



# **FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TIRO**

Instituição de Utilidade Pública por Decreto de 14/10/1929  
Instituição de Utilidade Pública Desportiva (D.R. 288 de 11/12/1993)  
Oficial da Ordem Militar de Cristo  
Medalha de Educação Física e Bons Serviços

## **REGULAMENTO DE CARABINA**

### **PARA**

**CARABINA A 300 m**

**CARABINA STANDARD A 300 m**

**CARABINA A 50 m**

**CARABINA DE AR COMPRIMIDO A 10 m**

---

Entrou em vigor em 01 de Janeiro de 2013

---



## **CAPÍTULOS**

7.1. GENERALIDADES

7.2. SEGURANÇA

7.3. NORMAS GERAIS PARA CARREIRAS DE TIRO E ALVOS

7.4. CARABINAS E MUNIÇÕES

7.5. REGRAS DE VESTUÁRIO

7.6. PROCEDIMENTOS EM PROVAS COM CARABINA E REGRAS DE  
COMPETIÇÃO

7.7. PROVAS COM CARABINA

7.8. 300 M PROCEDIMENTOS PARA A CLASSIFICAÇÃO (ALVOS DE  
PAPEL)

7.9. QUADRO DAS PROVAS COM CARABINA

7.10. QUADRO DAS ESPECIFICAÇÕES DE CARABINA

7.11. INDICE DAS REGRAS DE CARABINA

**NOTA: Quando as figuras e os quadros contenham informações específicas, estas têm o mesmo valor que as regras numeradas.**



## **7.1. GENERALIDADES**

7.1.1 Este Regulamento faz parte dos Regulamentos Técnicos da ISSF e aplica-se em todas as competições de tiro com carabina.

7.1.2 Todos os atiradores, Chefes de Equipa e Dirigentes devem estar familiarizados com as Regras da ISSF e assegurar-se de que elas são cumpridas. Cada atirador é responsável por cumprir o presente regulamento.

7. 1.3 Quando uma Regra se referir a atiradores dextros, aplicar-se-á de forma inversa aos atiradores esquerdinos.

7.1.4 A menos que uma Regra se aplique especificamente a provas de homens ou de senhoras, o seu conteúdo aplica-se às provas de ambos os géneros.

## **7.2. SEGURANÇA**

### **A SEGURANÇA É DE SUPREMA IMPORTÂNCIA**

Ver Regulamento Técnico – Secção 6.2

## **7.3 NORMAS GERAIS PARA CARREIRAS DE TIRO E ALVOS**

As regras detalhadas para Alvos encontram-se no Regulamento Técnico - Secção 6.3

As regras detalhadas para Carreiras de Tiro encontram-se no Regulamento Técnico - Secção 6.4.



## 7.4 CARABINAS E MUNIÇÕES

### 7.4.1 Características gerais para todas as carabinas

**7.4.1.1 Uma carabina por competição.** Nas diversas fases de uma competição, sejam elas Eliminatórias, Qualificações ou Finais apenas pode ser utilizada uma carabina (1).

A culatra, o cano e a coronha não podem ser trocados; no entanto se a chapa de coice for amovível pode ser trocada. Os acessórios acoplados à culatra, ao cano e à coronha podem ser trocados. Uma carabina que se avarie pode ser substituída de acordo com a Regra 6.13.3, desde que o Júri o autorize.

**7.4.1.2 Sistemas de redução de movimento ou oscilação.** É proibido todo e qualquer dispositivo, mecanismo ou sistema que activamente reduza, retarde ou minimize as oscilações ou os movimentos da carabina antes do projectil sair do cano.

**7.4.1.3. Empunhadura:** A empunhadura para a mão direita, tem de ser construída por forma a não ficar assente na bandoleira ou no braço esquerdo.

7.4.1.4 Os **canos** e as extensões tubulares não podem ter qualquer perfuração. É proibido utilizar **compensadores** e **freios de boca**.

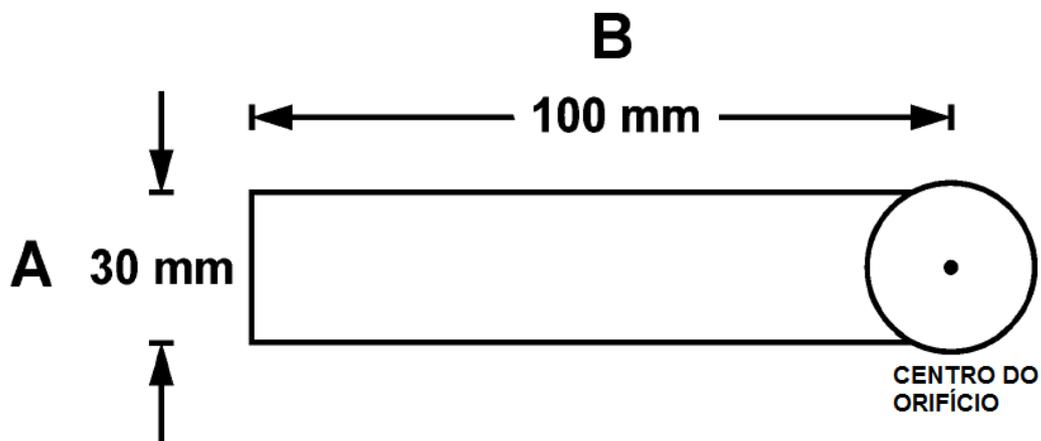
São proibidas quaisquer estruturas ou acessórios no interior do cano ou das extensões para além das estrias ou da câmara para a munição ou projectil.

#### 7.4.1.5 Miras

- Nas carabinas não podem ser colocadas lentes de correcção ou telescópios.
- O atirador pode usar óculos corretores e/ou filtros
- É permitido utilizar qualquer tipo de miras que não contenham lentes ou sistemas de lentes. Podem ser colocados filtros nas miras posteriores, nas miras anteriores ou em ambas.



- É proibido qualquer dispositivo programado para activar o mecanismo disparo;
- Pode ser utilizada uma pala ligada à arma ou à mira posterior. A pala não pode ter mais do que 30 mm de altura (A) nem mais do que 100 mm de comprimento (B), medidos a partir do centro do orifício da mira posterior, para o lado em que é colocada. Não é permitido o uso de pala no lado do olho director.



- É permitido utilizar um prisma ou um acessório com espelho quando um atirador dextro usar o olho esquerdo para fazer pontaria, ou vice-versa, desde que não comporte qualquer lente ou lentes de aumento. Este acessório não é permitido se o atirador dextro apontar com o olho direito, ou o esquerdino com o olho esquerdo.

#### 7.4.1.6 Os gatilhos electrónicos são permitidos desde que:

- Todos os seus componentes estejam perfeitamente fixos e encaixados na culatra ou na coronha da carabina, por forma que as baterias e os fios eléctricos não sejam visíveis do exterior;



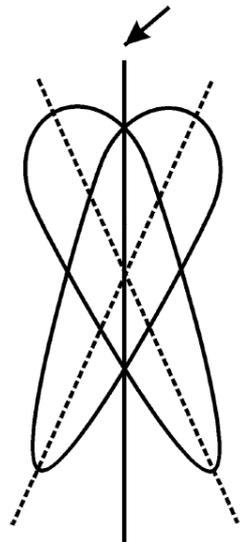
- O gatilho seja accionado pela mão direita ou pela esquerda, conforme se trate de atiradores dextros ou esquerдинos;
- Todos os componentes estejam incluídos quando a carabina for submetida à inspecção pelo Júri de Controlo de Equipamento; e
- A carabina, com todos os componentes instalados satisfaça as exigências referentes às dimensões e peso para essa competição.

#### **7.4.2 Normas para a Carabina Standard a 300 m e para a Carabina de Ar Comprimido a 10 m**

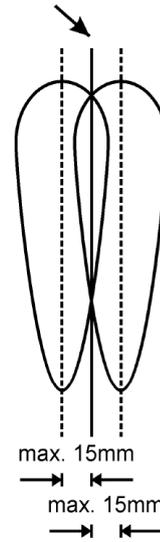
7.4.2.1 A chapa de coice pode ser ajustada para cima e para baixo. A distância entre o ponto mais baixo conseguido pela acção descendente da chapa de coice e o prolongamento da linha do eixo do cano não pode exceder 220 mm. Pode ser desviada paralelamente ao eixo central para a esquerda ou para a direita até ao máximo de 15 mm OU, no seu conjunto (e não só parte dela), girar sobre o seu eixo vertical. Não é permitido inclinar a chapa de coice sobre o seu eixo horizontal.

##### **7.4.2.1.1 Eixo da chapa de coice**

Eixo central da chapa de coice



**PROIBIDO**



**PERMITIDO**

7.4.2.2 São proibidos apoios para o polegar, orifícios para o polegar, apoios para a palma ou o cutelo da mão e níveis de bolha. Considera-se apoio de cutelo qualquer saliência ou extensão na frente ou na lateral do punho da carabina concebidas para evitar que a mão escorregue.

7.4.2.3. Se, em qualquer dimensão, uma coronha for inferior ao permitido poderá ser aumentada até aos limites indicados no Quadro de Medidas das Carabinas (Regra 7.4.4.1). Qualquer aumento deverá subordinar-se às dimensões permitidas e, em caso algum, o punho, o apoio de cara ou a parte inferior da coronha poderão ter formato anatómico.

7.4.2.4. O punho não deve exceder 60 milímetros medidos do plano vertical perpendicular à linha do eixo do cano.

7.4.2.5. Não pode ser acrescentado ao fuste, ao punho ou à parte inferior da coronha, qualquer material que aumente o atrito.

#### **7.4.2.6 Pesos Exteriores**



- São permitidos pesos exteriores no cano desde que não ultrapassem o raio de 30mm medidos do eixo do cano. Os pesos podem ser movidos ao longo do cano, e
- Quaisquer outros pesos não podem ultrapassar as dimensões da coronha.

#### **7.4.3 Regras para Carabina Standard a 300 M**

Todas as *carabinas standard* para 300m, devem estar em conformidade com as especificações constantes do Quadro de Medidas das Carabinas (Regra 7.4.4.1) e com as seguintes restrições adicionais:

- Peso mínimo do gatilho: 1500 gramas. O peso do gatilho deve ser medido com o cano em posição vertical. O controlo do peso dos gatilhos deve ser feito imediatamente após a última série de competição. Só é permitido um máximo de três (3) tentativas para levantar o peso de controlo. Qualquer atirador cuja carabina falhe o teste deverá ser desqualificado.
- A carabina não pode ser retirada do posto de tiro antes de terminada a prova, excepto se tal for permitido pelos Juízes-Árbitros.
- Em qualquer das posições de tiro tem que ser usada a mesma carabina. São permitidos, no entanto, o ajustamento da chapa de coice e do *handstop*, a troca dos pontos de mira do túnel dianteiro e o ajustamento do diopter e da respectiva iris. É permitido, sob supervisão do Júri, retirar o apoio de cara durante a competição, para retirar a culatra e limpar o cano, mas a sua posição não pode ser alterada quando for recolocada; e
- O comprimento total do cano, incluindo qualquer extensão, medido desde a face da culatra até à boca aparente, não pode exceder 762mm.

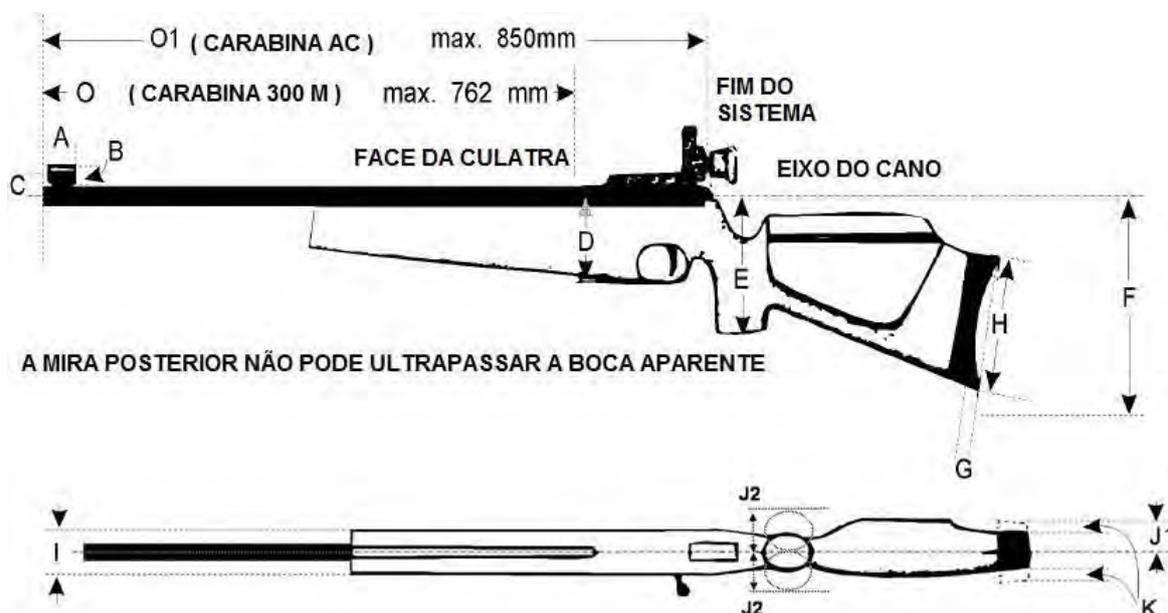
#### **7.4.4. Regras para Carabina de Ar Comprimido a 10m**



Qualquer tipo de carabina de ar comprimido ou gás que satisfaça as especificações referidas no Quadro de Medidas das Carabinas (Regra 7.4.4.1) e com as restrições adicionais seguintes:

- O comprimento total do sistema, medido desde a parte traseira do mecanismo até à boca aparente do cano não pode exceder 850 mm; e
- O túnel dianteiro não pode ultrapassar o limite aparente do cano.

#### 7.4.4.1 Quadro de Medidas das Carabinas



As medidas e dimensões C, D, E, F e J, tomam-se a partir da linha do Eixo do Cano

Letras	Especificações	Carabina Standard 300 m	Carabina de Ar Comprimido 10m
A	Comprimento do túnel dianteiro	50mm	50mm
B	Diâmetro do túnel dianteiro	25mm	25mm



C	Distância do centro do túnel dianteiro ou da parte superior do ponto de mira à linha central do eixo do cano, medida na vertical ou em paralelo (no caso dos atiradores que disparam com a arma no ombro direito mas apontam com o olho esquerdo)	60mm	60mm
D	Altura do fuste	90mm	90mm
E	Ponto mais baixo da empunhadura	160mm	160mm
F	Ponto mais baixo da coronha ou do extremo da chapa de coice, com esta na sua posição mais baixa	220mm	220mm
G	Profundidade da curvatura da chapa de coice	20mm	20mm
H	Distância entre os extremos da chapa de coice	153mm	153mm
I	Espessura máxima (largura) do fuste	60mm	60mm
J1	Distância máxima do apoio de face relativamente ao plano vertical perpendicular à linha do eixo do cano	40mm	40mm
J2	Distância máxima de qualquer parte do punho relativamente ao plano vertical perpendicular à linha do eixo do cano	60mm	60mm
K	Movimento da chapa de coice, paralelo ao seu eixo central, para a esquerda e para a direita	15mm	15mm
L	Peso do gatilho - Sem armador	1500gr	Livre
M	Peso com as miras (e <i>handstop</i> para Carabina Standard a 300 m)	5.5kg	5.5kg
N	A mira dianteira não pode prolongar-se para lá do extremo aparente da boca do cano, tanto na Carabina Standard a 300 m como na Carabina de Ar Comprimido a 10m	Não pode prolongar-se	Não pode prolongar-se
O	Carabina Standard a 300m: Comprimento total do cano, incluindo as extensões (da boca à face da culatra)	762mm	—
P	Carabina de Ar Comprimido a 10m: Comprimento total do sistema	—	850mm

#### 7.4.5 Normas para as Carabinas a 50 M



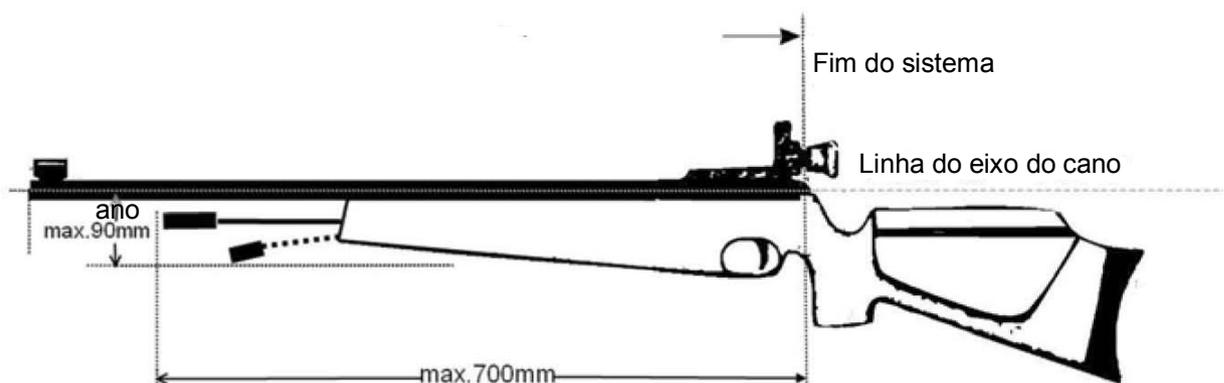
São permitidas todas as carabinas de percussão lateral e calibre 5.6 mm (.22) Long Rifle, desde que não excedam as seguintes limitações:

- O peso da carabina não pode exceder 8 kg para os homens com todos os acessórios incluindo o apoio de mão ou o *handstop*.
- O peso da carabina não pode exceder 6,5 kg para as Senhoras com todos os acessórios incluindo o apoio de mão ou o *handstop*.
- Os pesos colocados na coronha ou na parte inferior da coronha ou no coice da coronha, não podem distar horizontalmente da linha do eixo do cano, mais do que a distância que medeia entre a linha do eixo do cano e a máxima extensão lateral do apoio de cara.

Os pesos não podem estender-se para trás da linha perpendicular à parte mais funda da chapa de coice onde normalmente apoia o ombro do atleta (linha de onde se mede a distância máxima do gancho da chapa de coice – vide figura da regra 7.4.5.1).

- Os pesos no fuste da carabina não podem estender-se verticalmente abaixo de 90 mm medidos da linha do eixo do cano e não podem prolongar-se na horizontal para além de 700 mm medidos da extremidade traseira (posterior) do sistema.

### Pesos nas carabinas de 50m



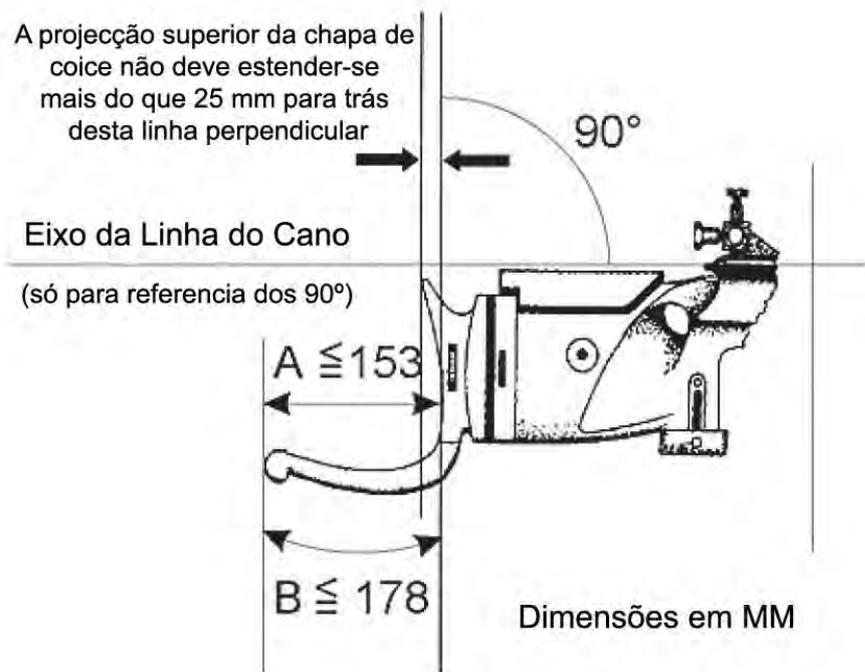
Os pesos no fuste da carabina, não podem estender-se verticalmente abaixo de 90mm medidos da linha eixo do cano, e não podem prolongar-se na horizontal para além de 700 mm medidos deste a extremidade traseira (posterior) do sistema.



#### **7.4.5.1 Chapa de Coice e Gancho**

O gancho da chapa de coice deve estar em conformidade com as seguintes restrições para poder ser utilizado:

- O Gancho não pode projectar-se para além de 153 mm (A) de uma linha perpendicular ao eixo do cano e que seja tangente à parte mais funda da chapa de coice onde normalmente apoia o ombro do atleta.
- O comprimento total máximo exterior, medido da parte inferior da chapa de coice, contornando qualquer curva ou saliência, não pode ser superior a 178 mm (B);
- A projecção superior da chapa de coice não deve estender-se mais do que 25 mm para trás dessa linha perpendicular, e
- São proibidos os dispositivos ou pesos que se projectem para além da extremidade inferior da chapa de coice.



#### 7.4.5.2 Apoio de mão

O apoio de mão é um acessório ou extensão que se prende na parte inferior do fuste e que serve para auxiliar a suportar a carabina com a mão dianteira. Pode estender-se até 200 mm para baixo, medidos da linha do eixo do cano.

#### 7.4.5.3 Carabina a 300 M

As regras para as carabinas a 300m são as mesmas que para as carabinas a 50 m (homens e senhoras). Ver tabela 7.4.5. e a Tabela de Especificações para Carabina.

#### 7.4.6 Munições

Distância	Calibre	Outras especificações
50 m	5.6 mm (.22"L.r.)	<i>Long Rifle</i> de Percussão lateral. Unicamente projecteis feitos de chumbo



		ou de material macio semelhante
10 m	4.5 mm (.177")	Projecteis de qualquer formato feitos de chumbo ou de qualquer material macio semelhante
300 m	Máximo 8 mm	Munição de qualquer tipo que possa ser disparada sem perigo para o atirador ou para o pessoal da Carreira. São proibidas munições tracejantes, perfurantes ou incendiárias.

## 7.5. Regras de vestuário

Ver capítulo das Regras Técnicas Gerais a respeito do controlo e teste de vestuário (Regra 6.7).

### 7.5.1. Normas gerais para vestuário de carabina

7.5.1.2. Todo o vestuário de carabina pode ser inspeccionado numa verificação única no decurso de um "Campeonato ISSF" .

O certificado aí obtido deve ser guardado junto do respectivo equipamento inspeccionado. Qualquer equipamento ou acessório que tenha sido inspeccionado e posteriormente alterado tem de ser obrigatoriamente reinspeccionado.

7.5.1.3 Todos os casacos de tiro, calças de tiro e luvas devem ser feitos em material flexível cujas características físicas não se alterem, isto é, não endureçam ou engrossem sob condições geralmente aceites para a prática de tiro.

Todos os forros, protecções e reforços têm que obedecer às mesmas especificações. Os forros e as protecções não podem ser acolchoados, pespontados em cruz, colados ou fixados por qualquer forma ao vestuário exterior que não seja pelo sistema de costura normal. Os forros e as protecções devem ser medidos como fazendo parte do vestuário.



7.5.1.4 Apenas um (1) casaco de tiro, um (1) par de calças e um (1) par de sapatos de tiro pode ser aprovado pelo Controlo de Equipamento para cada atleta, para todas as competições de carabina do mesmo campeonato. Se o atleta tiver mais que uma (1) peça de cada tipo (casaco de tiro, par de calças e par de sapatos de tiro) que tenha sido aprovado pelo Controlo de Equipamento, deve declarar qual dos equipamentos irá utilizar nessa competição. Isto não impede um atleta de utilizar calças de fato de treino ou sapatos de ténis em qualquer competição ou posição de tiro. O casaco deve poder ser usado nas três (3) posições (deitado, de pé e de joelhos) e tem de estar de acordo com as restantes especificações para poder ser aprovado. Qualquer peça de vestuário que não passe no controlo pode ser testada de novo após ter sofrido alterações.

**7.5.1.5** Antes e durante os controlos, o vestuário não pode ser temporariamente manipulado por calor ou outros meios. Podem ser efectuadas alterações permanentes ao vestuário. As peças de vestuário podem ser removidas da sala de Controlo de Equipamentos para esse fim e voltarem a ser submetidas novamente a controlo. Se qualquer peça de vestuário for novamente submetida a um segundo ou subsequente controlo durante o mesmo Campeonato, será aplicada uma taxa de reinspecção de EUR 20,00.

**7.5.1.6** A manipulação de qualquer material depois de ter sido examinado (sprays, etc.) serão penalizada de acordo com as regras.

**7.5.1.7** Se forem usados calções durante as competições, a parte inferior da perna do calção não pode estar acima de 15 cm medidos desde o centro da rótula.

## **7.5.2 Medição do vestuário**

### **7.5.2.1 Espessura**



O vestuário de competição de carabina deve cumprir com seguintes regras de espessura:

Localização da Medição	Espessura	Casacos	Calças	Botas de Tiro	Luva	Roupa interior
Normal	Única	2.5 mm	2.5 mm	4.0 mm	-----	2.5 mm
Normal	Dupla	5.0 mm	5.0 mm	-----	-----	5.0 mm
Normal	Total	-----	-----	-----	12.0 mm	-----
Reforços	Único	10.0 mm	10.0 mm	-----	-----	-----
Reforços	Duplo	20.0 mm	20.0 mm	-----	-----	-----

O vestuário com qualquer medida superior à medida da espessura regulamentada no quadro anterior não deverá ser aprovado (tolerância zero).

#### 7.5.2.2 Medição de rigidez

O vestuário de competição de carabina deve cumprir com os seguintes parâmetros de rigidez:

- Se o cilindro de medição comprimir o material em pelo menos 3,0 mm, o material é aceitável.
- Se a medida obtida ficar abaixo dos 3,0 mm, o material é demasiado rígido. Não pode ser aprovado nenhum equipamento que, ao ser submetido a controlo de rigidez, fique abaixo da medição mínima de 3,0 mm.
- Cada parte/painel do casaco ou das calças deve ser capaz de ser medido com o cilindro de medição de 60 mm de diâmetro. Se o painel for demasiado pequeno para teste normal (não seja plano numa área de pelo menos 60 mm), a medição deve ser feita sobre a costura.

#### 7.5.2.3 Flexibilidade da sola das botas de tiro



A sola das botas dos atletas deve dobrar, no mínimo, 22,5 graus quando for aplicada na área do calcanhar uma força de 15 Newton-metros, estando a bota fixada no dispositivo de teste.

### **7.5.3 Calçado de Tiro**

É permitido, em todas as posições de tiro, o uso de sapatos do tipo normal ou ténis.

Nas competições de 10m e de 3 Posições a 50m podem ser usadas botas de tiro que não excedam as seguintes especificações. Nas competições de carabina deitado não podem ser usadas botas de tiro.

**7.5.3.1** O material da parte superior das botas de tiro (acima da linha da sola) deve ser de material macio e flexível, que não tenha mais 4 mm de espessura, incluindo todos os revestimentos, quando medidos em quaisquer das superfícies planas, tais como no ponto D do desenho da bota de tiro abaixo apresentada.

**7.5.3.2** A sola das botas de tiro deve ser toda construída no mesmo material, e terá de ser flexível em toda a parte frontal do pé. Os atletas podem usar palmilhas removíveis ou taloeiras nas botas de tiro, mas todas estas inserções devem ser igualmente flexíveis na parte frontal do pé.

**7.5.3.3** Para demonstrar que as solas são flexíveis, os atletas devem andar normalmente (do calcanhar ao dedo do pé) em todos os momentos, enquanto estão no posto de tiro e na área de retaguarda. Um aviso será dado ao atirador que pela primeira vez cometer esta infração; a penalização de dois pontos e desqualificação serão dadas por violações subsequentes.

**7.5.3.4** A altura da bota de tiro, medida da parte debaixo da sola até ao ponto mais alto (Dimensão C, Quadro sapatos de tiro) não deve exceder dois terços (2/3) do comprimento da bota de tiro (Dimensão B + 10 milímetros).

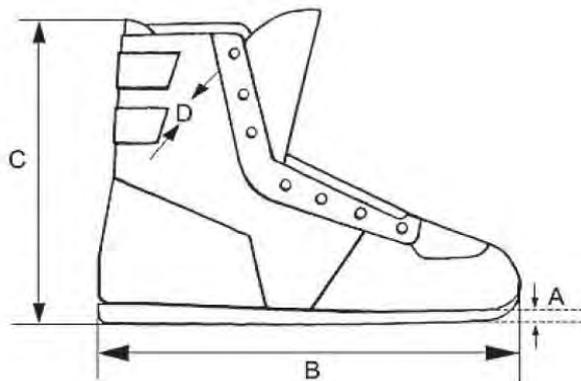


(Exemplo: Se o comprimento da bota de tiro for de 290 mm (B) adicionam-se 10 mm (E) e o comprimento total da bota de tiro será contabilizado em 300 mm, pelo que a altura (C) não deve ser superior a 200 mm).

**7.5.3.5** Se um atleta usar botas de tiro, devem constituir um par externamente.

#### **7.5.3.6 Medidas das botas de tiro**

As botas de tiro dos atletas não devem exceder as dimensões máximas mostradas no desenho e no quadro:



A.	Espessura máxima da sola na biqueira é de: 10 mm.
B.	Comprimento total da bota de tiro: deve ser de acordo com o tamanho do pé do atleta.
C.	Altura máxima da bota de tiro: não pode exceder os dois terços (2/3) do comprimento de B.
D.	O material da parte superior da bota de tiro deve ter a espessura máxima de 4 mm.
A sola da bota de tiro deve seguir a curvatura exterior da bota, e não pode ter mais do que 5,0 mm para além das dimensões externas da bota, em qualquer ponto. A biqueira e o calcanhar das botas de tiro não podem ter um corte quadrado ou recto.	

#### **7.5.4 Casaco de tiro**



**7.5.4.1** O corpo e as mangas do casaco, incluindo o forro, não devem exceder a espessura de 2,5 mm nas partes com painel simples, ou 5,0 mm nas partes com painel duplo, em qualquer ponto de todas as superfícies planas que possam ser objecto de medição. A altura do casaco não pode ultrapassar a linha limite inferior do punho fechado com o braço estendido na vertical (ver Figuras da Regra 7.5.4.9).

**7.5.4.2** O casaco só pode ser fechado por meios não ajustáveis, i.e., botões ou fechos de correr. No sítio em que for fechado, a medida máxima permitida para o assertoado é de 100 mm (ver Figuras da Regra 7.5.4.9). O casaco deve poder-se vestir à vontade. Para verificar se não está demasiadamente apertado justapõem-se as abas frontais uma sobre a outra, devendo a orla ultrapassar a posição normal de fechado em pelo menos 70 mm, medidos desde o centro do botão até ao bordo exterior da respectiva casa. A medição deve ser efectuada com os braços pendentes. A medida pode ser realizada manualmente ou com medidor apropriado, aprovado pela ISSF, com uma tensão de 6 a 8 Kg. A área envolvente das casas dos botões não pode exceder 12 mm e pode exceder a espessura permitida de 2.5 mm.

**7.5.4.3** É proibida toda a espécie de correias, atacadores, fechos ou quaisquer sistemas que possam servir de suporte artificial à postura do atirador. No entanto, permite-se um fecho de correr ou o máximo de duas correias para segurar o material solto na zona do chumaço do ombro (ver Figuras da Regra 7.5.4.9).. Para além do especificado nas presentes regras e figuras, não é permitida a utilização de qualquer outro fecho de correr ou sistema de ajuste.

**7.5.4.4.** A construção do painel para as costas pode incluir uma ou mais peças, mas não é permitido que torne o casaco rígido ou reduza a sua flexibilidade. Todas as partes que compõem o painel devem obedecer ao limite de 2.5mm de espessura máxima e ter o mínimo de 3.0 mm de rigidez, quando medidos sobre uma superfície plana.



**7.5.4.5** A construção do painel lateral não pode ter nenhuma costura horizontal ou costuras, sob o cotovelo do braço de apoio na posição de pé.

**7.5.4.6** O atleta deve ser capaz de estender completamente os dois braços (endireitar as mangas), quando tiver o casaco vestido e totalmente abotoado. Na posição de deitado e de joelhos, a manga do casaco de tiro não pode ultrapassar o limite do pulso do braço a que está presa a bandoleira. A manga não pode ser colocada entre a mão ou luva e o fuste da coronha quando o atleta estiver na posição de tiro.

**7.5.4.7** Nenhum velcro, substância pegajosa, líquido ou pulverização pode ser aplicado dentro ou fora dos casacos de tiro, nas protecções, nos sapatos e em qualquer outra peça do equipamento ou no solo do posto de tiro. É permitido raspar o material de que o casaco é feito.

As violações a esta norma serão penalizadas de acordo com as Regras.

**7.5.4.8** Os casacos de tiro podem ter reforços de protecção, apenas nas suas superfícies exteriores, sujeitos às seguintes limitações:

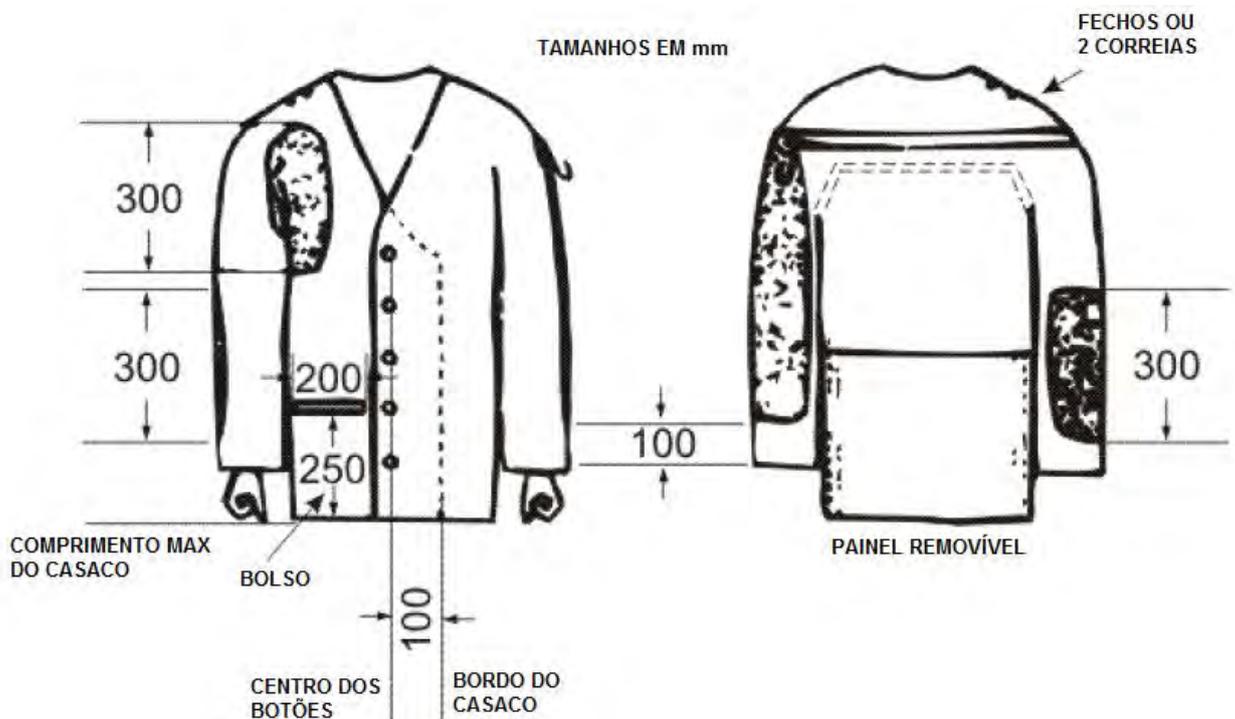
- Espessura máxima, incluindo o material do casaco e os forros: 10 mm nas partes com painel simples ou 20 mm nas partes com painel duplo;
- Os reforços podem ser colocados em ambos os cotovelos mas não podem ultrapassar metade (1/2) da circunferência da manga. No braço em que for presa a bandoleira, o reforço pode estender-se desde a parte superior do braço até 100mm do extremo da manga. O reforço na outra manga não pode ter mais de 300mm de comprimento.
- Para evitar que a bandoleira deslize, esta pode ser fixada à parte exterior da manga ou na costura do ombro do braço da bandoleira, desde que o seja apenas com um (1) gancho, dispositivo de botão ou cinto, ou dispositivo similar;

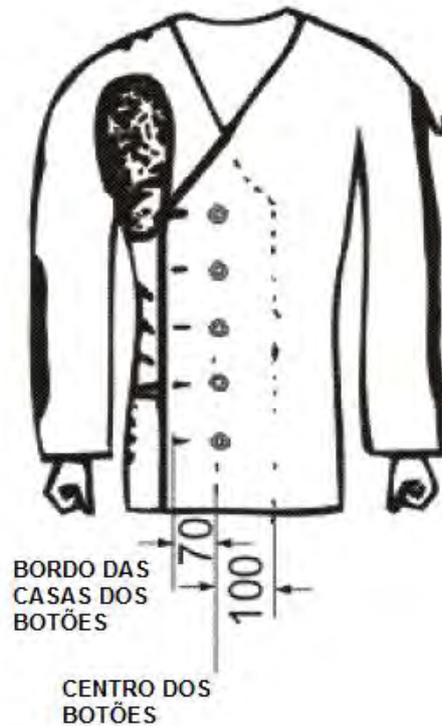


- O reforço do ombro onde a chapa de coice encosta não deve ser superior a 300 mm na sua dimensão maior (ver Figuras da Regra 7.5.4.9).;
- São proibidos todos os bolsos interiores.
- É autorizado um (1) único bolso exterior, localizado na frente direita (frente esquerda, para os atiradores esquerdinos) do casaco. O tamanho máximo do bolso é de 250 mm de altura, medidos a partir da extremidade inferior do casaco, por 200 mm de largura.

#### 7.5.4.9 Medidas do Casaco de tiro

Os casacos de tiro devem cumprir as especificações apresentadas no desenho:





### 7.5.5 Calças de tiro

**7.5.5.1.** As calças, incluindo os forros, não podem exceder 2,5 mm nas partes com painel simples, ou 5,0 mm nas partes com painel duplo, em qualquer ponto de todas as superfícies planas que possam ser objecto de medição. A parte superior das calças não pode ser ajustada nem usada acima de 50mm da crista do osso do quadril.

São proibidos quaisquer bolsos.

São proibidos atacadores, fechos de correr ou quaisquer outros processos que permitam apertar as calças em volta das pernas ou das ancas. As calças só podem ser seguras por meio de um cinto normal que não tenha mais de 40mm de largura e 3mm de espessura ou com recurso a suspensórios elásticos.

Caso se utilize um cinto na posição de pé, a fivela ou o fecho não podem ser usados para apoiar o braço esquerdo ou o cotovelo. O cinto não pode estar dobrado em dois, ou em três, etc., debaixo do braço esquerdo ou do cotovelo. Se as calças tiverem cós, este não pode ter uma altura superior a 70 mm. Se o



cós tiver mais de 2.5mm de espessura não é permitido o uso de cinto. Se não for utilizado cinto a espessura máxima do cós é de 3.5mm. Não são permitidas mais do que sete (7) presilhas, com a largura máxima de 20mm, cada uma, devendo distar entre elas, pelo menos, 80mm. As calças poderão ser apertadas com um único gancho ajustável em não mais de 5 ilhoses, ou em não mais de 5 botões de pressão ajustáveis, ou com processo semelhante ou ainda com "velcro". Apenas é permitido um único sistema para apertar as calças. Não pode combinar-se o "velcro" com qualquer dos outros sistemas. As calças devem estar largas em volta das pernas. Se não forem utilizadas calças especiais para o tiro, poderão usar-se quaisquer outras desde que não suportem artificialmente qualquer parte do corpo do atleta.

**7.5.5.2** Fechos de correr, botões, "velcro" ou sistemas de fecho similares não ajustáveis só podem ser usados nos seguintes lugares:

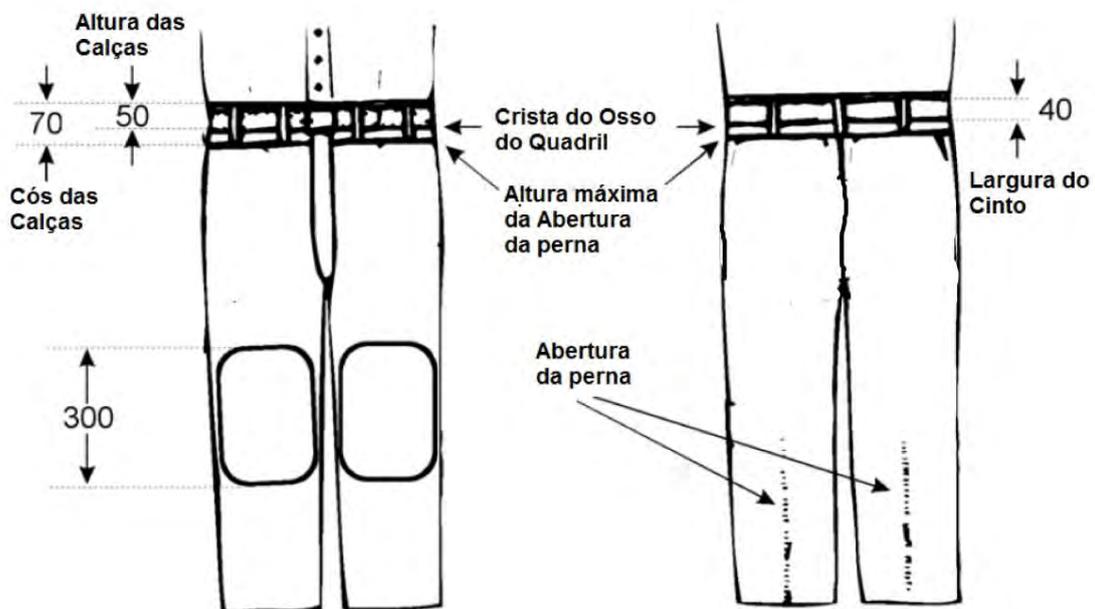
- Um único na braguilha, que não pode prolongar-se abaixo do nível do gancho entrepernas;
- São permitidos quaisquer outros orifícios que não possam ser fechados;  
e
- Um único fecho de correr em cada perna.
- O início da abertura do fecho de correr não pode começar a menos de 70 mm da parte superior das calças. Pode, no entanto, prolongar-se até ao fundo da perna (ver Figuras das Regras 7.5.4.9 e 7.5.5.5). É permitido um fecho de correr na frente da parte de cima da perna ou na parte de trás da perna mas não em ambas as faces da mesma perna.
- As calças podem ter reforços em ambos os joelhos. Estes não podem ter uma altura superior a 300mm. A largura não pode ser superior a metade do diâmetro da perna das calças. A espessura do reforço, incluindo o material de que as calças forem feitas e quaisquer forros não pode ultrapassar os 10 mm, (ou 20 mm quando o painel das calças for duplo).



**7.5.5.4** As calças de tiro não podem ser usadas nas competições de carabina deitado, mas podem ser usadas na posição de deitado da competição de Carabina em 3 posições.

#### **7.5.5.5 Medidas das calças de tiro**

As calças de tiro devem cumprir as especificações apresentadas no desenho seguinte:



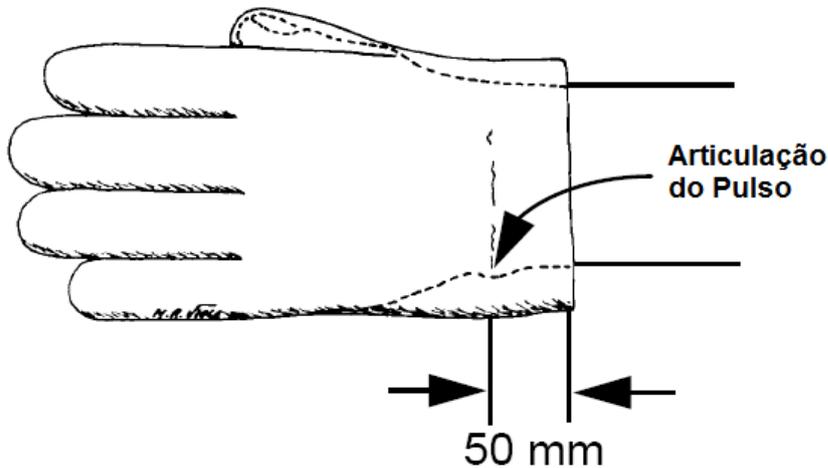
#### **7.5.6. Luvas de Tiro**

**7.5.6.1** A espessura total da luva de tiro não pode exceder os 12mm, quando medida por sobreposição da palma e das costas, fora de qualquer costura ou junta.

**7.5.6.2** A luva de tiro não pode ultrapassar o pulso para além de 50mm, medidos a partir do centro da respectiva articulação (ver Figura seguinte). É



proibido usar correias ou outros sistemas para fechar a luva em volta do pulso. No entanto, a luva pode ter um elástico em volta de parte do pulso para permitir calcá-la, embora deva ficar folgada em volta dele.



#### **7.5.7. Vestuário interior do atleta**

**7.5.7.1** A espessura do vestuário usado sob o casaco de tiro não pode exceder 2,5 mm ou 5 mm quando dobrado. Aplica-se o mesmo princípio relativamente a todo o vestuário usado sob as calças de tiro.

**7.5.7.2.** Este vestuário, usado sob o casaco ou as calças, só pode ser constituído por roupa interior normal e/ou fatos de treino que não imobilizem ou reduzam indubitavelmente o movimento das pernas, do corpo ou dos braços do atleta. É proibido qualquer outro vestuário interior.

#### **7.5.8 Equipamento e Acessórios**

##### **7.5.8.1 Telescópios**

É permitido utilizar, apenas nas competições de 50 m e 300 m, telescópios destinados a observar os impactos e a analisar o vento, desde que não estejam acoplados à carabina.



#### **7.5.8.2. Bandoleira da Carabina**

A bandoleira não pode ter uma largura superior a 40 mm. A bandoleira deve ser usada apenas na parte superior do braço esquerdo e a partir daí ser ligada ao fuste da coronha da carabina. A bandoleira pode ser fixada ao fuste da carabina num único ponto. A bandoleira deve passar só de um lado da mão ou do pulso. Nenhuma parte da carabina pode tocar na bandoleira ou em qualquer dos seus acessórios, excepto na peça de fixação da bandoleira e no handstop.

#### **7.5.8.3 Descanso da Carabina**

O uso do suporte para descanso da carabina, entre disparos, é permitido, desde que não esteja acima da linha dos ombros do atleta, quando este está na posição de pé. O suporte para descanso da carabina não pode ser colocado à frente da mesa do posto de tiro quando o atleta está na posição de pé. Um rolo, do tipo que é utilizado na posição de joelhos, pode ser usado para poisar a arma, entre disparos. Deve haver um cuidado especial para que o suporte para descanso da carabina não interfira com o atleta do posto de tiro adjacente. Por razões de segurança, quando a carabina se encontra no suporte deve estar sempre segura pelo atleta.

#### **7.5.8.4 Estojos ou malas de acessórios de tiro**

Os estojos ou malas de acessórios de tiro não podem ser colocados à frente do ombro mais avançado do atirador quando este se encontra na linha de tiro, excepto na posição de pé, quando o estojo ou mala de acessórios de tiro, a mesa ou a bancada sirvam para poisar a carabina nos intervalos dos disparos. O estojo ou mala de acessórios de tiro, a mesa ou a bancada devem ser de tamanho ou forma que não interfira com os atletas que se encontram nos postos de tiro adjacentes nem possam servir de pára-vento.

#### **7.5.8.5 Rolo para a posição de joelhos**



É permitido utilizar apenas um único rolo, de forma cilíndrica, para executar o tiro na posição de joelhos. As dimensões máximas do rolo são 25 cm de comprimento por 18 cm de diâmetro. Deve ser feito de material macio e flexível. Não é permitida qualquer atadura para dar forma ao rolo.

#### **7.5.8.6 Almofada para a posição de joelhos**

Um pedaço de material compressível flexível, com a máxima dimensão de 20 cm x 20 cm pode ser colocado sobre o calcanhar na posição de joelhos. Esta almofada do calcanhar não pode ter mais do que 10 milímetros de espessura, quando comprimida com o dispositivo utilizado para medição da espessura do vestuário de carabina.

#### **7.5.8.7 Pala ou boné**

Um boné ou uma pala podem ser usados, mas não podem tocar ou apoiar nas miras posteriores (diópter) enquanto o atleta está a disparar. O boné ou a pala não se podem estender para a frente da testa do atleta mais do que 80 mm e não podem ser usados por forma a que façam obstrução visual a um dos olhos do atleta.

### **7.6. PROCEDIMENTOS E REGRAS DE COMPETIÇÃO**

#### **7.6.1 Posições de tiro**

##### **7.6.1.1 Deitado:**

- O atleta deverá deitar-se directamente no chão do posto de tiro ou sobre um tapete de tiro.
- Pode também usar um tapete para poisar os cotovelos.



- O corpo fica estendido no posto de tiro com a cabeça na direcção do alvo.
- A carabina deve ficar apoiada unicamente em ambas as mãos e no ombro.
- A face pode encostar-se à coronha.
- A carabina pode ser segura com o auxílio da bandoleira mas o fuste, na parte atrás da mão esquerda, não pode tocar no casaco de tiro.
- Parte alguma da carabina pode tocar na bandoleira ou nos seus acessórios.
- A carabina não pode tocar, ou apoiar-se, em qualquer outro ponto ou objecto.
- Os antebraços e as mangas do casaco de tiro devem estar visivelmente levantados, a partir do cotovelo, relativamente à superfície do posto de tiro.
- O eixo do antebraço em que estiver presa a bandoleira deve formar com a horizontal um ângulo que não seja inferior a 30 graus.
- O braço ou a mão direita não podem tocar no braço esquerdo, no casaco ou na bandoleira.
- As calças de tiro não podem ser usadas nas competições de carabina deitado.

#### **7.6.1.2 De Pé**



- O atleta deve estar em pé directamente em contacto com o solo do posto de tiro, ou sobre uma carpete ou tapete, e sem qualquer outro apoio.
- A carabina deve ser suportada por ambas as mãos e pelo ombro ou pela parte de cima do braço junto ao ombro e pela parte do peito adjacente ao ombro direito.
- A face pode ser encostada à coronha.
- A carabina não pode, porém, tocar no casaco ou no peito para além da área do ombro direito.
- O braço que suporta a arma e o respectivo cotovelo podem apoiar-se no peito ou no quadril. Se for utilizado um cinto, uma fivela ou um sistema de aperto rápido não podem servir de apoio para o braço ou cotovelo.
- A arma não pode tocar ou apoiar-se em qualquer outro ponto ou objecto.
- Pode usar-se o apoio de mão, excepto nas competições de Carabina Standard a 300 m e de Carabina de Ar Comprimido a 10 m.
- Nas competições de Carabina Standard a 300 m e de Carabina de Ar Comprimido a 10 m, não é permitido, nesta posição, o uso da peça de fixação da bandoleira e do handstop.
- Nesta posição, o uso de bandoleira é proibido.
- A mão direita não pode tocar na mão esquerda, no braço esquerdo ou na manga esquerda do casaco de tiro.

#### **7.6.1.3. Posição de joelhos**



- O chão do posto de tiro pode ser tocado com a biqueira do pé direito, o joelho direito e o pé esquerdo.
- A carabina deve ser suportada por ambas as mãos e pelo ombro direito.
- A face pode ser encostada à coronha.
- O cotovelo esquerdo deve estar apoiado no joelho esquerdo.
- A extremidade do cotovelo não pode ficar a mais de 100 mm além, nem a menos de 150 mm aquém, da extremidade do joelho.
- A carabina pode ser segura com o auxílio da bandoleira, mas o fuste, na parte atrás da mão esquerda, não pode tocar a manga do casaco.
- Parte alguma da carabina pode tocar na bandoleira ou nos seus acessórios.
- A carabina não pode tocar ou apoiar-se em qualquer outro ponto ou objecto.
- No caso de ser usado um rolo sob o peito do pé direito, este não pode virar mais do que 45 graus.
- Caso o rolo não seja utilizado, o pé pode ser colocado em qualquer ângulo. Sendo permitido assentar a parte lateral do pé e a parte inferior da perna no solo do posto de tiro ou no tapete de tiro.
- Parte alguma da coxa ou das nádegas pode tocar a superfície do posto de tiro ou o tapete, em qualquer ponto.
- Se o atirador usar o tapete de tiro, poderá ajoelhar-se completamente sobre ele ou ter um (1) ou dois (2) de três (3) pontos de contacto (biqueira,



joelho, pé) no tapete. Não pode ser colocado sob o joelho direito qualquer outro equipamento ou almofada.

- Entre as nádegas e o calcanhar só podem ser usadas as calças e a roupa interior, podendo, no entanto, ser usada uma almofada . Nem o casaco nem qualquer outro artigo podem ser colocados entre estes dois pontos.
- A mão direita não pode tocar na mão esquerda, no braço esquerdo, na manga esquerda do casaco de tiro e na bandoleira.

## **7.7 Competições de carabina**

Veja a tabela de eventos de carabina, Regra 7.9

7.7.1 As competições de carabina a 50m e a 300m, em 3 posições, são disparadas pela seguinte ordem:

### **De joelhos - deitado – de pé.**

7.7.2 Um período de 15 minutos de preparação e ensaio é dado antes do início do tempo de Prova (Regra 6.11.1.1).

7.7.3 Nas competições de 3 Posições, os atletas estão autorizados a mudar para alvos de ensaio depois de terem completado a posição de tiro de joelhos e a posição de tiro deitado.

Os atletas podem disparar tiros de ensaio ilimitados antes de iniciar a competição de tiro na posição de deitado ou na posição de pé. Não será concedido qualquer tempo adicional para estes tiros de ensaio.

## **7.8. PROCEDIMENTOS PARA A CLASSIFICAÇÃO - INDICAÇÃO DOS**



## IMPACTOS A 300 M ALVOS DE PAPEL

**7.8.1** Logo que receba a indicação, o Marcador deve assinalar o impacto.

A indicação dos impactos far-se-á de acordo com o sistema seguinte:

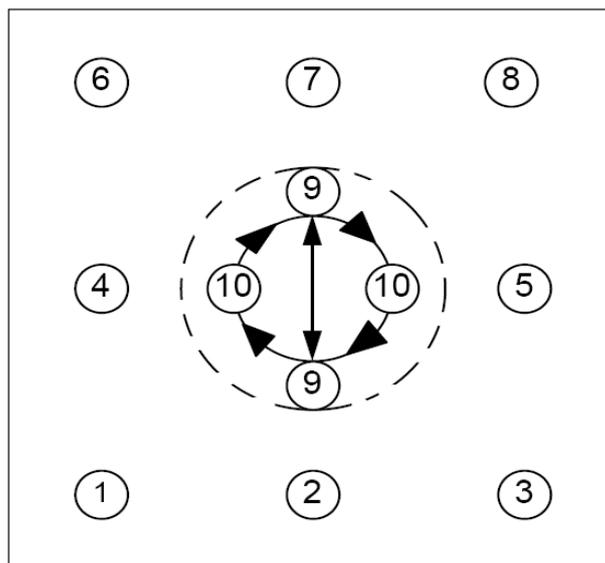
Logo que receba o sinal respectivo, o Marcador deverá:

- Baixar o alvo;
- Cobrir o furo do impacto com uma pastilha transparente, e o do impacto precedente com uma pastilha de cor contrastante.
- Subir o alvo.
- Mostrar o valor do impacto mediante a utilização de um disco.
- Quando for utilizado o sistema de disco para indicar o valor dos impactos deverá usar-se para o efeito um disco circular, fino, com o diâmetro de 200mm a 250 mm. O disco deve estar pintado de preto numa face e de branco na outra, e montado numa vara geralmente fixada na face branca, 30mm a 50mm à direita do centro.
- O **valor** dos impactos é indicado pela forma seguinte:
  - Marca-se a posição do último.
  - Os valores 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, e 8 assinalam-se colocando o disco no lugar apropriado, virando a face negra para a linha de tiro e com o alvo subido, como mostra a figura.
  - Se o impacto corresponder a um 9, move-se o disco duas vezes para baixo e para cima sobre a zona negra do alvo, com a face branca virada para a linha de tiro;



- Se o impacto corresponder a um 10, fazem-se dois movimentos circulares com o disco, no sentido dos ponteiros do relógio, sobre a zona negra do alvo, com a face branca virada para a linha de tiro, conforme indicado na figura.
- Um tiro que não tenha atingido o alvo é assinalado balançando à sua frente, por três ou quatro vezes, a face negra do disco;
- Caso o impacto esteja no alvo, mas fora das zonas de marcação, far-se-á em primeiro lugar o sinal como no número anterior, indicando-se depois a sua localização.

#### Diagrama de sinalização dos impactos



**7.8.4 O alvo de ensaio** deve estar sempre claramente assinalado no canto superior direito com uma faixa diagonal negra que deve ser perfeitamente visível a olho nu e à distância apropriada em condições de luz normais. No caso de carreiras de tiro com fosso, os alvos de ensaio não deverão voltar a aparecer logo que o atirador iniciar os tiros de prova.

### 7.9. Quadro das Disciplinas de Carabina

<b>Disciplina</b>	<b>Homens/Senhoras</b>	<b>N.º de tiros</b>	<b>Números de tiros por Alvo (papel) de Competição</b>	<b>N.º de alvos de ensaio (papel)</b>	<b>Tempo Sistemas para alvos de papel</b>	<b>Tempo Alvos Electrónicos</b>
<b>Carabina de Ar Comprimido a 10m</b>	Homens	60	1	4	1 hora e 15 minutos 50 minutos	1 hora e 15 minutos 50 minutos
	Senhoras	40				
<b>Carabina 50m 3Posições</b>	Homens	120	1	4 para cada posição	3 horas e 15 minutos	2 horas e 45 minutos
<b>Carabina 50m 3Posições</b>	Senhoras	60	1	4 para cada posição	2 horas	1 hora e 45 minutos
<b>Carabina 50m Deitado</b>	Homens e Senhoras	60	1	4	1 hora	50 minutos
<b>Carabina 300m 3Posições</b>	Homens	120	10	1 para cada posição	3 horas e 30 minutos	3 horas
<b>Carabina 300m 3Posições</b>	Senhoras	60	10	1 para cada posição	2 horas e 15 minutos	2 horas
<b>Carabina 300m Deitado</b>	Homens e Senhoras	60	10	1	1 hora e 15 minutos	1 hora
<b>Carabina Standard 300m – 3Posições</b>	Homens	60	10	1 para cada posição	2 horas e 15 minutos	2 horas

Nota: O período combinado de 15 minutos de preparação e ensaio começa antes da hora estabelecida para o início da competição.



### 7.10 Quadro das Especificações da Carabina

Disciplina	Peso Máximo	Gatilho	Comprimento máximo do cano/sistema	Munições	Furo e apoio para o polegar, apoio para o cutelo da mão, nível de álcool	Outras especificações
Carabina de Ar Comprimido 10m	5,5 kg (homens/senhoras)	Nenhum gatilho fixo	850 mm (sistema)	4,5 mm (.177")	Não	Sem bipé
Carabina 50m 3 Posições e Deitado	8,0 kg (homens)	Sem Restrições	Sem Restrições	5,6 mm (.22") Long Rifle	Sim - Apoio de mão só na Posição de Pé	
Carabina 50m 3 Posições e Deitado	6,5 kg (senhoras)	Sem Restrições	Sem Restrições	5,6 mm (.22") Long Rifle	Sim - Apoio de mão só na Posição de pé	
Carabina 300m 3 Posições e Deitado	8,0 kg (homens)	Sem Restrições	Sem Restrições	Máximo 8 mm	Sim - Apoio de mão só na Posição de pé	Largura máxima da fita de mira = 60 mm
Carabina 300m 3 Posições e Deitado	6,5 kg (senhoras)	Sem Restrições	Sem Restrições	Máximo 8 mm	Sim - Apoio de mão só na Posição de pé	Largura máxima da fita de mira = 60 mm
Carabina Standard 300 m 3 Posições	5,5 kg (homens)	Nenhum gatilho fixo Peso do gatilho: 1500g	762 mm (cano)	Máximo 8 mm	Não	Largura máxima da fita de mira = 60 mm Sem bipé ou outro apoio

Nota: A pesagem da carabina é feita com todos os acessórios (incluindo o apoio de mão e o *handstop*, se forem usados).

## 7.11 INDICE

3 Posições – Sequência de disparo	7.7.2
3 Posições - Tempo combinado de preparação e ensaio	7.7.3
3 Posições – Transição e mudança de posição	7.7.4
Acessórios	7.5.8
Alteração temporária de roupa	7.5.1.6
Alteração permanente de roupas	7.5.1.6
Alterar uma carabina depois do controle	7.4.1.1
Alterar uma ou mais partes da carabina na competição	7.4.1.1
Aplicação das Regras a todas as competições de Carabina	7.1.1
Apoio para o polegar - Carabina Standard 300m , Carabina 10m	7.4.2.2
Apoio de mão - Carabina Standard 300m, Carabina 10m	7.5.3.6
Apoio de mão - Carabina 50m / Carabina 300m	7.5.3.2
Atirador canhoto - Pontaria à direita / Atirador Dextro – Pontaria à esquerda	7.4.1.5
Atleta Canhoto - Atleta Dextro	7.1.3
Atleta Dextro - Atleta canhoto	7.1.3
Atleta dextro -pontaria com olho esquerdo / atleta canhoto – pontaria com olho direito	7.4.1.5
Bandoleira	7.5.8.2
Bolha de nível - Carabina Standard 300m, Carabina de 10m	7.4.2.2
Boné ou Pala	7.5.8.7
Buraco do polegar - Carabina Standard 300m, Carabina 10m	7.4.2.2
Calças de tiro	7.5.5
Calças de tiro – Banda de Cintura: largura dispositivo, fecho	7.5.5.1
Calças de tiro - Cinto	7.5.5.1
Calças de tiro - Cinto de cintura: apoiar o braço ou cotovelo	7.5.5.1
Calças de tiro - Cintos e suspensórios	7.5.5.1
Calças de tiro - Desenho	7.5.5.5
Calças de tiro - Dispositivos de Fecho: pernas das calças	7.5.5.2
Calças de tiro - Espessura	7.5.5.1
Calças de tiro - Os dispositivos de fecho	7.5.5.1
Calças de tiro - Os dispositivos de fecho : abas	7.5.5.2
Calças de tiro - Reforços	7.5.5.2
Calças de tiro - Soltas ao redor das pernas	7.5.5.1
Calças de tiro - Topo das calças	7.5.5.1
Calças de tiro – Velcros e fechos	7.5.5.2
Cano - comprimento - Carabina Standard 300m	7.4.3
Canos	7.4.1.4
Carabina Procedimentos e regras de competição	7.6
Carabina 50m	7.4.5



Carabina 3 Posições, tempo combinado de preparação e ensaio	7.7.3
Carabina 3 Posições, mudança de alvos após cada posição	7.7.4
Carabina de Ar Comprimido a 10m	7.4.4
Carabina a 50m para homens / senhoras	7.1.4
Carabina a 300m	7.4.5 / 7.10
Carabina Standard a 300m	7.4.3
Carabinas e Munições	7.4
Características do vestuário de tiro	7.5.2
Casacos de Tiro	7.5.4
Casaco de tiro – Comprimento do corpo e mangas	7.5.4.1
Casaco de tiro - Bolso	7.5.4.8
Casaco de tiro - Construção do painel traseiro	7.5.4.4
Casaco de tiro - Desenho	7.5.4.9
Casaco de tiro - Fechos: não ajustáveis	7.5.4.2
Casaco de tiro - Fecho	7.5.6.2
Casaco de tiro – Extensão dos braços	7.5.4.6
Casaco de tiro - Material solto na área do ombro	7.5.4.3
Casaco de tiro - Painel lateral com costuras horizontais	7.5.4.5
Casaco de tiro - Reforços	7.5.4.8
Casaco de tiro - Reforços: chapa de coice no ombro	7.5.4.8
Casaco de tiro - Reforços: cotovelos	7.5.4.8
Casaco de tiro - Reforços: espessura máxima	7.5.4.8
Casaco de tiro - Rugosidade	7.5.4.7
Casaco de tiro – Sobreposição de painéis	7.5.4.2
Casaco de tiro - Suporte artificial; tiras, laços, costuras, etc ...	7.5.4.3
Casaco de tiro - Tamanho do bolso	7.5.4.8
Casaco de tiro – Fixação da bandoleira	7.5.4.8
Casaco de tiro - Uso de substâncias pegajosas, líquidos, etc ...	7.5.4.7
Chapa de coice - Carabina standard 300m / Carabina de ar 10m	7.4.2.1
Chapa de coice - Carabina 50m / Carabina 300m	7.4.5.1
Compensadores	7.4.1.4
Competições para homens	7.1.4
Competições para senhoras	7.1.4
Comprimento do cano - Carabina Standard 300m	7.4.3
Comprimento do sistema de carabina - carabina de ar 10m	7.4.2.3
Conhecimento das regras	7.1.2
Controle após a competição / qualificação (Regra 6.7.0.2)	7.5
Coronha Carabina Standard 300m e de Carabina de Ar comprimido 10m	7.4.2
Descanso de Carabina Standard de 300m e Carabina de 10m	7.4.2.2
Descansos – Descansos de Carabina	7.5.8.3
Dispositivo dentro dos canos / tubos	7.4.1.4



Espessura	7.5.2.1
Espessura - Tabela	7.5.2.1
Competições de Carabina - ver tabela de competições de carabina (Quadro 7.9)	7.7
Eventos para senhoras	7.2
Extensão do punho	7.4.2.4
Filtros	7.4.1.5
Freios de boca	7.4.1.4
Gancho - Carabina 50m / Carabina 300m	7.4.5.1
Gatilhos Electrónicos	7.4.1.6
Imobilizar ou reduzir os movimentos	7.5.5.1
Indicação dos impactos 300m - alvos de papel	7.8
Inspeção do vestuário	7.5.1.2
Instrumentos de medição (Regra 6.5)	7.5
Lentes	7.4.1.5
Lentes de correcção	7.4.1.5
Luvas de Tiro	7.5.6
Luvas de tiro - Espessura	7.5.6.1
Luvas de tiro - Fecho	7.5.6.2
Mala e estojo de tiro	7.5.8.4
Manipulação de material / equipamento , após exame	7.5.1.7
Manipulação de material / equipamento, antes ou durante os controlos	7.5.1.6
Materiais para maior aderência - Carabina Standard 300m Carabina de Ar 10m	7.4.2.5
Materias para casacos, calças de tiro de tiro, luvas do atirador	7.5.1.3
Medidas de Carabina - Carabina 300m Standard / Carabina de Ar 10m	7.4.4
Miras	7.4.1.5
Miras - Lentes, lentes, filtros de luz do sistema	7.4.1.5
Munições	7.4.6
Normas para carabina standard 300m / Carabina 10m	7.4.2
Normas para todas as carabinas	7.4.1
Normas para carreiras de tiro e alvos	7.3
Número de casacos de tiro, calças e sapatos de tiro	7.5.1.4
Número de falhas no controlo de equipamentos / roupas de tiro	7.5.1.6
Óculos de correcção	7.4.1.5
Pala – No aparelho de pontaria posterior	7.4.1.5
Perfuração de Canos/extensores	7.4.1.4
Peso do gatilho - Carabina Standard 300m	7.4.3
Pesos - Carabina Standard 300m / Carabina de ar 10m	7.4.2.6
Posição de joelhos	7.6.1.3
Posições	7.6.1
Procedimentos após uma competição / qualificação (Regra 6.7.9.1)	7.5.
Procedimentos de pontuação - Indicação de tiros a 300m	7.8



Procedimentos e regras em competições de tiro	7.6
Protecção de Calcanhar na posição de joelhos	7.5.8.6
Punhos	7.4.1.3
Reforços - calças de tiro	7.5.5.3
Reforços - casaco de tiro	7.5.4.8
Reforços - Tabela	7.5.2.1
Remoção da carabina da linha de tiro - Carabina Standard 300m	7.4.3
Rigidez	7.5.2.2
Rolo na posição de joelhos	7.5.8.5
Roupa interior	7.5.7
Roupa interior - Regulamentos / Medidas	7.5.2
Sapato de tiro	7.5.3
Sapatos de tiro - par	7.5.3.5
Sapatos de Tiro - Material da parte superior	7.5.3.6
Sapatos de Tiro - Altura	7.5.3.6
Sapatos de Tiro - Desenho e tabela	7.5.3.6
Sapatos de Tiro - Flexibilidade da sola	7.5.3.3
Sapatos de Tiro - Par	7.5.3.5
Sapatos de Tiro – Material da Sola	7.5.3.6
Sapatos de Tiro - Teste do andar	7.5.3.3
Segurança	7.2
Sistemas de redução de oscilação ou movimento	7.5.5.1
Tabela das medidas da Carabina - Carabina Standard 300m, Carabina de Ar comprimido a 10m	7.4.3.2
Telescópios	7.5.8.1
Tiro de pé	7.6.1.2
Uma Carabina por competição	7.4.1.1
Vestuário do atleta (Regra 6.7.6)	7.5.1.7