



# REGULAMENTO DE CARABINA

PARA

CARABINA A 300 m

CARABINA STANDARD A 300 m

CARABINA A 50 m

CARABINA DE AR A 10 m

---

Edição de 2009 (1ª impressão Novembro de 2008)  
Efectivo desde 1 de Janeiro de 2009

---



## CAPÍTULOS

- 7.1. GENERALIDADES
- 7.2. SEGURANÇA
- 7.3. NORMAS GERAIS PARA CARREIRAS DE TIRO E ALVOS
- 7.4. EQUIPAMENTO E MUNIÇÕES
- 7.5. PROCEDIMENTOS E REGRAS DE COMPETIÇÃO
- 7.6. PROVAS COM CARABINA
  - 7.11.0 PROCEDIMENTOS PARA A CLASSIFICAÇÃO (INDICAÇÃO DE TIROS A 300 m )
  - 7.15.0 QUADRO DAS PROVAS COM CARABINA
  - 7.16.0 QUADRO DAS ESPECIFICAÇÕES DE CARABINA
  - 7.17.0 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 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 os regulamentos.
- 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

## 7.3 NORMAS GERAIS PARA CARREIRAS DE TIRO E ALVOS

As regras detalhadas para Alvos e Carreiras de Tiro estão referidas no Regulamento Técnico - Secção 6.

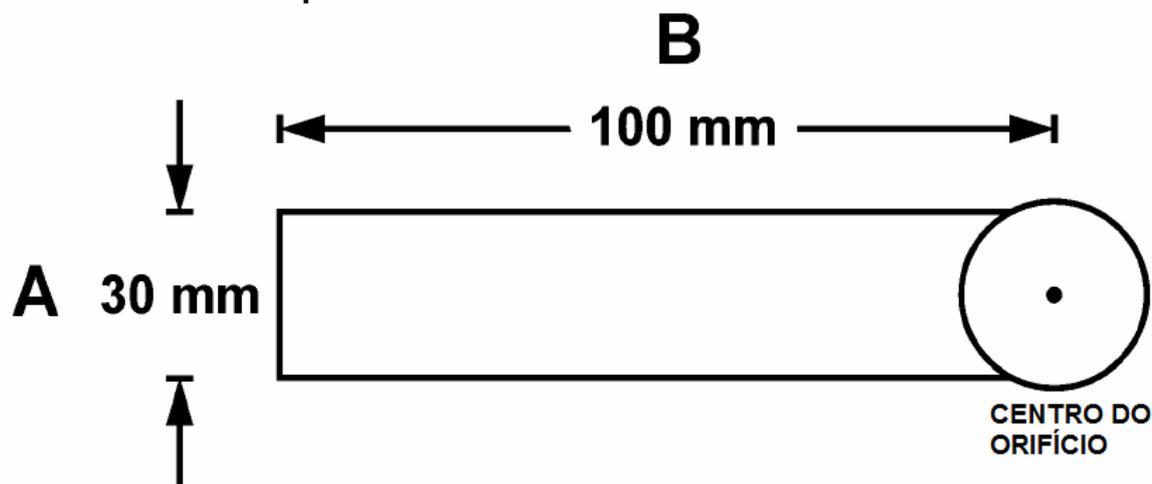
## 7.4 EQUIPAMENTO E MUNIÇÕES

- 7.4.1 **Características gerais para todas as carabinas**
- 7.4.1.1 **Empunhadura:** A empunhadura para a mão direita não pode ser construída por forma a ficar assente na braçadeira ou no braço esquerdo.
- 7.4.1.2 Os **canos** e extensões tubulares não podem ter qualquer perfuração. São proibidas quaisquer estruturas ou acessórios no interior do cano ou das extensões para além das estrias ou da câmara para o cartucho.
- 7.4.1.2.1 É proibido utilizar **compensadores e freios de boca**.
- 7.4.1.3 **Miras**



- 7.4.1.3.1 Não podem ser colocadas lentes de correcção nem telescópios nas carabinas.
- 7.4.1.3.2 O atirador pode usar óculos correctores e/ou filtros
- 7.4.1.3.3 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.
- 7.4.1.3.4 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.

7.4.1.3.4.1 **Pala na mira posterior**



- 7.4.1.3.5 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 aumentar. Este acessório não é permitido se o atirador dextro apontar com o olho direito, ou o esquerdino com o olho esquerdo.

**7.4.1.4 Gatilhos electrónicos** são permitidos desde que:

- 7.4.1.4.1 Todos os seus componentes estejam perfeitamente fixados e encaixados no mecanismo ou na coronha da carabina;
- 7.4.1.4.2 O gatilho seja accionado pela mão direita ou pela esquerda, conforme se trate de atiradores dextros ou esquerdinos;
- 7.4.1.4.3 Todos os componentes estejam incluídos quando a carabina for submetida à inspecção pela Secção de Controlo de Equipamento.



7.4.1.4.4 A carabina, com todos os componentes colocados satisfaça as exigências referentes às dimensões e peso para a prova em causa

#### 7.4.1.4.5 **Bandoleiras**

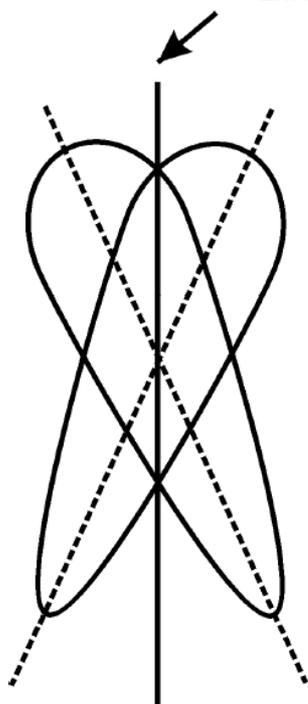
A largura máxima da bandoleira é de 40 mm. Deve ser usada unicamente sobre a parte superior do braço esquerdo e daí ligada à parte dianteira do fuste. A bandoleira só pode ser ligada ao fuste num único ponto. Deverá passar ao longo de um só lado da mão ou do pulso. Parte alguma da carabina pode tocar a bandoleira ou seus acessórios excepto no zarelho e no detentor de mão.

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

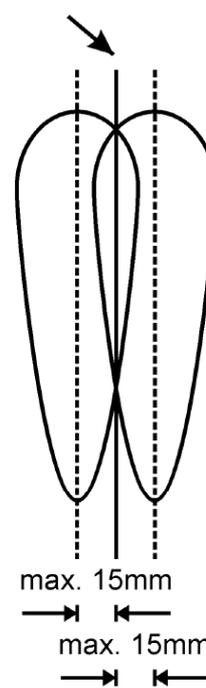
7.4.2.1 A chapa de coice pode ser ajustada para cima e para baixo. A distância entre o ponto mais baixo conseguido pela acção descendente da chapa de coice e a linha central do eixo do cano não pode exceder 220 mm. Pode ser desviada paralelamente à sua linha central para a esquerda ou para a direita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



**PROIBIDO**



**PERMITIDO**



- 7.4.2.2 São proibidos os orifício e o apoio para o polegar, os apoios para a palma ou o cutelo da mão e nível de bolha. Se, em qualquer dimensão, uma coronha for inferior ao permitido poderá ser aumentada até aos limites indicados no Quadro de Medidas da Carabina. Qualquer aumento deverá subordinar-se às dimensões permitidas e, em caso algum, poderão a empunhadura ou a parte inferior da coronha terem formato anatómico.
- 7.4.2.2.1 O material usado para aumentar o atrito não pode ser acrescentado ao fuste, à empunhadura ou à parte inferior da coronha.
- 7.4.2.2.2 O apoio para o cutelo da mão é uma protuberância ou extensão na frente ou no lado da empunhadura desenhada para evitar que a mão escorregue.
- 7.4.2.3 Pesos Exteriores**
- 7.4.2.3.1 São permitidos unicamente pesos exteriores no cano desde que não ultrapassem o raio de 30mm a partir do seu eixo. Os pesos podem ser movidos ao longo do cano.
- 7.4.2.3.2 Quaisquer outros pesos não podem ultrapassar as dimensões da coronha.
- 7.4.2.4 Carabina Standard 300 M**
- São todas as carabinas que satisfaçam as exigências mencionadas no Quadro de Medidas de Carabina e com as restrições adicionais seguintes:
- 7.4.2.4.1 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 depois da última série. 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.
- 7.4.2.4.2 A carabina não pode ser retirada da linha de tiro antes de terminada a prova sem permissão dos juizes
- 7.4.2.4.3 Em qualquer das posições de tiro tem que ser usada a mesma carabina sem qualquer alteração excepto no que se refira aos ajustamentos da chapa de coice, do detentor de mão, da troca da mira dianteira e do ajustamento da mira traseira ou do diopter. É permitido retirar o apoio da face, durante a competição para limpeza do cano e retirar a cultra, sob supervisão do Júri mas a sua posição não pode ser alterada quando é recolocada.
- 7.4.2.4.4 O comprimento total do cano, incluindo qualquer extensão, medido desde a face da culatra até à boca aparente, não pode exceder 762mm.

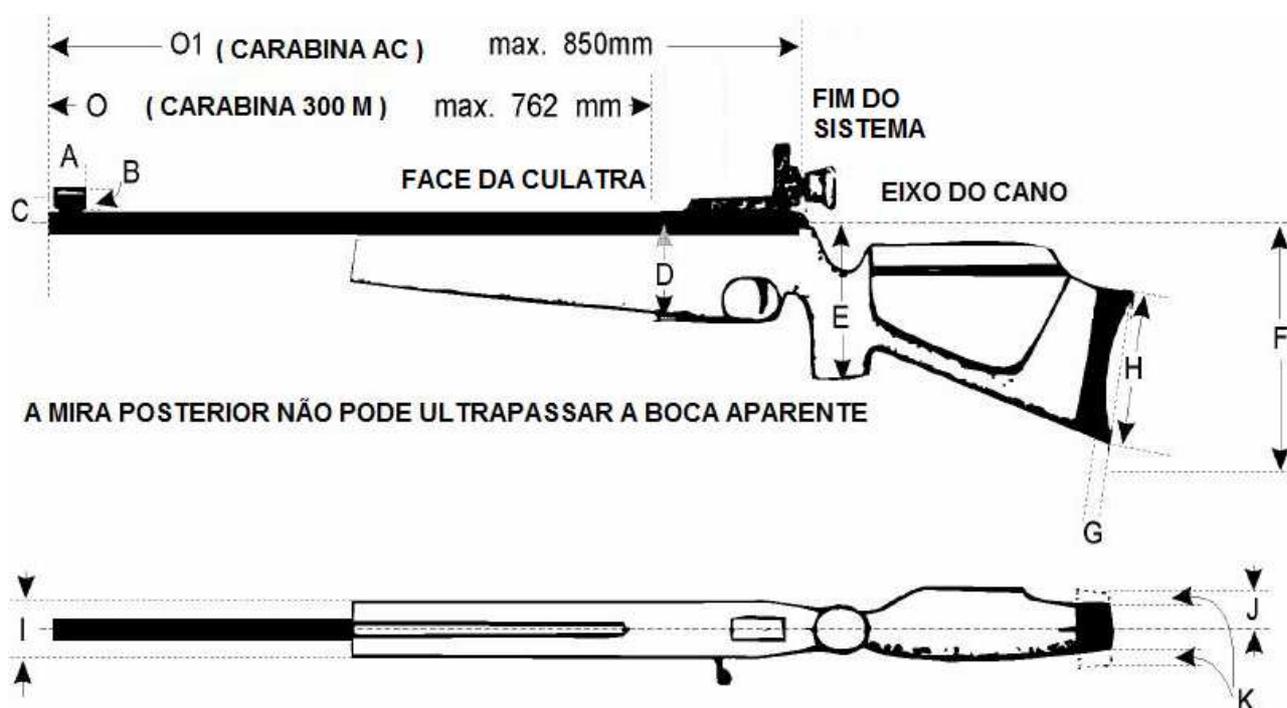


### 7.4.2.5 Carabina 10 M

7.4.2.5.1 É qualquer tipo de carabina de ar comprimido ou gás que satisfaça as especificações referidas no Quadro de Medidas para a Carabina e com as restrições adicionais seguintes:

7.4.2.5.2 O comprimento total do sistema, medido desde a parte traseira do mecanismo até à boca aparente do cano não pode exceder 850 mm

### 7.4.2.6 Quadro de Medidas da Carabina



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

		300 m Carabina Standard	Carabina de Ar
A	Comprimento do túnel dianteiro	50mm	50mm
B	Diâmetro do túnel dianteiro	25mm	25mm
C	Distância do centro do anel da mira anterior 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 usam o 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

		300 m Carabina Standard	Carabina de Ar
I	Espessura máxima (amplitude) total do fuste	60mm	60mm
J	Espessura do apoio de face a partir do eixo do cano	40mm	40mm
K	Movimento da chapa de coice, paralelo à linha central do extremo da chapa, para a esquerda e para a direita	15mm	15mm
L	Peso do gatilho - Sem armador	1500gr	Livre
M	Peso com as miras (e detentor de mão 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 a 300 m como na de Ar	Não pode prolongar-se	Não pode prolongar-se
O	Carabina Standard: Comprimento total do cano, incluindo extensões (da boca à face da culatra	762mm	—
P	Carabina de Ar: Comprimento total do sistema	—	850mm

### 7.4.3 Carabina a 50 M

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

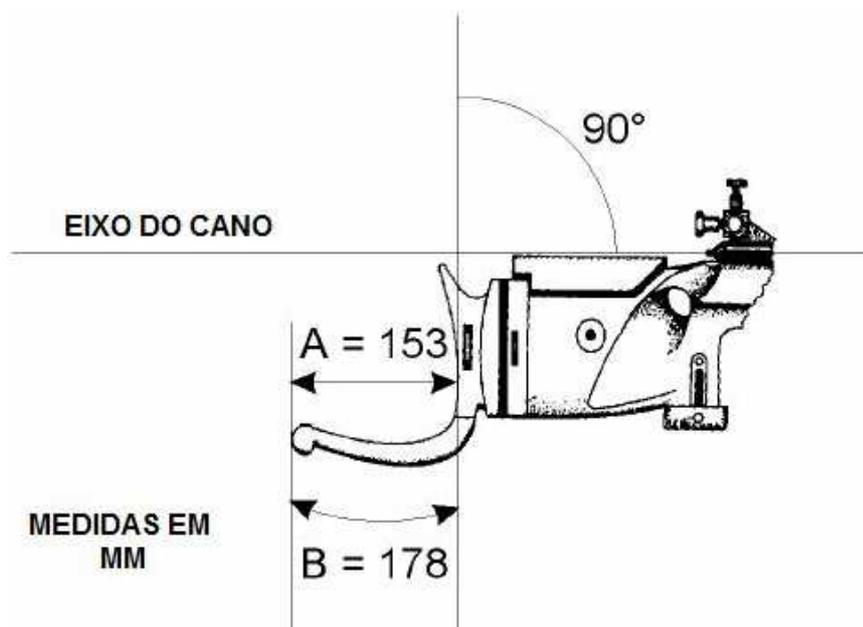
7.4.3.1 O peso da carabina não pode exceder 8 kg para os homens e 6.5 kg para as senhoras, com todos os acessórios incluindo o apoio e o detentor de mão.

#### 7.4.3.2 Chapa de Coice e Gancho

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 que é normalmente apoiada no ombro. O comprimento exterior total máximo,



contornando qualquer curva ou saliência, não pode ser superior a 178 mm (B).



#### 7.4.3.3

#### 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 medir até 200 mm para baixo a partir do eixo do cano.

#### 7.4.3.4

Pode utilizar-se mais do que uma (1) carabina ou partes de uma carabina.

#### 7.4.4

#### Carabina a 300 M

As mesmas regras que para a carabina a 50 m (homens e mulheres). Ver tabela de especificações de carabina.

#### 7.4.5

#### Munições

Distância	Calibre	Outras especificações
50 m	5.6 mm (.22"l.r.)	Long Rifle de Percussão lateral. Unicamente balas feitas de chumbo ou de material macio semelhante
10 m	4.5 mm (.177")	Projectéis de qualquer formato feitos de chumbo ou de qualquer material macio semelhante
300 m	Máximo 8 mm	Munição de qualquer tipo que possam disparar-se sem perigo para o atirador ou para o pessoal da Carreira. São proibidas munições tracejantes, perfurantes ou incendiárias.



## **7.4.6 Regras de vestuário**

- 7.4.6.1 Todos os equipamentos e acessórios podem ser inspeccionado numa base de verificação única numa “Prova/Campeonato ISSF” O certificado aí obtido deve ser guardado com o respectivo equipamento para inspecção. Qualquer equipamento ou acessório que tenha sido inspeccionado e posteriormente alterado tem obrigatoriamente de ser reinspeccionado.
- 7.4.6.2 Todos os casacos e luvas devem ser feitos em material flexível cujas características físicas se não alterem sob as condições geralmente aceites para o tiro, isto é, não endureçam, engrossem ou tornem consistentes. Todos os forros, protecções e reforços têm que obedecer às mesmas especificações. Os forros e protecções não podem ser acolchoados, pespontados em cruz, colados ou de qualquer forma fixados ao vestuário exterior que não seja o sistema de costura normal. Os forros e protecções devem ser medidos como fazendo parte do vestuário. Os forros e protecções, para efeitos de medida, fazem parte integrante do vestuário.
- 7.4.6.2.1 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 atirador, para todas as competições de carabina do mesmo campeonato. Se o atirador tiver mais que um (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, então ele deve declarar qual o equipamento que irá usar nessa competição. Isto não impede um atirador de utilizar calças ou Ténis normais em qualquer das posições. O casaco deve poder ser usado nas três posições (deitado, de pé e ajoelhado) 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, sem que seja removida para fora da Sala de Controlo de Equipamento. Um terceiro teste pode ser feito depois do segundo, sem que a mesma peça seja removida para fora da Sala de Controlo de Equipamento. Se qualquer peça do equipamento não puder ser aprovada, após o terceiro teste não poderá voltar a ser submetida ao controlo e será marcada de uma forma indelével, a não ser que seja sujeita a alterações de carácter permanente.
- 7.4.6.2.1.1 Apenas um casaco de substituição e um par de calças de substituição pode ser submetido ao controlo. Se a peça de substituição não for aprovada, não pode ser usada qualquer parte dessa peça.
- 7.4.6.2.1.2 Antes e durante o controlo do vestuário, nenhuma peça pode ser manipulada por calor ou outro meio. Podem ser realizadas alterações de carácter permanente aos equipamentos antes da realização dos testes. Para esse efeito a peça pode ser removida para fora da Sala de Controlo de Equipamento.



7.4.6.2.1.3 A manipulação do material depois de examinado (sprays, etc.) será penalizada de acordo com as regras.

### 7.4.6.3 Calçado

É permitido qualquer tipo de calçado normal, desportivo ou botas de tiro desde que não excedam as especificações seguintes:

7.4.6.3.1 O material em que forem confeccionados (acima da linha da sola) deve ser macio, flexível e maleável, com a espessura máxima de 4 mm, incluindo todos os forros e quando medidos em qualquer superfície lisa como mostra a letra D da Figura da bota.

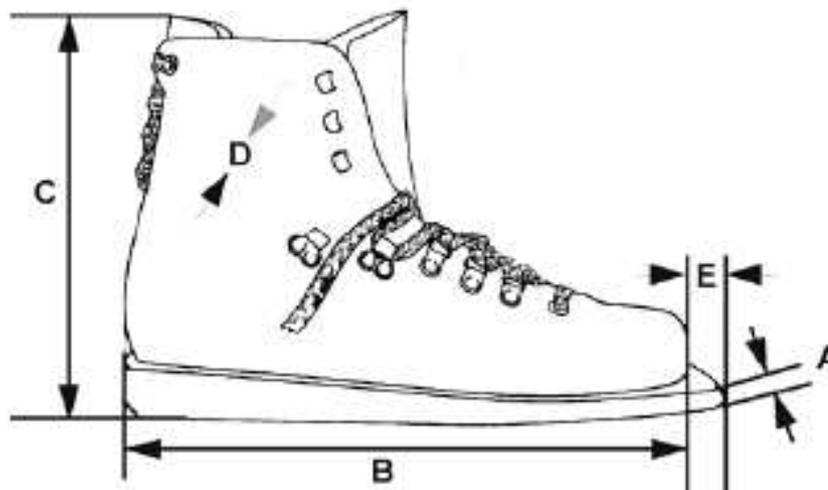
7.4.6.3.2 A sola deve ser flexível sob a articulação dos dedos.

7.4.6.3.3 Desde o chão até ao ponto mais alto (Dimensão C, Quadro da Bota de Tiro) não pode medir mais de dois terços (2/3) do comprimento (Dimensão B + 10 mm).

[Exemplo: Se o comprimento do calçado for 290 mm (B) + 10 mm (E), e o total do comprimento for de 300 mm, a altura (C) não pode ter mais de 200mm].

7.4.6.3.4 Os sapatos ou botas que o atirador usar devem pertencer ao mesmo par mas ver Quadro da Bota e Tiro.

#### 7.4.6.3.4.1 Figura do sapato



A	Máxima espessura da sola até ao tornozelo: 10 mm
B	Comprimento total do calçado: De acordo com o tamanho do pé
C	Altura máxima do calçado: Não pode exceder dois terços (2/3) do comprimento de (B + 10 mm)
D	Espessura máxima da parte superior do calçado: 4mm
E	A extensão das solas não pode ser superior a 10mm para a frente do calçado podendo qualquer delas ser cortada em ângulo. Não é

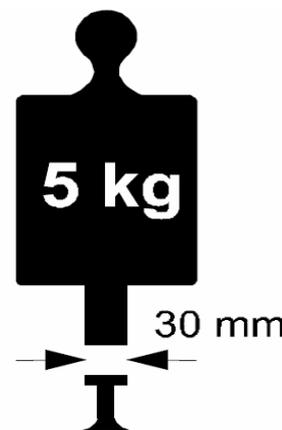


permitida qualquer outra extensão da sola nem em comprimento nem em largura
---

#### 7.4.6.4 Instrumentos de Medida

##### 7.4.6.4.1 Espessura

O aparelho para medir a espessura do vestuário e do calçado deve poder fazer medidas até um décimo de milímetro (0.1 mm). As medidas devem fazer-se aplicando uma pressão de 5 kg. O aparelho deve ter duas superfícies planas e circulares colocadas em frente uma da outra, com o diâmetro de 30mm cada uma.



##### 7.4.6.4.1.1 Espessuras – Quadro

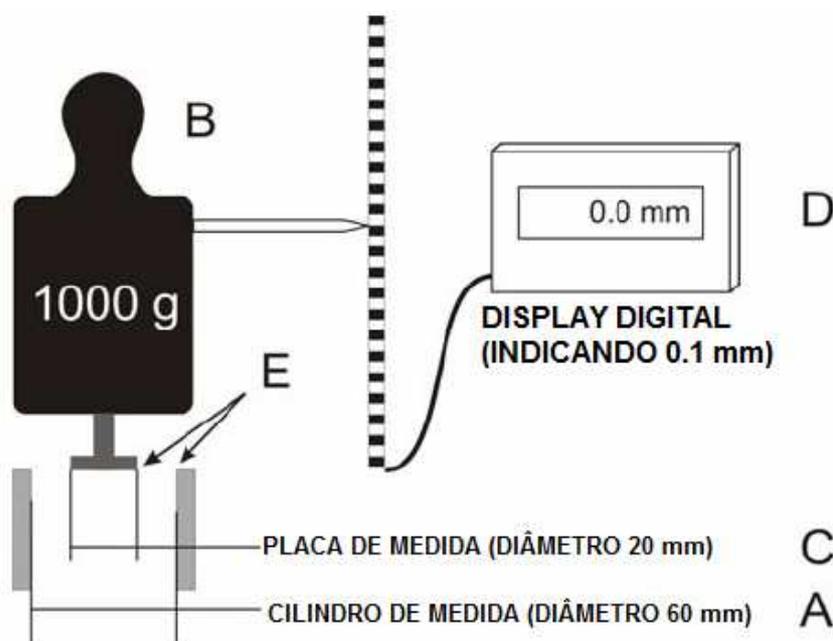
		Casacos	Calçado	Calçado	Luvas	Roupa interior
	Espessura simples	2,5 mm	2,5 mm	4,0 mm	–	2,5 mm
	Espessura dupla	5,0 mm	5,0 mm	-	–	5,0 mm
	Espessura total	–	–	–	12,0 mm	–
Reforços	Espessura simples	10,0 mm	10,0 mm	–	–	–
Reforços	Espessura dupla	20,0 mm	20,0 mm	–	–	–

#### 7.4.6.4.2 Rigidez – a rigidez do vestuário será medida com um aparelho adequado aprovado pela ISSF.

##### 7.4.6.4.2.1 Rigidez

O aparelho para medir a rigidez do vestuário deve poder fazer medidas até um décimo de milímetro (0.1 mm) e ter as seguintes dimensões:

A	Cilindro	=	60 mm de diâmetro
B	Peso	=	1000 g (incluindo a pega e prato de medida C)
C	Prato	=	20 mm de diâmetro
D	Expositor digital		Indicando até 0,1 mm
E	O arredondamento das arestas, da placa de medida (C) e do cilindro de medida (A), não pode ter um raio superior a 0.5 mm.		



- 7.4.6.4.2.2 O peso "B" pressiona o prato "C" ate que o material de fábrica fique liso, sem forçar, sobre o cilindro "A". Se o cilindro "A" for comprimido até, pelo menos, 3 mm (expositor digital "D" =3.0) o material é aceitável.
- 7.4.6.4.2.3 Se for exibido um número abaixo de 3.0, o material é demasiado rígido.
- 7.4.6.4.2.4 O Controlo de Equipamento fará controlos no final das competições (nas disciplinas olímpicas, depois da fase de qualificação), supervisionado pelo Júri. Este controlo deve assegurar a verificação do máximo possível de finalistas e de alguns atiradores escolhidos de forma aleatória.
- 7.4.6.4.2.5 O controlo será feito imediatamente depois de o atirador ter terminado a competição. Se o vestuário examinado não passar no controlo, será verificado de novo dentro de cinco (5) minutos. Se não passar no segundo exame, o atirador será desclassificado.
- 7.4.6.4.2.6 Antes e durante qualquer controlo, nenhuma peça pode ser manipulada por calor ou outro meio.

## 7.4.7 Casaco de Tiro

- 7.4.7.1 Tanto o corpo como as mangas, forros incluídos, não podem exceder as espessura de 2,5 mm, ou 5 mm quando dobrado, em qualquer ponto em que superfícies lisas permitam a medição. A altura do casaco não pode ultrapassar a linha do punho fechado (ver o Quadro do Casaco).
- 7.4.7.2 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



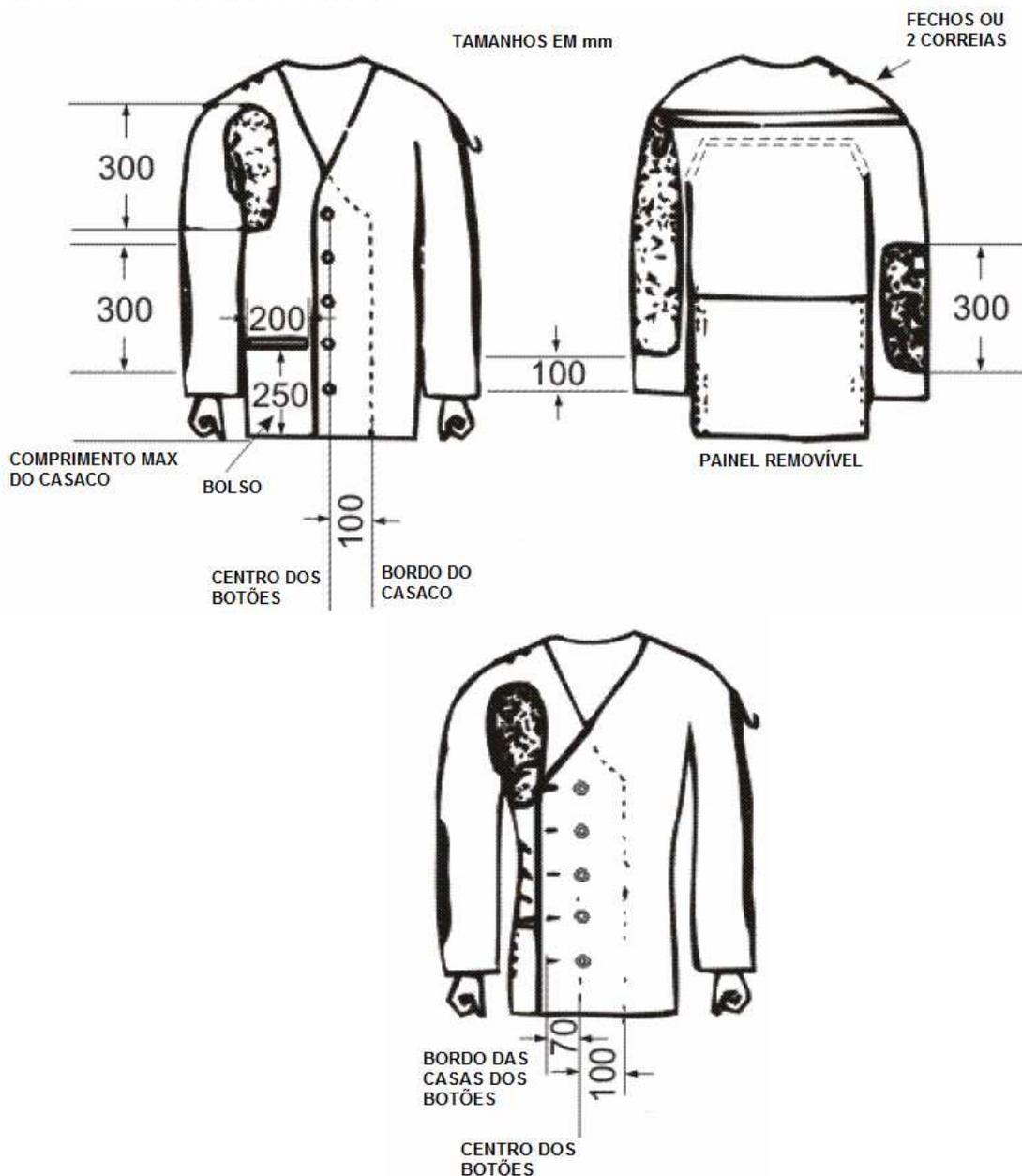
para o assertoado é de 100 mm (ver Quadro do Casaco). Deve poder ser vestido à vontade. Para verificar se não está demasiadamente apertado justapõem-se as frentes uma sobre a outra, devendo a orla ultrapassar a posição normal de fechado em 70 mm, pelo menos, medidos desde o centro do botão até ao bordo exterior da casa respectiva. A medida deve ser feita 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 é limitada a 12 mm e só esta área pode exceder a espessura permitida de 2.5 mm.

- 7.4.7.3 É proibida toda a espécie de correias, atacadores, fechos ou quaisquer sistemas que possam servir de suporte artificial. No entanto, permite-se um fecho de correr ou o máximo de duas correias para segurar material solto na zona do chumaço do ombro (ver Quadro do Casaco). Para além do especificado nas presentes regras e figuras, não é permitida a utilização de qualquer outro fecho de correr ou sistema de ajuste.
- 7.4.7.4 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 quando medidos sobre uma superfície plana. Todas as partes do painel devem obedecer ao disposto para a rigidez.
- 7.4.7.5 Nas posições de deitado e de joelhos a manga do casaco não pode ultrapassar o pulso do braço em que está presa a bandoleira nem ser colocada entre a mão ou a luva e o fuste quando o atirador estiver na posição de tiro.
- 7.4.7.6 Não é permitido utilizar "velcro", qualquer substância viscosa, líquido ou pulverização tanto no exterior como no interior do casaco, nas protecções nem em qualquer peça do equipamento, nem no solo. Uma dedução de 2 pontos será aplicada na primeira infracção. Qualquer infracção subsequente poderá implicar a desqualificação. É permitido raspar o material de que o casaco for feito.
- 7.4.7.7 Os casacos de tiro podem ter reforços de protecção mas somente nas superfícies exteriores e sujeitos às seguintes limitações:
- 7.4.7.7.1 Espessura máxima, incluindo o material de que o casaco for feito e todos os forros: 10 mm ou 20 mm quando dobrado.
- 7.4.7.7.2 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.



*ISSF – Regras e Regulamentos*

- 7.4.7.7.3 Para evitar que escorregue, a bandoleira pode fixar-se só com um gancho, uma presilha, um botão ou um acessório similar à parte exterior da manga ou à costura do ombro.
- 7.4.7.7.4 O reforço do ombro onde encosta a chapa de coice não deve ter mais de 300mm de na sua maior dimensão (ver Quadro do Casaco).
- 7.4.7.7.5 São proibidos todos os bolsos interiores. É autorizado um (1) único bolso exterior, localizado na frente direita (esquerda, para os atiradores esquerdinos) do casaco.
- 7.4.7.7.6 Dimensões do bolso: máximo de 250 mm de altura, medidos a partir do bordo inferior do casaco, por 200 mm de largura.
- 7.4.7.7.7 Medidas em mm



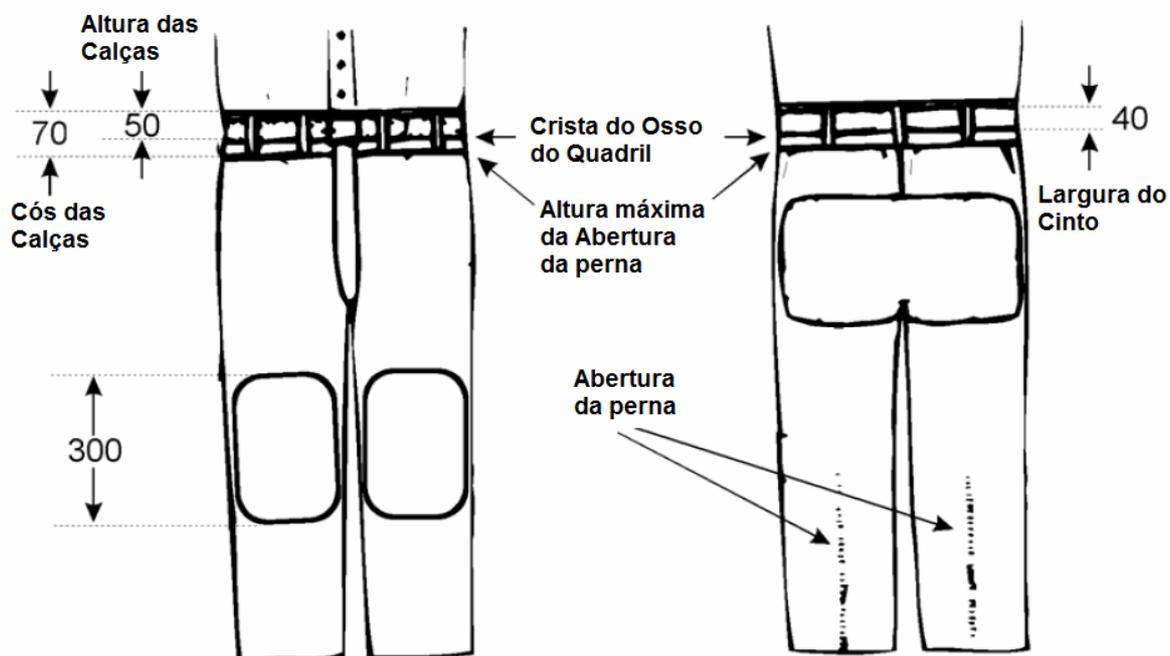


#### **7.4.7.8 Calças de Tiro**

- 7.4.7.8.1 As calças, incluindo os forros não podem exceder 2,5 mm em espessura simples e 5 mm quando dobradas em qualquer ponto onde superfícies planas possam ser medidas. A parte superior das calças não pode ser ajustada nem usada a mais de 50mm acima da crista do osso do quadril. São proibidos atacadores, fechos de correr ou quaisquer outros processos que permitam apertar as calças em volta das pernas ou das ancas. Só podem ser seguras por meio de um cinto normal que não tenha mais de 40mm de largura e 3mm de espessura ou com 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 dobrar em dois, ou em três, etc., debaixo do braço ou do cotovelo. Se as calças tiverem cós, este não pode ter mais de 70 mm de altura. Se o cós tiver mais de 2.5mm o cinto não é permitido. Se não for utilizado um cinto a espessura máxima do cós é de 3.5mm. Cada presilha para o cinto não pode exceder 20mm de largura. As calças poderão ser apertadas com um único gancho ajustável em 5 ilhozes, 5 botões de pressão ajustáveis, processo semelhante ou "velcro". Só é permitido um único sistema para apertar as calças. Não pode combinar-se o "velcro" com qualquer outro sistema. 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 parte alguma do corpo.
- 7.4.7.8.2 Fechos de correr, botões, "velcro" ou sistemas de fecho similares não ajustáveis só podem ser usados nos lugares seguintes:
- 7.4.7.8.2.1 Um único na braguilha não podendo prolongar-se para baixo do nível do gancho. São permitidos quaisquer orifícios que não possam ser fechados.
- 7.4.7.8.2.2 Só um em cada perna. O início da abertura não pode começar a menos de 70 mm da parte de cima das calças. Pode, no entanto, prolongar-se até ao fundo da perna (ver Quadro do Casaco e Calças). É permitido um fecho na frente da parte de cima da perna ou na parte de trás mas não em ambos na mesma perna.
- 7.4.7.8.2.3 As calças podem ter reforços nas nádegas e em ambos os joelhos. Os primeiros não podem ser mais largos do que as ancas nem mais altos do que a zona normalmente utilizada para sentar. Os segundos não podem ter altura superior a 300mm. A largura não pode ser maior do que metade da circunferência da calça. A espessura do reforço, incluindo o material de que as calças forem feitas e quaisquer forros não pode ultrapassar 10 mm, ou 20 mm quando dobrado. Todos os bolsos são proibidos.



## 7.4.7.8.2.4

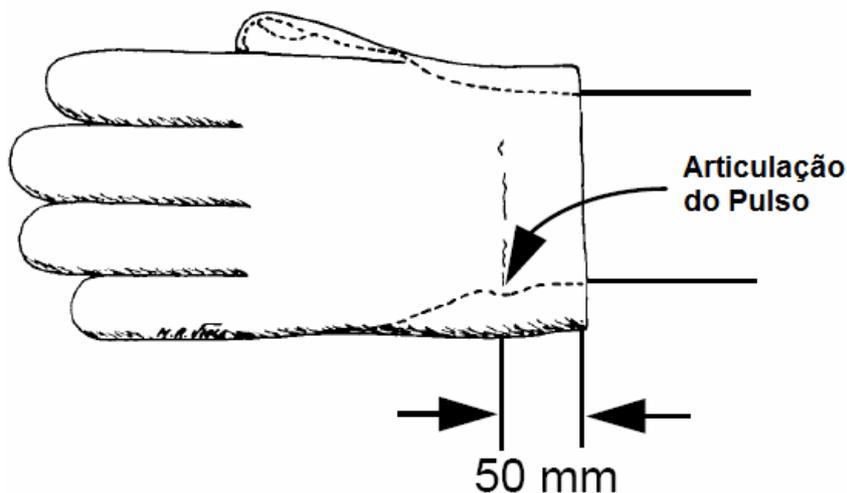


## 7.4.7.9 Luvas de Tiro

7.4.7.9.1 A espessura total não pode exceder 12mm sobrepondo a palma e as costas fora de qualquer costura ou junta.

7.4.7.9.2 Não pode ultrapassar o pulso para além de 50mm medidos a partir do centro da respectiva articulação (ver Quadro da Luva). É proibido usar correias ou outros sistemas para a fechar em volta do pulso. No entanto, a luva pode ter um elástico em volta de parte do pulso para permitir calçá-la embora deva ficar folgada em volta dele.

## 7.4.7.9.3



**7.4.7.10 Vestuário do atirador**

7.4.7.10.1 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.

7.4.7.10.2 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 indubitavelmente reduzam o movimento das pernas, do corpo ou dos braços do atirador. É proibido qualquer outro vestuário interior.

**7.4.7.11 Acessórios****7.4.7.11.1 Telescópios**

É permitido utilizar telescópios destinados a observar os impactos e o vento desde que não estejam acoplados à carabina, somente nos 50 m e 300 m.

**7.4.7.11.2 Descanso da Carabina**

O suporte para descanso da Carabina entre disparos é permitido, desde que não esteja acima da linha dos ombros do atirador. O suporte não pode ser colocado em frente da mesa no posto de tiro. 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 descanso da Carabina não interfira com o atirador do posto de tiro adjacente. Por razões de segurança, quando a carabina se encontra no suporte, deve também estar segura pelo atirador.

**7.4.7.11.3 Estojos de Acessórios**

Não podem ser colocados para a frente do ombro mais avançado do atirador quando este se encontra na linha de tiro, excepto na posição de pé quando o estojo, a mesa ou a prateleira sirvam para poisar a carabina no intervalo dos disparos. O estojo, a mesa ou a prateleira devem ser de tamanho ou forma que não interfira com os atiradores que se encontram nos postos de tiro adjacentes nem possam servir de pára-vento.

**7.4.7.11.4 Rolo para a posição de joelhos**

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



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

### **7.5.1 Posições**

#### **7.5.1.1 Deitado:**

- 7.5.1.1.1** O atirador deverá deitar-se directamente no chão do posto de tiro ou sobre um tapete.
- 7.5.1.1.2** Pode também usar o tapete para poisar os cotovelos.
- 7.5.1.1.3** O corpo fica estendido no posto de tiro com a cabeça na direcção do alvo.
- 7.5.1.1.4** A carabina deve ficar apoiada unicamente em ambas as mãos e no ombro.
- 7.5.1.1.5** A face pode encostar-se à coronha.
- 7.5.1.1.6** A carabina pode ser segura com o auxílio da bandoleira mas o fuste até à mão esquerda não pode tocar o casaco de tiro.
- 7.5.1.1.7** Parte alguma da carabina pode tocar a bandoleira ou os seus acessórios.
- 7.5.1.1.8** A carabina não pode tocar ou apoiar-se a qualquer outro ponto ou objecto.
- 7.5.1.1.9** Os antebraços e as mangas do casaco de tiro devem estar visivelmente levantados a partir do cotovelo relativamente à superfície do posto de tiro.
- 7.5.1.1.10** O eixo do antebraço em que estiver presa a bandoleira deve formar com a horizontal um ângulo que não seja inferior a 30 graus.
- 7.5.1.1.11** O braço ou mão direita não podem tocar no braço esquerdo, no casaco ou bandoleira.

#### **7.5.1.2 De Pé**

- 7.5.1.2.1** O atirador deve estar em pé directamente no solo do posto de tiro, ou sobre a carpete, e sem qualquer outro apoio.
- 7.5.1.2.2** A carabina deve ser suportada por ambas as mãos, pelo ombro (parte da frente do peito) ou pela parte de cima do braço junta ao ombro, pela face e pelo peito junto ao ombro.
- 7.5.1.2.3** A face pode ser encostada à coronha.
- 7.5.1.2.4** A carabina não pode, porém, tocar no casaco ou no peito para além da área do ombro e do peito do mesmo lado.



- 7.5.1.2.5** O braço que suporta a arma e o respectivo cotovelo podem apoiar-se no tórax ou no quadril. Se for utilizado um cinto, a fivela ou um sistema de aperto rápido não podem servir de apoio para o braço ou cotovelo.
- 7.5.1.2.6** A arma não pode tocar ou apoiar-se em qualquer outro ponto ou objecto.
- 7.5.1.2.7** Pode usar-se o apoio de mão excepto nas provas com Carabina Standard a 300 m e de Ar a 10 m.
- 7.5.1.2.8** Nesta posição não é permitido o uso do zarelho nas provas com Carabina Standard a 300 m e de Ar a 10 m.
- 7.5.1.2.9** Nesta posição, o uso de bandoleira é proibido.
- 7.5.1.2.10** A mão direita não pode tocar no braço ou mão esquerda.
- 7.5.1.3. De Joelhos**
- 7.5.1.3.1** O chão do posto de tiro pode ser tocado com a biqueira do pé direito, o joelho direito e o pé esquerdo.
- 7.5.1.3.2** A carabina deve ser suportada por ambas as mãos e pelo ombro direito.
- 7.5.1.3.3** A face pode ser encostada à coronha.
- 7.5.1.3.4** O cotovelo esquerdo deve estar apoiado no joelho esquerdo.
- 7.5.1.3.5** O extremo do cotovelo não pode ficar a mais de 100 mm para lá nem a menos de 150 mm para cá do extremo do joelho.
- 7.5.1.3.6** A carabina pode ser segura com o auxílio da bandoleira mas o fuste não pode tocar a manga do casaco.
- 7.5.1.3.7** Parte alguma da carabina pode tocar a bandoleira ou os seus acessórios.
- 7.5.1.3.8** A carabina não pode tocar ou apoiar-se em qualquer outro ponto ou objecto.
- 7.5.1.3.9** No caso de ser usado o rolo sob o peito do pé direito, este não pode rodar mais de 45 graus.
- 7.5.1.3.10** Caso o rolo não seja utilizado o pé pode ser colocado em qualquer ângulo o que significa que pode mesmo ser posto de lado ficando assente no chão juntamente com a parte inferior da perna em contacto com o solo do posto de tiro.



- 7.5.1.3.11** Parte alguma da coxa ou das nádegas pode tocar a superfície do posto de tiro ou do tapete em qualquer ponto.
- 7.5.1.3.12** Se o atirador usar o tapete, poderá ajoelhar completamente sobre ele ou ter um de três pontos de contacto (biqueira, joelho, pé).
- 7.5.1.3.13** Só as calças e a roupa interior podem estar entre as nádegas e o calcanhar. Nem o casaco nem outro qualquer artigo podem ser colocado entre estes dois pontos ou sob o joelho direito.
- 7.5.1.3.14** A mão direita não pode tocar no braço ou mão esquerda.

## **7.6. COMPETIÇÕES COM CARABINA**

### **Ver Quadro 7.8 Competições com Carabina**

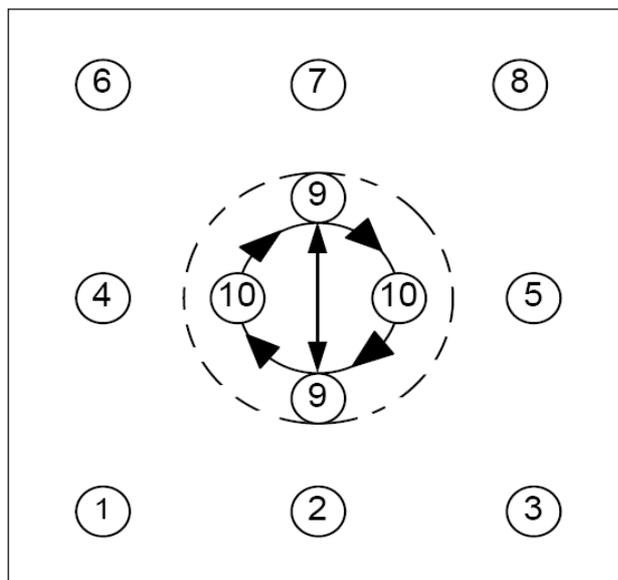
- 7.6.1.** **As competições com carabina** devem ser programadas pela seguinte ordem: 10 m, 50 m, e 300 m; porém, quando houver provas a 300 m, estas serão sempre programadas para depois das de 10 m e 50 m.
- 7.6.2.** Nas **provas de três posições** a 50 m e 300 m a ordem sequencial de tiro é a seguinte: **Deitado – de pé – de joelhos**
- 7.6.3. Carabina 3 x 40**
- 7.6.3.1** Todos os atiradores devem completar a posição de deitado antes de se iniciar a de pé e só depois de completada esta é que se inicia de joelhos.
- 7.6.3.2** O tempo máximo de **intervalo** entre as posições é de 10 minutos

## **7.7. PROCEDIMENTOS PARA A CLASSIFICAÇÃO - INDICAÇÃO DOS IMPACTOS A 300 M**

- 7.7.1** **Marcação dos Impactos no Fosso**
- 7.7.2** Logo que receba a indicação, o Marcador deve assinalar o impacto.
- 7.7.2.1** **Indicação dos Impactos**  
A indicação dos impactos far-se-á de acordo com o sistema seguinte:  
Logo que receba o sinal respectivo, o Marcador deverá:
- 7.7.2.1.1** Baixar o alvo.



- 7.7.2.1.2 Cobrir o furo do impacto com uma pastilha transparente e com uma pastilha de cor contrastante o do impacto precedente.
- 7.7.2.1.3 Subir o alvo.
- 7.7.2.1.4 Mostrar o valor do impacto mediante a utilização de um disco.
- 7.7.2.2 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 200 a 250 mm. É pintado de preto numa face, de branco na outra e montado numa vara geralmente fixada na face branca, 30 a 50mm à direita do centro.
- 7.7.2.3 O **valor** dos impactos é indicado pela forma seguinte:
- 7.7.2.3.1 Marca-se a posição do último.
- 7.7.2.3.2 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.
- 7.7.2.3.3 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;
- 7.7.2.3.4 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.
- 7.7.2.3.5 Um tiro que não tenha atingido o alvo é assinalado balançando à sua frente, por três ou quatro vezes, a face negra do disco;
- 7.7.2.3.6 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.

**7.7.2.3.7 Diagrama de sinalização dos impactos**

7.7.2.4 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 nú 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.



<b>7.8. Quadro das Disciplinas de Carabina</b>						
Disciplina	Homens/ Senhoras	N.º de tiros	Números de tiros por alvo (papel) de competição	N.º de alvos de ensaio (papel)	Tempo Fosso ou Transportadores	Outros sistemas
Carabina de Ar 10m	Homens	60	1	4	1 hora, 45 minutos	1 hora, 45 minutos
	Senhoras	40			1 hora, 15 minutos	1 hora, 15 minutos
Carabina 50m 3 Posições	Homens	120	1	4 para cada posição	Deitado: 60 minutos De pé: 90 minutos De joelhos: 75 minutos	45 minutos 75 minutos 60 minutos
Carabina 50m 3 Posições	Senhoras	60	1	4 para cada posição	2 horas, 30 minutos	2 horas, 15 minutos
50 m - Deitado	Homens Senhoras	60	1	4	1 hora, 30 minutos	1 hora, 15 minutos
Carabina 300m 3 Posições	Homens	120	10	1 para cada posição	Deitado: 1 hora 15 minutos Pé: 1 hora, 45 minutos De joelhos: 90 minutos	45 minutos
						1 hora, 15 minutos 1 hora
Carabina 300m 3 Posições	Senhoras	60	10	1 para cada posição	2 horas, 30 minutos	2 horas, 15 minutos
Carabina 300m Deitado	Homens Senhoras	60	10	1	1 hora, 30 minutos	1 hora, 15 minutos
Carabina Standard 300 m 3 Posições	Homens	60	10	1 para cada posição	2 horas, 30 minutos	2 horas, 15 minutos

**Nota:** O período de preparação de 10 minutos começa antes da hora agendada e publicada da competição



### 7.9. 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 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 detentor de mão, se forem usados).



## 7.10. INDICE

3 posições, sequência de tiro	7.6.2
Acessórios	7.4.7.11
Acompanhamento do Controlo de Equipamentos após a competição / Qualificação	7.4.6.4.2.4
Alterações permanentes na roupa	7.4.6.2.1
Alterações permanentes na roupa	7.4.6.2.1.2
Alterações temporárias na roupa	7.4.6.2.12
Aplicação de regras para todas as provas de Carabina	7.1.1
Apoio de mão - Carabina a 10 m / Carabina Standard a 300 m	7.4.2.2
Apoio de mão - Carabina a 50 m / Carabina a 300 m	7.4.3.3
Apoio para polegar - Carabina a 10 m / Carabina Standard a 300 m	7.4.2.2
Apontar à direita - Atirar à esquerda / Apontar à esquerda - Atirar à direita	7.4.1.3.5
Apontar à esquerda - Atirar à direita / Apontar à direita - Atirar à esquerda	7.4.1.3.5
Atirador canhoto / destro	7.1.3
Atirador destro / canhoto	7.1.3
Bandoleiras	7.4.1.4.5
Buraco para polegar - Carabina a 10 m / Carabina Standard a 300 m	7.4.2.2
Calçado de tiro	7.4.6.3
Calçado de tiro - altura	7.4.6.3.3
Calçado de tiro - desenho e tabela	7.4.6.3.4.1
Calçado de tiro - pares	7.4.6.3.4
Calçado de tiro -material da estrutura superior	7.4.6.3.1
Calçado de tiro -material da sola	7.4.6.3.2
Calças de tiro	7.4.7.8
Calças de tiro - cinto	7.4.7.8.1
Calças de tiro - cinto - suporte de braço ou cotovelo	7.4.7.8.1
Calças de tiro - cintura	7.4.7.8.1
Calças de tiro - correias, fechos, botões	7.4.7.8.1
Calças de tiro - desenho	7.4.7.8.2.4
Calças de tiro - espessura	7.4.7.8.1
Calças de tiro - fechos	7.4.7.8.2
Calças de tiro - fechos - berguilha	7.4.7.8.2.1
Calças de tiro - fechos - pernas	7.4.7.8.2.2
Calças de tiro - largura do cós - sistema de aperto	7.4.7.8.1
Calças de tiro - reforços	7.4.7.8.2.3
Calças de tiro - soltas nas pernas	7.4.7.8.1
Calças de tiro - suspensórios	7.4.7.8.1
Cano - Comprimento - Carabina Standard a 300 m	7.4.2.4.4
Canos	7.4.1.2
Carabina 3 x 40	7.6.3



Carabina a 300 m	7.4.4
Carabina a 50 m	7.4.3
Carabina a 50 m para Homem/Mulher	7.4.3.1
Carabina de Ar a 10 m	7.4.2.5
Carabina Standard a 300 m	7.4.2.4
Características do vestuário de Tiro	7.4.6.2
Características gerais para todas as carabinas	7.4.1
Casaco de tiro	7.4.7
Casaco de tiro - bolso	7.4.7.7.5
Casaco de tiro - construção do painel posterior	7.4.7.4
Casaco de tiro - corpo, mangas e comprimento	7.4.7.1
Casaco de tiro - desenho	7.4.7.7.7
Casaco de tiro - fecho	7.4.7.2
Casaco de tiro - fixação da bandoleira	7.4.7.7.3
Casaco de tiro - material solto na área do ombro	7.4.7.3
Casaco de tiro - posição da manga	7.4.7.5
Casaco de tiro - raspar	7.4.7.6
Casaco de tiro - reforço do ombro para encosto da chapa de coice	7.4.7.7.4
Casaco de tiro - reforços	7.4.7.7
Casaco de tiro - reforços dos cotovelos	7.4.7.7.2
Casaco de tiro - reforços espessura máxima	7.4.7.7
Casaco de tiro - sobreposição, cair solto	7.4.7.2
Casaco de tiro - suportes artificiais, correias, atacadores e fechos	7.4.7.3
Casaco de tiro - tamanho do bolso	7.4.7.7.6
Casaco de tiro - utilização de líquidos ou substâncias aderentes	7.4.7.6
Chapa de Coice - Carabina a 10 m / Carabina Standard a 300 m	7.4.2.1
Chapa de Coice - Carabina a 50 m / Carabina a 300 m	7.4.3.2
Compensadores	7.4.1.2.1
Competições com Carabina - Vêr Quadro de Competições 7.8	7.6
Comprimento da Carabina Carabina de AC	7.4.2.4.4
Comprimento do Cano - Carabina Standard a 300 m	7.4.2.4.4
Conhecimento das Regras	7.1.2
Descanso da Carabina	7.4.7.11.2
Empunhadura	7.4.1.1
Equipamento e munições	7.4.
Espessuras	7.4.6.4.1
Estojos / sacos de Tiro	7.4.7.11.3
Estrutura ou equipamento dentro dos canos e extensões tubulares	7.4.1.2
Filtros de Luz	7.4.1.3.3
Freios de boca	7.4.1.2.1
Gancho - Carabina a 50 m / Carabina a 300 m	7.4.3.2
Gatilho - Carabina Standard a 300 m	7.4.2.4.1
Gatilhos electrónicos	7.4.1.4
Imobilização ou redução de movimentos	7.4.7.10.2
Indicação de tiros a 300 m – Alvos de papel	7.7.
Inspeção única	7.4.6.1



Instrumentos de medida	7.4.6.4
Intervalos - Carabina 3x40	7.6.3.2
Lentes	7.4.1.3.3
Lentes de Correção	7.4.1.3.1
Luvras de tiro	7.4.7.9
Luvras de tiro - espessura	7.4.7.9.1
Luvras de tiro - fecho	7.4.7.9.2
Manipulação de Material antes ou durante o Controlo	7.4.6.4.2.5
Manipulação de Material depois de examinado	7.4.6.2.1.3
Marcação da roupa de Tiro que falha 3 vezes no Controlo de Equipamento	7.4.6.2.1
Materiais para calças, casacos de tiro e luvas	7.4.6.2
Material de aumento do Punho - Carabina a 10 m / Carabina Standard a 300 m	7.4.2.2.1
Medidas da Carabina - Carabina a 10 m / Carabina Standard a 300 m	7.4.2.7
Miras	7.4.1.3
Miras - lentes, sistema de lentes e filtros	7.4.1.3.3
Mudança de partes numa Carabina - Carabina a 50 m / Carabina a 300 m	7.4.3.4
Mudança de uma Carabina - Carabina Standard a 300 m	7.4.2.4.3
Mudança ou mais de uma Carabina - Carabina a 50 m / Carabina a 300 m	7.4.3.4
Munições	7.4.5
Nível de álcool - Carabina a 10 m / Carabina Standard a 300 m	7.4.2.2
Normas gerais para carreiras de tiro e alvos	7.3
Normas para Carabina a 10 m / Carabina Standard a 300 m	7.4.2
Normas para todas as Carabinas	7.4.1
Número de Calças, casacos e sapatos de Tiro	7.4.6.2.1
Número de vezes que as roupas podem falhar no Controlo	7.4.6.2.1
Óculos de Correção	7.4.1.3.2
Pala na mira posterior	7.4.1.3.4
Perfuração de canos e extensões tubulares	7.4.1.2
Pesos exteriores - Carabina a 10 m / Carabina Standard a 300 m	7.4.2.3
Posição de Deitado	7.5.1.1
Posição de Joelhos	7.5.1.3
Posição de Pé	7.5.1.2
Posições	7.5.1
Pretuberancias de apoio - Carabina a 10 m / Carabina Standard a 300 m	7.4.2.2
Pretuberancias de apoio - Carabina a 10 m / Carabina Standard a 300 m	7.4.2.2.2
Procedimentos e regras de competição	7.5
Procedimentos para a classificação – indicação dos impactos a 300 m	7.7
Provas de Homens	7.1.4
Provas de Senhoras	7.1.4
Quadro de espessuras	7.4.6.4.1.2



Quadro de medidas da Carabina - Carabina a 10 m / Carabina Standard a 300 m	7.4.2.6
Reforços	7.4.6.4.1.2
Regras de vestuário	7.4.6
Rigidez	7.4.6.4.2
Rolo para a posição de joelhos	7.4.7.11.4
Roupa interior	7.4.7.10.1
Sair da linha de Tiro - Carabina standard 300m	7.4.2.4.2
Segurança	7.2
Sequência do Programa de Provas	7.6.1
Substituição de roupa	7.4.6.2.1.1
Telescópios	7.4.7.11.1
Telescópios	7.4.1.3.1
Telescópios para detecção de impactos de tiro	7.4.7.11.1
Verificações após a competição / Qualificação	7.4.5.4.2.5
Vestuário do Atirador	7.4.7.10
Vestuário interior	7.4.7.10.2