



# Plano de Atividades e Orçamento Para 2024

Dezembro de 2023



# Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Filiações: United World Wrestling • United World Wrestling - Europe • Comité Méditerranéen des Lutttes Associées • International Mixed Martial Arts Federation  
Membro: Comité Olímpico de Portugal • Comité Paralímpico de Portugal • Membro Fundador: Confederação do Desporto de Portugal  
Instituição de Utilidade Pública Desportiva – Decreto-Lei 144/93, de 26 de Abril  
Instituição de Utilidade Pública – Decreto-Lei 460/77, de 7 de Novembro  
Fundada a 5 de Novembro de 1925

## Capítulo I – Ponto Prévio

Este Plano de Atividades e Orçamento aqui apresentado dá cumprimento às obrigações legais e estatutárias da FPLA e dará ainda suporte às candidaturas a apresentar ao Instituto Português do Desporto e Juventude, IP (IPDJ, IP) para os apoios ao ano de 2024.

Considerando o facto de caso exista uma discrepância superior a 10% entre o orçamento da candidatura e os apoios concedidos, deverá esta entidade submeter uma candidatura retificativa ao IPDJ, IP, somos desde já a solicitar à Assembleia Geral a autorização para a Direção proceder a essa retificação em função dos princípios estatutários da FPLA e das linhas orientadoras deste plano de atividades.

Para enquadrar o plano de atividades que aqui apresentamos, importa, antes de mais, referir o facto de o exercício do ano de 2023 ter sido afetado pelos efeitos prolongados dos diversos conflitos internacionais e a consequente espiral inflacionista que se desencadeou e que se prevê que os mesmos continuem a exercer os seus efeitos durante o exercício de 2024.

Importa perceber que para continuar a recuperar e capacitar a Luta Olímpica Nacional e as suas Disciplinas Associadas é necessário um patamar de financiamento que permita injetar capacidade operacional a todas as estruturas locais, regionais e nacionais da modalidade.

A Luta continua!



# Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Filiações: United World Wrestling • United World Wrestling - Europe • Comité Méditerranéen des Luttres Associées • International Mixed Martial Arts Federation  
Membro: Comité Olímpico de Portugal • Comité Paralímpico de Portugal • Membro Fundador: Confederação do Desporto de Portugal  
Instituição de Utilidade Pública Desportiva – Decreto-Lei 144/93, de 26 de Abril  
Instituição de Utilidade Pública – Decreto-Lei 460/77, de 7 de Novembro  
Fundada a 5 de Novembro de 1925

## Capítulo II – Os Programas Específicos

### 1. Programa de Atividades Regulares

Orçamento Global Previsto com o  
Programa de Atividades Regulares

**909 855,00 €**

#### 1.1. Organização e Gestão da Federação

Designação	Orçamento
A. Recursos humanos	66.900,00 €
B. Recursos materiais e tecnológicos, fornecimentos e serviços externos	65.000,00 €
<b>Total</b>	<b>131.900,00 €</b>

#### 1.2. Desenvolvimento da Atividade Desportiva

São objetivos do projeto

1. Aumentar a taxa de praticantes femininos;
2. Aumentar a taxa de praticantes jovens;
3. Aumentar a o número total de praticantes;
4. Aumentar o número total de treinadores
5. Aumentar o número total de árbitros
6. Tentar alargar a prática da modalidade para mais 1-3 distrito(s);
7. Continuar o processo de consolidação da prática da modalidade nos distritos em que se encontra implementada;
8. Elevar o nível desportivo e organizativo do Quadro Competitivo Nacional;
9. Elevar o nível desportivo e organizativo dos Quadros Competitivos Distritais, nivelando-o com o do Quadro Competitivo Nacional.

#### a) Recursos Humanos - DAD

Designação	Orçamento
Recursos humanos	42.000,00 €
<b>Total</b>	<b>42.000,00 €</b>



# Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Filiações: United World Wrestling • United World Wrestling - Europe • Comité Méditerranéen des Luttres Associées • International Mixed Martial Arts Federation  
Membro: Comité Olímpico de Portugal • Comité Paralímpico de Portugal • Membro Fundador: Confederação do Desporto de Portugal  
Instituição de Utilidade Pública Desportiva – Decreto-Lei 144/93, de 26 de Abril  
Instituição de Utilidade Pública – Decreto-Lei 460/77, de 7 de Novembro  
Fundada a 5 de Novembro de 1925

## b) Organização de Quadros Competitivos Nacionais

Data	Competição
27/01/2024	Supertaça Fernando Gaspar – Absolutos – M (GR+LO) & F (LF)
17/02/2024	1.º METC Circuito Open – 1.ª Etapa – Torneio de Abertura – U17 M (LO) & F (LF); Absolutos M (GR) & F (LF) Circuito Wrestling Kids – 1.ª Etapa – Benjamins, Infantis, Iniciados – M (LO) & F (LF)
09/03/2024	2.º METC Circuito Open – 2.ª Etapa – Open de Setúbal – U17 M (LO) & F (LF); Absolutos M (GR) & F (LF) Circuito Wrestling Kids – 2.ª Etapa – Benjamins, Infantis, Iniciados – M (LO) & F (LF)
13/04/2024	Campeonato Nacional Individual GR & LF – U17 M (GR) & F (LF); U20 M (GR); Seniores M (GR) & Absolutos F (LF) Circuito Wrestling Kids – 3.ª Etapa – Benjamins, Infantis, Iniciados – M (LO) & F (LF)
04/05/2024	Circuito Nacional Beach Wrestling – 1.ª Etapa – U17 M & F; Absolutos M & F
11/05/2024	3.º METC Circuito Open – 3.ª Etapa – Open de Portugal – U17 M (LO) & F (LF); Absolutos M (GR) & F (LF) Circuito Wrestling Kids – 4.ª Etapa – Benjamins, Infantis, Iniciados – M (LO) & F (LF)
18/05/2024	Taça de Portugal – Absolutos – M (GR+LO) & F (LF)
01/06/2024	Circuito Nacional Beach Wrestling – 2.ª Etapa – U17 M & F; Absolutos M & F
29/06/2024	4.º METC Circuito Open – 4.ª Etapa – Open de Lisboa – U17 M (LO) & F (LF); Absolutos M (GR) & F (LF) Circuito Wrestling Kids – 5.ª Etapa – Benjamins, Infantis, Iniciados – M (LO) & F (LF)
13/07/2024	Circuito Nacional Beach Wrestling – 3.ª Etapa – U17 M & F; Absolutos M & F
28/09/2024	5.º METC
19/10/2024	Campeonato Nacional Individual LO – U17 M (LO); U20 M (LO); Seniores M (LO) Open LF – U17 & Absolutos (LF) Circuito Wrestling Kids – 6.ª Etapa – Benjamins, Infantis, Iniciados – M (LO) & F (LF)
16/11/2024	Circuito Open – 5.ª Etapa – Open de Braga – U17 M (LO) & F (LF); Absolutos M (LO) & F (LF) Circuito Wrestling Kids – 6.ª Etapa – Benjamins, Infantis, Iniciados – M (LO) & F (LF)
07/12/2024	Campeonato Nacional de Equipas – Absolutos – M (GR+LO) & F (LF)
14/12/2024	Circuito Open – 6.ª Etapa – Torneio de Encerramento – U17 M (LO) & F (LF); Absolutos M (LO) & F (LF) Circuito Nacional Wrestling Kids – 7.ª Etapa – Benjamins, Infantis, Iniciados – M (LO) & F (LF)
Ao longo do ano	Circuito Nacional de Disciplinas Associadas – Benjamins, Infantis, Iniciados, U17, U20, Seniores – M & F (GP, PK, MMA)
<b>Orçamento</b>	<b>85.000,00 €</b>



# Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Filiações: United World Wrestling • United World Wrestling - Europe • Comité Méditerranéen des Luttres Associées • International Mixed Martial Arts Federation  
Membro: Comité Olímpico de Portugal • Comité Paralímpico de Portugal • Membro Fundador: Confederação do Desporto de Portugal  
Instituição de Utilidade Pública Desportiva – Decreto-Lei 144/93, de 26 de Abril  
Instituição de Utilidade Pública – Decreto-Lei 460/77, de 7 de Novembro  
Fundada a 5 de Novembro de 1925

## c) Apoios a Agrupamentos de Clubes e Clubes

Consequência ainda dos efeitos prolongados dos diversos conflitos internacionais e a consequente espiral inflacionista que se desencadeou, torna-se imprescindível continuar a reforçar o apoio às atividades, equipamentos e deslocações dos clubes e agrupamentos de clubes, sem o qual muitos arriscam desaparecer, ou não ser capazes de continuar a recuperar a sua capacidade operativa, nesta medida as verbas aqui previstas contemplam programas de apoio à atividade dos clubes diretamente e através das suas associações distritais.

Identificação dos Agrupamentos de Clubes e Clubes	Orçamento
Aveiro	2.500,00 €
Braga	17.500,00 €
Bragança	2.500,00 €
Coimbra	2.500,00 €
Évora	2.500,00 €
Faro	7.500,00 €
Leiria	2.500,00 €
Lisboa	25.000,00 €
Portalegre	2.500,00 €
Porto	2.500,00 €
Setúbal	25.000,00 €
Vila Real	2.500,00 €
<b>Total</b>	<b>95.000,00 €</b>

## d) Apoio ao desenvolvimento do desporto para pessoas com deficiência

Descrição das ações a desenvolver	Orçamento
Ações de promoção, divulgação e implementação da modalidade, na sua vertente adaptada e nomeadamente da população com deficiência auditiva, junto de escolas e associações de deficiência e em articulação com o Comité Paralímpico de Portugal, utilizando a notoriedade do nosso agente Hugo Passos, heptamedalhado Surdolímpico e diversas vezes campeão mundial e europeu.	5.000,00 €
<b>Total</b>	<b>5.000,00 €</b>



# Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Filiações: United World Wrestling • United World Wrestling - Europe • Comité Méditerranéen des Luttres Associées • International Mixed Martial Arts Federation  
Membro: Comité Olímpico de Portugal • Comité Paralímpico de Portugal • Membro Fundador: Confederação do Desporto de Portugal  
Instituição de Utilidade Pública Desportiva – Decreto-Lei 144/93, de 26 de Abril  
Instituição de Utilidade Pública – Decreto-Lei 460/77, de 7 de Novembro  
Fundada a 5 de Novembro de 1925

## e) Apoio ao desenvolvimento do Desporto Feminino

Descrição das ações a desenvolver	Orçamento
Ações de concentração e preparação de jovens praticantes femininas de todo o país em regime de concentração nos períodos das férias escolares.	7.500,00 €
<b>Total</b>	<b>7.500,00 €</b>

## f) Outras despesas e aquisições de apoio ao projeto de Desenvolvimento da Atividade Desportiva

Descrição sumária da aquisição / despesa	Orçamento
Apoios indiretos a clubes e agrupamentos de clubes	15.000,00 €
Programa ACMMD	3.375,00 €
Programa ACNCABPCE	25.000,00 €
<b>Total</b>	<b>43.375,00 €</b>

## g) Projeto Ética no Desporto

Descrição sumária da aquisição / despesa	Orçamento
Ações de Formação e Sensibilização	2.500,00 €
Projetos Inovadores	1.380,00 €
<b>Total</b>	<b>3.880,00 €</b>

## 1.3. Seleções Nacionais e Alto Rendimento

### a) Objetivos

São objetivos gerais do projeto:

1. Qualificação para os Jogos Olímpicos
2. Top 16 do Campeonato da Europa Seniores
3. Top 16 do Campeonato do Mundo de U20
4. Top 16 do Campeonato da Europa de U20
5. Top 3 do Campeonato do Mediterrâneo U20 & Seniores
6. Top 16 do Campeonato do Mundo de U17
7. Top 16 do Campeonato da Europa de U17
8. Top 8 do Ranking Mundial de Beach Wrestling
9. Top 8 do Campeonato do Mundo de MMA
10. Top 8 do Campeonato da Europa de MMA



# Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Filiações: United World Wrestling • United World Wrestling - Europe • Comité Méditerranéen des Luttres Associées • International Mixed Martial Arts Federation  
Membro: Comité Olímpico de Portugal • Comité Paralímpico de Portugal • Membro Fundador: Confederação do Desporto de Portugal  
Instituição de Utilidade Pública Desportiva – Decreto-Lei 144/93, de 26 de Abril  
Instituição de Utilidade Pública – Decreto-Lei 460/77, de 7 de Novembro  
Fundada a 5 de Novembro de 1925

## b) Ações de Preparação

N.º ação	Ação de Preparação/Estágio	Disciplina	Escalação	Género	Datas		País	Orçamento Previsto
					Início	Fim		
1	Estágio Permanente (inclui Licença Especial do Presidente: 25.000,00 €)	LF/LO/GR/DA	U17, U20, U23, SEN	Misto	01/01/2023	31/12/2023	Portugal	32 500,00 €
1	Estágios Internacionais	LF/LO/GR/DA	U17, U20, U23, SEN	Misto	01/01/2023	31/12/2023	Portugal	45 000,00 €
<b>Total</b>								<b>77.500,00 €</b>

## c) Competições

N.º ação	Competições	Disciplina	Escalação	Datas		País	Orçamento
				Início	Fim		
1	Campeonatos Mediterrâneo, Continentais, Mundiais e Torneios Internacionais	LF/LO/GR/BW	U17, U20, U23, SEN	-----	-----	Vários	120 000,00
2	Campeonatos Continentais, Mundiais e Torneios Internacionais	DA	U17, U20, U23, SEN	-----	-----	-----	108 000,00
<b>Total</b>							<b>228.000,00 €</b>

## d) Estimativa de custos com compensações remuneratórias referentes a licenças especiais de árbitros de Alto Rendimento

N.º de árbitros de Alto Rendimento	Valor estimado dos custos com compensações remuneratórias referentes a licenças especiais de árbitros de Alto Rendimento
4	2.500,00 €

## e) Enquadramento Humano do projeto de Alto Rendimento e das Seleções Nacionais

Designação	Orçamento
A. Técnicos	58.800,00 €
B. Clínicos	8.700,00 €
<b>Total</b>	<b>67.500,00 €</b>



# Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Filiações: United World Wrestling • United World Wrestling - Europe • Comité Méditerranéen des Luttres Associées • International Mixed Martial Arts Federation  
Membro: Comité Olímpico de Portugal • Comité Paralímpico de Portugal • Membro Fundador: Confederação do Desporto de Portugal  
Instituição de Utilidade Pública Desportiva – Decreto-Lei 144/93, de 26 de Abril  
Instituição de Utilidade Pública – Decreto-Lei 460/77, de 7 de Novembro  
Fundada a 5 de Novembro de 1925

## f) Centros de Alto Rendimento

A FPLA continua a integrar atletas no CAR Jamor no período 2023/24.

Designação	Orçamento
CAR Jamor	43.200,00 €
<b>Total</b>	<b>43.200,00 €</b>

## g) Programa de Detecção e Seleção de Talentos

Projeto Ambição Olímpica é o projeto de Detecção e seleção de talentos da FPLA. Este projeto assenta num percurso em 3 fases, a saber:

- FASE 1: TESTES
  - Aplicação de bateria de testes específica
- FASE 2: OBSERVAÇÕES COMPETITIVA
  - Observação em ambiente competitivo da atitude e desempenho dos jovens integrados na Detecção de Talentos.
- FASE 3: INTEGRAÇÃO
  - Com a Detecção de Talentos, a FPLA pretende descobrir os novos valores da Luta Olímpica nacional, tendo em vista a integração no Projeto Olímpico 2028-2032. O reforço das seleções nacionais de Cadetes e de juniores é outras das finalidades.

Designação	Orçamento
PDST	2.500,00 €
<b>Total</b>	<b>2.500,00 €</b>

## h) Atribuição de Bolsas de Alto Rendimento (artigo 30º do Decreto-Lei n.º 272/2009, de 1 de outubro)

Níveis	Critério de concessão da bolsa	Praticantes	Bolsa	Orçamento
A	Seniores	2	250,00€	3.500,00 €
B	U20	2	100,00€	2.400,00 €
C	U17	2	50,00€	1.200,00 €
SN	Participante regular nos trabalhos das SN (passe social - transportes)	20	~40,00 €	10.000,00 €
<b>Total</b>				<b>17.100,00 €</b>





# Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Filiações: United World Wrestling • United World Wrestling - Europe • Comité Méditerranéen des Luttres Associées • International Mixed Martial Arts Federation  
Membro: Comité Olímpico de Portugal • Comité Paralímpico de Portugal • Membro Fundador: Confederação do Desporto de Portugal  
Instituição de Utilidade Pública Desportiva – Decreto-Lei 144/93, de 26 de Abril  
Instituição de Utilidade Pública – Decreto-Lei 460/77, de 7 de Novembro  
Fundada a 5 de Novembro de 1925

## h) Custos com materiais de consumo diversos

<b>Materiais de consumo</b>	<b>Orçamento</b>
Material desportivo	16.000,00 €
Medicamentos e artigos de saúde	2.500,00 €
Material de representação e propaganda	1.500,00 €
<b>Total</b>	<b>20.000,00 €</b>

## 2. Formação de Recursos Humanos

Orçamento Global Previsto com a  
Formação de Recursos Humanos

**27.900,00 €**

### a) Objetivos gerais de formação

São objetivos gerais da formação para 2024:

1. Elevar e aprofundar os conhecimentos existentes nos diferentes agentes da modalidade;
2. Formar novos treinadores de forma a aumentar a capacidade da modalidade em trabalhar na iniciação e formação desportiva em todo o território nacional;
3. Melhorar a capacidade de intervenção dos Treinadores no ativo;
4. Construir e fornecer instrumentos que potenciem e otimizem os conhecimentos e o desempenho dos treinadores, em áreas específicas do conhecimento, julgadas prioritárias;
5. Renovar e aumentar o quadro de árbitros nacionais;
6. Melhorar a capacidade de intervenção dos Árbitros no ativo;
7. Renovar e aumentar o quadro de Técnicos de Sistemas de Competição, bem como, melhorar a capacidade de intervenção dos Técnicos no ativo.



# Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Filiações: United World Wrestling • United World Wrestling - Europe • Comité Méditerranéen des Luttres Associées • International Mixed Martial Arts Federation  
Membro: Comité Olímpico de Portugal • Comité Paralímpico de Portugal • Membro Fundador: Confederação do Desporto de Portugal  
Instituição de Utilidade Pública Desportiva – Decreto-Lei 144/93, de 26 de Abril  
Instituição de Utilidade Pública – Decreto-Lei 460/77, de 7 de Novembro  
Fundada a 5 de Novembro de 1925

## b) Resumo das Ações de Formação Previstas

Ação	Orçamento	
	Despesas	Receitas
Curso de Treinadores Grau I	20.000,00 €	8.120,00 €
Ações de Formação Para Treinadores	2.000,00 €	
Curso de Novos Árbitros (Disciplinas Olímpicas)	3.000,00 €	
Curso de Novos Árbitros (Disciplinas Associadas)	800,00 €	
Ações de Formação Para Árbitros	800,00 €	
Ação de Formação para Téc. de Sistemas de Competição	800,00 €	
Diversas ações organizadas por outras entidades	500,00 €	
<b>Total</b>	<b>27.900,00 €</b>	<b>8.120,00 €</b>
		<b>19.780,00 €</b>



# Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Filiações: United World Wrestling • United World Wrestling - Europe • Comité Méditerranéen des Luttres Associées • International Mixed Martial Arts Federation  
Membro: Comité Olímpico de Portugal • Comité Paralímpico de Portugal • Membro Fundador: Confederação do Desporto de Portugal  
Instituição de Utilidade Pública Desportiva – Decreto-Lei 144/93, de 26 de Abril  
Instituição de Utilidade Pública – Decreto-Lei 460/77, de 7 de Novembro  
Fundada a 5 de Novembro de 1925

## Capítulo III

### Orçamento

#### a) Orçamento de despesa por domínio de intervenção

Descrição	Orçamento
<b>Organização e Gestão da Federação</b>	<b>131 900,00 €</b>
<b>Desenvolvimento da Atividade Desportiva</b>	<b>291 755,00 €</b>
Recursos Humanos – DAD	(42 000,00 €)
Organização de Quadros Competitivos Nacionais	(85 000,00 €)
Apoios a Associados	(95 000,00 €)
Desenv. Desporto para Pessoas com Deficiência	(5 000,00 €)
Desenvolvimento do Desporto Feminino	(7 500,00 €)
Projeto DPD Juvenil	(10 000,00 €)
Projeto de Ética no Desporto	(3 880,00 €)
Outras despesas e aquisições de apoio ao projeto	(43.375,00 €)
<b>Seleções Nacionais e Alto Rendimento</b>	<b>458 300,00 €</b>
Ações de preparação/estágios	(77 500,00 €)
Participação em competições internacionais	(228 000,00 €)
Licenças especiais de árbitros/juizes de Alto Rendimento	(2 500,00 €)
Enquadramento Humano - ARSN	(67 500,00 €)
CAR - CDN Jamor (Praticantes internos)	(43 200,00 €)
Projeto de deteção e desenvolvimento de talentos	(2 500,00 €)
Bolsas de Alto Rendimento	(17 100,00 €)
Aquisições de material/equipamento e outras despesas SNAR	(20 000,00 €)
<b>Formação de Recursos Humanos</b>	<b>27 900,00 €</b>
<b>TOTAL</b>	<b>909 855,00 €</b>



# Federação Portuguesa de Lutas Amadoras

Filiações: United World Wrestling • United World Wrestling - Europe • Comité Méditerranéen des Luttres Associées • International Mixed Martial Arts Federation  
Membro: Comité Olímpico de Portugal • Comité Paralímpico de Portugal • Membro Fundador: Confederação do Desporto de Portugal  
Instituição de Utilidade Pública Desportiva – Decreto-Lei 144/93, de 26 de Abril  
Instituição de Utilidade Pública – Decreto-Lei 460/77, de 7 de Novembro  
Fundada a 5 de Novembro de 1925

## b) Orçamento de receita por domínio de intervenção

Entidade	Orçamento
Instituto Português do Desporto e Juventude, I. P. (Atividades Regulares)	849 455,00 €
Instituto Português do Desporto e Juventude, I. P. (Form. Rec. Humanos)	19 780,00 €
Filiações e taxas	2 500,00 €
Taxas de inscrição FRH	8 120,00 €
Outras receitas	30 000,00 €
<b>Total</b>	<b>909 855,00 €</b>



## PARECER DO CONSELHO FISCAL

Em conformidade com o disposto na legislação e nos estatutos da Federação Portuguesa de Lutas Amadoras, cumpre ao Conselho Fiscal dar parecer sobre o Plano de Atividades e Orçamento para 2024.

No âmbito da sua ação e dos seus trabalhos, o Conselho Fiscal contou com a colaboração do Presidente e da Direção da FPLA, no que diz respeito à disponibilização das informações que considerou necessárias para o exercício das suas funções, em termos que importa relevar e agradecer.

Na opinião deste Conselho Fiscal, as propostas incluídas no Plano de Atividades e Orçamento de 2024, complementadas com os esclarecimentos obtidos, dão-nos uma base sustentável para podermos emitir o nosso parecer e recomendação.

Em face do exposto nos parágrafos acima, considera este Conselho Fiscal que a proposta de Plano de Atividades e Orçamento para 2024 apresentada é consistente com a estratégia delineada e reúne igualmente as condições necessárias para que este Conselho Fiscal recomende a sua aprovação à Assembleia Geral da FPLA.

Lisboa, 20 dezembro de 2023

O Conselho Fiscal