas disposições que lhes são próprias e, na parte nelas não previstas, pelas disposições respeitantes ao processo comum.

Artigo 61º - Obrigatoriedade de processo disciplinar

As penas disciplinares previstas no presente Regulamento, serão sempre aplicados após o apuramento dos factos em processo disciplinar.

Artigo 62º - Forma dos atos

A forma dos atos, quando não esteja expressamente estipulada no presente Regulamento, ajustar-se-á ao fim que se tem em vista e limitar-se-á ao indispensável para atingir esse fim.

Artigo 63º - Natureza secreta do processo

1. O processo disciplinar tem natureza secreta até à acusação, podendo apenas ser facultado ao infrator, a seu requerimento, unicamente os elementos por ele prestados, excluindo-se, expressamente, quaisquer outros.
2. O indeferimento do requerimento a que se refere o número anterior deve ser devidamente fundamentado e comunicado ao infrator no prazo de 10 dias.

3. Ao infrator que divulgar matéria confidencial nos termos deste Artigo será instaurado, por esse facto, novo processo disciplinar.

4. O infrator poderá constituir advogado em qualquer fase do processo, nos termos gerais de direito, o qual assistirá, querendo, ao interrogatório do arguido.

Artigo 64º - Contagem dos prazos

À contagem dos prazos previstos no presente Regulamento, são aplicáveis as seguintes regras, exceto quando for fixado expressamente outra forma de contagem dos mesmos:

- a) Não se inclui na contagem o dia em que ocorrer o evento a partir do qual o prazo começa a correr;
- b) O prazo começa a correr independentemente de quaisquer formalidades e suspende-se nos Sábados, Domingos e Feriados;
- c) O termo do prazo que caia num daqueles 3 dias, transfere-se para o primeiro dia útil seguinte.

Artigo 65º - Nulidades

1. A falta de audiência do infrator em Artigos da acusação, nos quais as infrações sejam suficientemente individualizadas e referidas aos correspondentes preceitos legais, bem como a omissão de quaisquer diligências essenciais para a descoberta da verdade, constituem nulidades e determinam a anulação do processo.

2. As anulabilidades consideram-se supridas se não forem reclamadas pelo infrator até 10 dias após tomar conhecimento da decisão.

CAPÍTULO II - DO PROCESSO DISCIPLINAR COMUM

SECÇÃO I - DA INSTRUÇÃO DO PROCESSO

Artigo 66º - Início e termo da instrução

1. A instrução do processo disciplinar inicia-se até 8 dias úteis, após a notificação ao instrutor do despacho que o mandou instaurar.

2. A instrução do processo disciplinar deve estar concluída no prazo de 45 dias úteis, após o seu início.

3. O prazo referido no número anterior, poderá ser excecionalmente excedido, por deliberação do Conselho de Disciplina, sob proposta fundamentada do instrutor do processo.

Artigo 67º - Participação

1. Todos os que tiverem conhecimento da prática de infração disciplinar por algum dos agentes enunciadas no número 1 do Artigo 2º deste Regulamento, poderão participá-lo ao Conselho de Disciplina da FPOCR.

2. Os membros dos órgãos da FPOCR que tenham conhecimento de infração disciplinar no exercício das suas funções, deverão participá-lo ao Conselho de Disciplina da FPOCR.

3. As participações feitas pelas entidades referidas no número anterior serão reduzidas a auto de notícia, o qual, na medida do possível, mencionará:

- a) Os factos que possam constituir infração disciplinar;
- b) O dia, hora, local e as circunstâncias em que a alegada infração foi cometida;
- c) O nome e demais elementos de identificação do presumível infrator, da entidade que a presenciou, dos ofendidos diretos, se os houver e de se for possível, pelo menos duas testemunhas que possam depor sobre os factos.

4. O auto a que se refere o número anterior deverá ser assinado pela entidade que o levantou e pelas testemunhas, se possível.

5. Poderá levantar-se um único auto por diferentes infrações disciplinares cometidas na mesma ocasião ou relacionadas umas com as outras, embora sejam diversos os seus autores.

6. Os autos levantados nos termos deste Artigo serão remetidos imediatamente à entidade competente para instaurar o processo disciplinar.

Artigo 68º - Valor probatório dos autos de notícia

Os Autos levantados nos termos do Artigo 55º, desde que tenham a indicação de duas testemunhas, fazem fé, até prova em contrário, unicamente quanto aos factos presenciados pela entidade que os levantou, mas o instrutor poderá ordenar a produção de quaisquer diligências que julgue necessárias para a descoberta da verdade.

Artigo 69º - Instrução do processo disciplinar

1. Recebido o auto ou participação, o Conselho de Disciplina, decide se há lugar a procedimento ou não.

2. Não havendo lugar a procedimento disciplinar, mandará arquivar o auto ou participação.
3. Quando se conclua que a participação é infundada e dolosamente apresentada no intuito de prejudicar outrem, designadamente contendo matéria difamatória ou injuriosa, poderá a entidade competente para punir participar o facto criminalmente, sem prejuízo de adequado procedimento disciplinar quando o participante for uma das pessoas referidas no número 1 do Artigo 2º deste Regulamento.
4. Da instauração do processo disciplinar, com indicação do instrutor nomeado, serão notificados o participante e o arguido.

Artigo 70º - Apensação de processos

1. Para todas as infrações cometidas pelo mesmo agente será organizado um só processo.
2. Tendo sido instaurados diversos processos contra o mesmo agente, serão apensados ao da infração mais grave e, no caso de a gravidade ser a mesma, àquele que primeiro tiver sido instaurado.

Artigo 71º - Nomeação do Instrutor

1. Do despacho que instaurar o procedimento disciplinar constará a nomeação de instrutor.
2. Se o instrutor for membro de um órgão da FPOCR, as funções de instrutor prevalecem sobre quaisquer outras que desempenhe no âmbito da sua atividade na FPOCR, podendo determinar-se, quando tal seja exigido pela natureza e complexidade do processo, que aquele fique exclusivamente adstrito à função de instrução.
3. O instrutor pode escolher secretário da sua confiança, cuja nomeação compete à entidade que o nomeou, e bem assim requisitar a colaboração de técnicos.

Artigo 72º - Suspeição do Instrutor

1. O infrator e o participante poderão deduzir a suspeição do instrutor do processo disciplinar com qualquer dos fundamentos seguintes:
 - a) Se o instrutor tiver sido direta ou indiretamente atingido pela infração;
 - b) Se o instrutor for membro da Direção, do Conselho de Disciplina, do Conselho de Justiça ou membro da Mesa da Assembleia Geral;
 - c) Se o instrutor for parente na linha reta ou até terceiro grau na linha colateral do infrator, do participante ou do ofendido direto, se o houver, ou de alguém que com os referidos indivíduos viva em economia comum;

- d) Se estiver pendente em tribunal civil ou criminal processo em que o instrutor e o infrator ou o participante sejam partes;
- e) Se o instrutor for credor ou devedor do infrator ou do participante ou de algum seu parente na linha reta ou até terceiro grau na linha colateral;
- f) Se houver inimizade grave ou grande intimidade entre o infrator e o instrutor, ou entre este e o participante ou ofendido, se o houver.

2. O Conselho de Disciplina decidirá, em despacho fundamentado, no prazo máximo de 10 dias.

3. O disposto nas alíneas a) a f) do número 1 do presente Artigo, constitui motivo de escusa do instrutor ou do secretário para intervir no processo.

Artigo 73º - Suspensão preventiva

1. Sempre que se esteja perante infrações muito graves ou infrações como as consagradas nos Artigos 33º e 37º deste Regulamento, o Conselho de Disciplina, no despacho que der a conhecer a instauração do procedimento disciplinar, pode suspender preventivamente o infrator, por um período não superior a 30 dias.

2. A decisão do conselho de disciplina deve fundamentar a suspensão a aplicar.

3. A suspensão tem efeitos a partir da data da notificação.

4. O período de suspensão preventiva será levado em conta na decisão final.

5. Da decisão do Conselho de Disciplina de aplicar a suspensão preventiva, cabe recurso para o Conselho de Justiça.

6. O arguido tem 5 dias para apresentar o recurso.

7. O Conselho de Justiça, tem 5 dias para proferir despacho devidamente fundamentado, enviando-o ao instrutor do processo.

Artigo 74º - Instrução do processo

1. O instrutor, recebido o despacho do conselho de disciplina, fará autuar o mesmo, com o auto ou participação juntos ao despacho.

2. O instrutor tem 8 dias, para comunicar por escrito, através de correio registado ou correio eletrónico, ao infrator que tenha incorrido nas respetivas infrações a sua intenção de proceder a abertura de processo disciplinar, juntando nota de culpa com a descrição circunstanciada dos factos imputados ao arguido e demais circunstâncias de interesse e a penalidade em que incorre.

3. Se a comunicação a que se refere o número anterior for efetuada através de correio eletrónico, deverá a entidade recetora confirmar a devida receção.
4. O arguido dispõe de 10 dias para responder à nota de culpa, deduzindo por escrito os elementos que considere relevantes para o esclarecimento dos factos e da sua participação nos mesmos, podendo apresentar rol de testemunhas, juntar documentos e/ou solicitar as diligências probatórias que se mostrem pertinentes para o esclarecimento da verdade.
5. A resposta à nota de culpa, deverá ser assinada pelo arguido ou pelo seu mandatário e será enviada ao instrutor do processo.
6. As testemunhas que o arguido venha a oferecer, não podem ser mais de 3 por cada facto dos Artigos constantes na nota de culpa, e mais de 10 no total, cabendo ao arguido assegurar a respetiva comparência ou requerer a sua audição por escrito.
7. O arguido terá de expressamente referir quais as testemunhas que pretende sejam ouvidas presencialmente ou por escrito. Caso nada seja referido, serão todas questionadas por escrito.
8. As testemunhas poderão ser ouvidas presencialmente, registando-se por escrito o seu depoimento, ou então depor por carta sobre um questionário previamente elaborado pelo instrutor do processo, ficando, neste caso obrigada a juntar fotocópia de documento de identificação e assinar a resposta de acordo com o mesmo.
9. O prazo para depoimento por carta das testemunhas é de 5 dias seguidos e contados a partir do terceiro dia útil posterior ao da expedição do questionário.
10. Ao arguido será dado conhecimento, na mesma data, da notificação às testemunhas para comparecerem a depor ou para o fazerem por carta.
11. As testemunhas que não comparecerem a depor na ocasião designada ou não prestarem depoimento por carta, no prazo assinalado, não serão novamente notificadas, considerando-se como satisfeita a garantia de plena audiência de defesa do arguido.
12. As testemunhas a depor presencialmente, assim como os demais intervenientes no processo, serão advertidas das penas a aplicar de acordo com o disposto no Artigo 34º, do presente Regulamento.
13. O instrutor deverá proceder à realização das diligências probatórias, requeridas na resposta à nota de culpa, se necessário recorrendo a técnicos especializados, a menos que considere patentemente dilatórias ou impertinentes, devendo, nesse caso, alegá-lo por escrito e fundamentadamente.

14. O instrutor pode proceder às diligências que considerar necessárias, nomeadamente ouvindo pessoas não arroladas como testemunhas, solicitar o depoimento presencial de testemunhas que tenham sido arroladas a responder a questionário, e proceder a todas as demais diligências que considere necessárias à descoberta da verdade.

15. O Instrutor pode, querendo, solicitar o depoimento presencial do arguido e participante, ficando obrigado a adverti-los para as consequências da falta de acordo com o Artigo 34º do presente Regulamento.

16. O processo deverá estar concluído no prazo de 45 dias úteis, o qual poderá ser prorrogado a pedido do instrutor.

17. Concluída a instrução, o instrutor tem 10 dias seguidos para a remeter ao Conselho de Disciplina da FPOCR.

Artigo 75º - Exame do processo

Durante o prazo para a apresentação da defesa, pode o arguido ou o seu mandatário regularmente constituído, examinar o processo em data, hora e local previamente combinados ou subsidiariamente, na sede da FPOCR.

Artigo 76º - Relatório final do Instrutor

1. Finda a instrução do processo, o instrutor elaborará, no prazo de 10 dias seguidos, um relatório completo e conciso donde conste a existência material das faltas, sua qualificação e gravidade, e bem assim a pena que entender justa ou a proposta para que os autos se arquivem por ser insubsistente a acusação.

2. O processo depois de relatado será remetido no prazo de 10 dias seguidos à entidade que o tiver mandado instaurar, a qual, se não for competente para decidir, o enviará dentro de 5 dias seguidos a quem deva proferir a decisão.

SECÇÃO II - DA DECISÃO DISCIPLINAR

Artigo 77º - Decisão do conselho de disciplina

Recebido o processo, o Conselho de Disciplina apreciará a proposta do instrutor e decidirá no prazo de 10 dias, sem prejuízo do disposto no Artigo seguinte.

Artigo 78º - Decisão da assembleia-geral

Sendo proposta pena de destituição do cargo ou funções, a proposta do Conselho de Disciplina é remetida para a Assembleia Geral.

Artigo 79º - Notificação da decisão

A decisão fundamentada será comunicada ao arguido nos 10 dias subsequentes à data em que foi tomada.

Artigo 80º - Início da produção de efeitos das penas

A pena começa a produzir os seus efeitos no dia seguinte ao da notificação do arguido.

CAPÍTULO III - DAS RECLAMAÇÕES E RECURSOS

Artigo 81º - Reclamação para o Conselho de Disciplina

1. Das decisões do instrutor caberá reclamação para o Conselho de Disciplina até ao encerramento da instrução ou, excecionalmente, no prazo de 5 dias após o seu conhecimento.
2. O Conselho de Disciplina pronunciar-se-á no prazo de 5 dias após o recebimento da reclamação.
3. O silêncio do Conselho de Disciplina equivale ao indeferimento da reclamação.
4. A reclamação deve ser apresentada por meio de requerimento nos serviços administrativos da FPOCR.

Artigo 82º - Efeito da reclamação

A reclamação tem efeito meramente devolutivo.

Artigo 83º - Recurso para o Conselho de Justiça

1. O arguido, o participante e quem nisso tiver interesse legítimo, poderá recorrer das decisões finais do Conselho de Disciplina.
2. O recurso interpor-se-á para o Conselho de Justiça, no prazo de 10 dias a contar da data da notificação da decisão.
3. O recurso será apreciado pelo Conselho de Justiça, de acordo com o disposto no Capítulo II, do Título IV do presente Regulamento, na parte aplicável.

4. O Conselho de Justiça, pronunciar-se-á, em última instância, no prazo de 10 dias.

Artigo 84º - Interposição de recurso

1. O recurso interpõe-se por meio de requerimento, entregue nos serviços administrativos da FPOCR, no qual o requerente deve expor todos os fundamentos de recurso, nomeadamente os motivos da discordância.

2. Com o requerimento em que interponha o recurso, pode o recorrente requerer novos meios de prova ou juntar os documentos que entenda convenientes, desde que não pudessem ter sido requeridos ou utilizados antes.

Artigo 85º - Efeito do recurso

A apresentação do recurso tem efeitos suspensivos.

Artigo 86º - Notificação dos coninteressados

Interposto o recurso, o órgão competente para dele conhecer deve notificar aqueles que possam ser prejudicados pela sua precedência para alegarem no prazo de 8 dias úteis, o que tiverem por conveniente sobre o pedido e os fundamentos.

Artigo 87º - Rejeição do recurso

O recurso deve ser rejeitado nos seguintes casos:

- a) Quando haja sido interposto para órgão incompetente;
- b) Quando a decisão impugnada não seja suscetível de recurso;
- c) Quando o recorrente careça de legitimidade;
- d) Quando o recurso haja sido interposto fora do prazo;
- e) Quando ocorra qualquer outra causa que obste ao conhecimento do recurso.

Artigo 88º - Regime de subida dos recursos

1. Os recursos das decisões que não ponham termo ao processo só subirão com a decisão final se dela recorrer, salvo o disposto no número seguinte.

2. Sobem imediatamente e nos próprios autos os recursos que ficando retidos percam por esse facto o efeito útil.

Artigo 89º - Notificação da decisão

A decisão do Conselho de Justiça, dando ou não provimento ao recurso, deverá ser notificada aos interessados, nos 5 dias subsequentes à data em que foi proferida, nos termos do Artigo 53º.

Artigo 90º - Princípio da irrecorribilidade externa

As deliberações e decisões do Conselho de Disciplina e do Conselho de Justiça são recorríveis nos termos legais, designadamente, se se tratar de matéria da sua competência, para o Tribunal Arbitral do Desporto.

Artigo 91º - Taxas

1. Quanto à reclamação a taxa a aplicar será de € 50,00.
2. Quanto ao Recurso a taxa a aplicar será de € 75,00.
3. Sendo a reclamação ou o recurso procedentes, será restituída ao reclamante ou ao recorrente a totalidade da taxa paga.
4. Sendo a reclamação ou o recurso improcedentes, não há lugar a qualquer restituição.
5. A taxa deverá ser paga nos serviços administrativos da FPOCR, no prazo de 5 dias seguidos, contados da data de entrada da reclamação ou recurso.
6. A falta de pagamento das taxas estabelecidas obsta ao conhecimento das causas.

CAPÍTULO IV - DOS PROCESSOS DISCIPLINARES ESPECIAIS

SECÇÃO I - DO PROCESSO SUMÁRIO

Artigo 92º - Quando tem lugar

O procedimento disciplinar segue a forma sumária quando estiver indiciada infração punível com a pena de repreensão escrita.

Artigo 93º - Tramitação

1. A instrução do processo disciplinar deve iniciar-se no prazo máximo de 8 dias úteis e ultimar-se no prazo de 25 dias úteis.

2. O arguido tem 7 dias para responder à nota de culpa. A audição do(s) indiciado(s), bem como a de outras eventuais testemunhas, não carece de observar formalidades especiais, podendo, inclusive, ser feita por simples carta ou fax, com o convite para se pronunciar sobre os factos.
3. O Instrutor, no prazo de 15 dias, efetuará a produção da prova oferecida pelo arguido e, findo esse prazo, elaborará relatório final fundamentado e com a proposta de pena a aplicar.
4. O processo é enviado ao Conselho de Disciplina, devendo proferir decisão no prazo de 10 dias.
5. Se durante a instrução resultarem indícios de infração disciplinar a que corresponda pena superior à referida no Artigo 66º ou grande complexidade, organizar-se-á processo comum aproveitando-se, na medida do possível, as diligências já efetuadas.

SECÇÃO II - DO PROCESSO DE AVERIGUAÇÕES

Artigo 94º - Quando tem lugar

O processo de averiguações é efetuado quando haja sérias dúvidas sobre a existência efetiva de infração disciplinar.

Artigo 95º - Tramitação

1. Recebida a participação pelo Conselho de Disciplina, este deverá remetê-la ao instrutor, no prazo máximo de 10 dias úteis.
2. O instrutor tem 3 dias úteis para dar início ao processo.
3. O instrutor deverá recorrer aos meios mais expeditos de forma a averiguar da existência ou não de infração disciplinar.
4. O instrutor tem 15 dias úteis para concluir o processo, a partir da data em que der início ao mesmo.
5. Findo o prazo consagrado no número anterior, o instrutor elaborará em 3 dias úteis, relatório final, que remeterá ao Conselho de Disciplina, devendo propor uma de duas medidas:
 - a) Arquivamento do processo, se entender que não há infração disciplinar.
 - b) A instauração de eventual processo disciplinar.

TÍTULO V - DISPOSIÇÕES FINAIS E TRANSITÓRIAS

Artigo 96º - Hierarquia das normas

1. As normas estatutárias prevalecem sobre as demais.
2. As normas do Regulamento de Disciplina da FPOCR prevalecem sobre as dos demais regulamentos disciplinares, sem prejuízo das regras que deferem para regulamentos específicos em determinadas matérias.

Artigo 97º - Limites materiais

As normas do presente Regulamento só podem ser alteradas ou modificadas nos termos previstos na lei.

Artigo 98º - Disposições subsidiárias

Em tudo o que não estiver especialmente previsto neste Regulamento aplicar-se-ão, subsidiariamente, a legislação processual comum, civil ou penal, bem como os princípios gerais de direito comum e desportivo, que não contendam com o direito disciplinar.

Artigo 99º - Entrada em vigor

O presente Regulamento, aprovado em reunião da Direção da FPOCR - Federação Portuguesa de Corridas de Obstáculos - APD de 08 de dezembro de 2021, entra em vigor no primeiro dia da época desportiva 2022.