

## **REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO**

O Presente Regulamento entra **em vigor a de Outubro de 2015** após revisão da Comissão Técnica a 21 de Setembro de 2015.

Não obstante o que antecede, o presente regulamento e/ou seus anexos poderão ser aditados ou alterados, e bem assim ser determinada a renovação da sua vigência desde que tempestivamente comunicado aos interessados.

Este tipo de competição poderá alargar-se, no futuro, às Escolas de Equitação e Centros Hípicos que se enquadrem no espírito competitivo que se pretende.

### **Esta competição é sempre disputada por Equipas.**

Fica desde já definido que em qualquer competição a Equipa é o aspecto mais importante, devendo ser sempre prevalecida em relação ao Atleta.

A vitória deve ser uma consequência do bom trabalho desenvolvido por cada Atleta, enquadrado na sua equipa, e nunca o objectivo primordial.

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## APRESENTAÇÃO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE HIPISMO

Esta competição criada em 2014 pela Câmara Municipal da Golegã e pela Feira Nacional do Cavalo, nas pessoas do Sr. Presidente de Câmara, Eng. Rui Medinas e do Eng. André Ponces de Carvalho, surge com a firme intenção de:

- Contribuir para o desenvolvimento desportivo escolar e juvenil;
- Dar visibilidade e promover, junto da sociedade civil e do meio equestre, as Escolas Profissionais e outro tipo de Escolas que ministrem a Equitação nos seus programas escolares e formativos;
- Possibilitar o início da competição, para muitos dos alunos, em sã camaradagem e *fair-play*;
- Valorizar a camaradagem, o espírito de missão e de grupo em detrimento do individuo, contribuindo assim na formação dos nossos jovens.

A Comissão Técnica em funções para o biénio 2015-2016 é constituída por:

- Sr. Eng. André Ponces de Carvalho, que preside à Comissão
- Sr. Tenente-Coronel Aníbal Marianito
- Sr. Eng. Bento Castelhana
- Sr. Major Emanuel Umbelino
- Sr. Filipe Canelas Pinto
- Sr. João Martins
- Sr. Mário Pimentel

O presente Regulamento define as regras, de acordo com as quais estas Competições deverão ser disputadas e em caso algum poderá, ou deverá, ser incumprido.

# **REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO**

## **1. ASPECTOS GERAIS**

Cada Jornada destas competições é composta por quatro etapas classificativas diferentes, sendo o resultado final correspondente ao somatório dos pontos obtidos em cada uma dessas provas. As provas são disputadas individualmente ou em Equipa, consoante as suas especificações próprias.

As provas a serem disputadas são:

- Prova de Ensino
- Prova de Saltos de Obstáculos
- Prova de Crosse por Equipas
- Prova de Volteio (Individuais por Equipas)

## **2. TIPO DE COMPETIÇÕES**

Existem três tipos de competições:

- Campeonato Nacional – Disputado por Jornadas.
- Taça de Portugal – competição disputada apenas numa prova.
- Provas Oficiais – competições isoladas, tipo troféu ou derby.

Estas competições constam do calendário oficial (Anexo 1) e que será elaborado anualmente pela Comissão Técnica depois de calendarizadas as jornadas do Campeonato – que gozam de prioridade – e da recepção dos pedidos das Comissões Organizadoras.

### **2.1. CAMPEONATO NACIONAL**

1. O Campeonato Nacional decorre, sempre, ao longo das diversas etapas classificativas (jornadas), definidas pela Comissão Técnica anualmente. O número de jornadas é facultativo, no entanto um mínimo de três e um máximo de cinco é obrigatório e devem coincidir obrigatoriamente com o Ano Lectivo oficial.

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## 2.2. TAÇA DE PORTUGAL

1. A Taça de Portugal decorre nos mesmos moldes de qualquer outra jornada do Campeonato no que respeita à execução das provas, coeficientes e pontuações.
2. A Taça de Portugal é disputada apenas numa competição e não tem jornadas.

## 2.3. PROVAS OFICIAIS

1. São consideradas Provas Oficiais, todas as provas organizadas por qualquer Comissão Organizadora e aceites pela Comissão Técnica, não abrangidas pelo disposto nos artigos anteriores.
2. Só neste tipo de competições o número de provas poderá ser reduzido e disputadas em apenas um dia.
3. Estas Provas estão sujeitas ao presente Regulamento. No entanto, e por solicitação expressa das Comissões Organizadoras poderão ter características particulares, conforme segue:
  - Estarem reservadas apenas a um escalão etário;
  - Estarem sujeitas a um número limite de inscrições;
  - Não serem disputadas todas as provas (derby);
  - Serem disputadas apenas num dia;
  - Serem julgadas por um número de Juízes inferior aos limites mínimos estabelecidos pelo presente Regulamento;
  - Não ser efetuada a Inspeção Veterinária;
  - Não ser obrigatório o uso do número de xairel;
  - Ser a quantidade de obstáculos das provas Saltos, Crosse ou outra, inferior ao número de obstáculos mínimo previsto no presente Regulamento.

As Provas Oficiais regem-se pelo presente Regulamento e estão calendarizadas no Anexo 1, sem prejuízo de ocorrerem posteriores aditamentos, alterações de data ou cancelamentos.

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## 3. MOLDES DE COMPETIÇÃO

1. **Esta competição é sempre disputada em Equipa.**
2. As equipas são obrigadas a realizar 4 (quatro) provas, sendo duas de aspecto individual e duas por interação directa de todos os seus Atletas. Para a Classificação final contam sempre as 4 (quatro) provas.
3. Caso um conjunto ou uma Equipa não participe numa dada prova somará 0 (zero) pontos nessa prova.
4. A competição é disputada recorrendo aos pontos obtidos no desenrolar das diferentes etapas e vence a equipa que obtiver maior pontuação.
5. **Nas provas individuais contam as três melhores prestações individuais (pontuações) dos membros da Equipa.**
6. De acordo com o somatório de pontos apurados, será estabelecida a Classificação Final, bem como atribuídos os títulos de Campeão e de Vice-Campeão a cada Escola.
7. Em caso de empate na soma dos pontos obtidos na final do Campeonato Nacional, o método de desempate será estabelecido do seguinte modo: Ficará em primeiro lugar a equipa que tiver obtido um maior número de primeiros lugares nas jornadas disputadas ao longo do ano, ou segundos, e assim sucessivamente.
8. Um conjunto que desista da prova antes do seu final, não completando todas as restantes componentes dessa prova, não terá pontos contabilizados nessa Jornada exceto quando a desistência (por lesão do cavalo ou do atleta) for comprovada por um médico e pelo veterinário oficial da Comissão Organizadora.

## 4. EQUIPAS

1. Considera-se Equipa, um **conjunto de no mínimo três Atletas, sendo o máximo de quatro atletas** e respetivas montadas, formando conjuntos e que participam numa dada competição. Para além dos atletas fazem parte integrante das Equipas, o Chefe de Equipa, o Treinador, os técnicos de saúde e de veterinária, bem como o tratador. Estes agentes têm os seus direitos e deveres consagrados neste Regulamento.

## **REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO**

2. Não há número limite de equipas por Escola. Caso haja mais que uma Equipa na mesma competição, é obrigatório que essas tenham nomes diferentes, mas sempre precedido do nome oficial da instituição que representam que tem de ser comum às diferentes equipas da mesma Escola (Ex: EPDR.... / Equipa A; EPDR... / Equipa B, etc...)
3. As equipas não são imutáveis, ou seja, podem ser alteradas. Cada Escola poderá apresentar uma equipa diferente para cada jornada que defenderá o “bom nome” da referida Equipa e da Escola.
4. As substituições efetuadas a meio de uma prova ou jornada apenas são possíveis por motivos de impossibilidade comprovada do conjunto (atleta ou montada). Assim, as substituições apenas são autorizadas, se forem devidamente justificadas e atestadas por um médico, no caso do atleta ou pelo veterinário oficial da Comissão Organizadora, no caso das montadas.
5. Caso se verifique o parágrafo anterior, os pontos obtidos para a Equipa, até então pelo Atleta substituído, contarão até ao momento da sua substituição e serão somados os pontos do novo atleta após esse momento. Estas alterações terão de ser comunicadas imediatamente após o motivo de força maior e até uma hora antes do início da prova seguinte, pelo Chefe de Equipa.
6. Caso não seja possível a substituição, por falta de Atleta, as Equipas podem continuar as provas com três elementos. Neste caso o Atleta que não alinha somará 0 (zero) pontos nas Provas Individuais. Existem ainda, nestes casos, a ressalva definida na alínea d) do ponto 21.2. para a Prova de Crosse por Equipas e será adaptada a nota percentual de cada Atleta na Prova de Volteio por Equipas.
7. Na sequência do ponto anterior, uma equipa que por desistência(s) fique apenas com um ou dois Atletas, não poderá continuar em competição, sendo, no entanto, permitida a entrada “fora de prémio” dos restantes Atletas.

### **5. ATLETAS**

1. O Atleta tem de pertencer à Escola pela qual se inscreve. As Escolas poderão ser chamadas a atestar este ponto em qualquer momento.

## **REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO**

2. A idade máxima de participação dos Atletas neste tipo de competições é de **24 anos** (contando apenas o ano de nascimento).
3. Cada Atleta só poderá fazer parte de uma Equipa por Jornada, na qual terá de se manter até ao final da mesma. Contudo, tal não implica que numa próxima jornada não possa alinhar por outra Equipa, desde que da mesma Escola.
4. As Escolas devem garantir que o conjunto está apto a competir, em condições normais de segurança, para atletas e equinos, assegurando uma competição digna entre equipas e para o público.
5. Todos os Atletas devem ser portadores de um Seguro de danos pessoais. A Escola deve atestar, antes do início de qualquer competição que os seus atletas estão segurados. A omissão deste atestado é condição para que o Atleta não seja aceite na competição.
6. Cada Atleta só poderá utilizar uma montada por jornada com a qual deve cumprir todas as provas; excepto no que diz respeito à Prova de Volteio (em que poderá haver uma montada específica para este efeito).

### **5.1. Direitos**

1. Qualquer atleta tem direito a usufruir de boas condições técnicas, humanas e desportivas para a prática da Equitação e para a disputa destas provas.
2. Qualquer atleta tem direito a argumentar relativamente às questões que resultem da interpretação deste Regulamento, desde que, apresentem a reclamação por escrito e efetuem o pagamento de uma caução de 50,00 € (cinquenta euros), que será restituída caso a reclamação proceda. As reclamações dirigem-se ao Presidente de Júri.
3. Todos os atletas têm direito a uma resposta por escrito à sua reclamação, por parte do Presidente do Juri ou da Comissão Técnica.
4. Os Atletas, através dos Chefes de Equipa, podem solicitar os protocolos de avaliação das suas provas de Ensino, Volteio e Provas de Obstáculos (Hunter), no final das mesmas, após a publicação e cumpridos os prazos da divulgação dos resultados.
5. Os atletas, inseridos nas Equipas, são sempre representados pelo seu Chefe de Equipa.

## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

6. No que disser respeito a assuntos de responsabilidade civil ou criminal, os atletas menores de idade, têm que ser representados pelos pais ou por um encarregado de educação e de acordo com a Lei em vigor.

### 5.2. Deveres e Obrigações

1. Os atletas devem respeitar este Regulamento de acordo com as decisões estabelecidas pelo Júri, Comissário de Paddock, Oficiais e demais Órgãos Técnicos.
2. Os atletas devem competir num ambiente de *sã camaradagem* e *fair play* e prevalecendo sempre a Equipa em detrimento da sua pessoa ou do indivíduo.
3. Os Atletas, bem como as suas montadas, devem apresentar-se sempre, em condições de higiene e atavio, contribuindo para a dignidade da competição, mas fundamentalmente transmitir a adequada imagem da Escola a que pertencem.

### 6. CHEFES DE EQUIPA, TREINADORES E TRATADORES

1. A nomeação destes técnicos é a da responsabilidade da respectiva Escola, no momento da inscrição para cada competição.
2. Cada Escola terá de nomear, um e apenas um, **Chefe de Equipa** que representa todas as equipas dessa instituição, numa dada competição.
3. O **Chefe de Equipa** representa a(s) sua(s) equipa(s) em todos os procedimentos relativos ao desenrolar da competição e terá de ser informado de todas as decisões do Juri de Terreno, restantes Oficiais, Órgãos Técnicos e Comissão Organizadora, no que diga respeito aos membros da sua equipa.
4. O **Treinador** é a pessoa que tenha ministrado lições ao atleta e/ou montada ou ainda ao conjunto em causa, durante pelo menos três dias num período de tempo inferior a 3 meses em relação à data em que tem lugar a Prova.
5. Cada equipa tem direito a nomear, um e apenas um, **Treinador** que fará parte integrante da Equipa. Este Treinador tem de estar obrigatoriamente a leccionar na Escola.
6. Cada equipa tem direito a ter um **Tratador**, para cada duas Equipas.



## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

7. Os **Chefes de Equipa, Treinadores e Tratadores** podem estar presentes nas zonas adjacentes às pistas (Boxes e Pista de Aquecimento), desde que corretamente identificados.
8. Os **Chefes de Equipa, Treinadores e Tratadores** não podem, em caso algum, abordar ou falar com os juízes, durante o desenrolar das provas.

### 7. MONTADAS

1. Somente poderão competir equinos de qualquer raça de sela, de ambos os sexos, com mais de 4 anos de idade (de acordo com o ano de nascimento), com altura acima de 1,40m (pónies C) e portadores do Documento de Identificação de Equinos do país de origem.
2. A montada tem de se manter durante as provas de uma dada jornada ou competição, com o mesmo Atleta e completar com ele todas as provas, excepto a de Volteio.
3. A troca de montadas durante uma jornada ou competição é proibida. Esta troca apenas é permitida de uma jornada ou competição para outra.
4. As Escolas podem utilizar uma quinta montada para a prova de volteio e que fará parte integrante da Equipa.
5. A montada de volteio pode ser comum às Equipas da mesma Escola.
6. A montada de volteio pode ser uma das montadas em competição de uma dada Equipa, da mesma Escola.
7. Diferentes Escolas podem partilhar a mesma montada de Volteio, entre as suas Equipas.
8. O Documento de Identificação de Equinos (vulgo “Livro azul” ou “Livro verde”) tem de acompanhar sempre a montada e tem de ser apresentado sempre que solicitado por um oficial da Competição durante o decorrer das Provas, (conforme Decreto Lei 123/2013 de 28 de Agosto).
9. Este documento é sempre emitido pelos Serviços Oficiais do país de origem do animal ou pelas Associações que gerem os respetivos Livros Genealógicos, sendo que em Portugal a entidade competente para o efeito é a DGAV. Nele devem constar a identificação do animal, um resenho descritivo e outro gráfico e ainda

## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

o programa de vacinação do equino corretamente efetuado, de acordo com o Regulamento Veterinário da FEI.

10. Este Documento poderá ficar na posse da Organização, e nomeadamente, desde a entrada até à saída das montadas do recinto das Provas.

### 8. INSCRIÇÕES

1. As inscrições deverão ser enviadas, impreterivelmente, até cinco dias antes da jornada ou da competição, para o e-mail oficial da Comissão Técnica ou da Comissão Organizadora, caso indicado em programa, acompanhado pelos respetivos pagamentos (caso existam).
2. As inscrições devem obrigatoriamente informar:
  - Nome da Escola e nome(s) da(s) Equipa(s)
  - Nome dos Atletas para a jornada, incluindo o Suplente
  - Nome das montadas para a jornada e referência a um 5º cavalo (volteio)
  - Nome do Chefe de Equipa, mail e telemovel
  - Nome do(s) Treinador(es)
  - Nome do(s) tratador(es)
  - Nível das Provas a desenvolver por cada conjunto
  - Declaração da Escola a comprovar os seguros de danos pessoais dos seus Atletas
3. Qualquer inscrição que não cumpra estes requisitos será liminarmente rejeitada.
4. Um número de xairol, deverá ser distribuído a cada atleta em cada jornada.
5. O valor de inscrição é limitado a:
  - Equipas (3 a 4 Atletas) – 100,00 € / equipa
  - Atletas / “fora de prémio” – 30,00 € / atleta \*)
  - \*) Somente para Atletas representantes de Escolas que não possuam equipas a competir
6. As inscrições são pagas diretamente à CO onde decorrem as provas.
7. Poderá ser cobrada uma taxa pela utilização das boxes, a qual será paga directamente à CO onde decorrem as provas.

## **REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO**

8. A subscrição do seguro de danos pessoais é obrigatório e é da inteira responsabilidade da Escola do Atleta.

### **9. INDUMENTARIA DOS ATLETAS**

1. Os Atletas podem optar pelo uso de farda própria (civil ou militar) da Instituição que representam. Em qualquer caso, o traje para cada prova tem de estar em consonância com o definido pelo presente Regulamento, bem como com o que é definido pelos regulamentos FEP de cada disciplina.
2. Não obstante o ponto anterior, os Atletas deverão obrigatoriamente respeitar os seguintes pontos:
  - Toque ou capacete, com três pontos de apoio, em todas as provas, excluindo a prova de volteio.
  - Botas pretas para todas as provas, exceto na prova de Volteio.
  - O uso de gravata nas provas de Ensino e de Saltos de Obstáculos é obrigatória. Excluem-se deste ponto as fardas militares que não contemplem a mesma.
  - Na prova de Crosse pode utilizar-se um traje ligeiro, dentro da filosofia da prova.
  - Na prova de Crosse o capacete, com três pontos de apoio, é obrigatório.
  - Na prova de Crosse o uso de colete protector de tronco é obrigatório.
  - Calças brancas de equitação para as provas de Ensino e de Saltos de Obstáculos.
  - No volteio, pode-se utilizar qualquer tipo de calças de montar ou de lycra. Outro tipo de calças ou de calções não é permitido. O uso de saias não é permitido.
  - No volteio pode ser utilizado outro tipo de calçado, tipo sapatilhas ou alpercatas. O uso de ténis não é aconselhado. Não é obrigatório o mesmo tipo de calçado entre os membros da Equipa.
3. Os membros das Equipas obrigam-se a trajes discretos, dentro do espírito da Equitação, não sendo, em caso algum, permitidas T-shirts.

## **REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO**

4. No Crosse por Equipas os Atletas terão de usar um dorsal numerado do nº 1 ao nº 4 e cujos numeros terão de estar colocados nas costas e na frente, com um minimo de 20 cms altura. Os coletes são da responsabilidade das Escolas.
5. No Volteio por Equipas os Atletas terão de usar um número, do 1 ao 4, colocados no pulso / braço ou no tornozelo, com um minimo de 5 cms altura. Esta sinalética é da responsabilidade das Escolas.

### **10. ARREIOS DAS MONTADAS**

1. Os membros das Equipas obrigam-se ao definido e autorizado nos Regulamentos das disciplinas da FEP, para cada prova disputada, no que diz respeito aos arreios das montadas.
2. No volteio é obrigatório o cilhão com manta, rédeas fixas e bridão. O número de pegas do cilhão é facultativo. Aconselha-se o cilhão vulgo “de competição”.
3. No volteio é proibido o uso do “serrilhão”, bem como de outro tipo de rédeas auxiliares, que não as fixas.
4. Todos os membros de uma Equipa têm de ter suadoros iguais. Aconselham-se de cor branca e com o logotipo da Instituição bordado.
5. Todas as embocaduras são permitidas, desde que permitidas nos Regulamentos FEP de cada disciplina, excepto no que diz respeito ao ponto 10.4.

### **11. REGRAS NA PISTA DE AQUECIMENTO E PADDOCK**

1. A pista de aquecimento é o local onde os atletas trabalham as suas montadas antes de entrarem em pista e onde os atletas que efetuaram provas podem arrefecer ou descontraír as suas montadas.
2. É proibido, sob pena de eliminação do conjunto, que o atleta monte a sua montada ou o trabalhe de outra forma.
3. A pista de aquecimento e a sua utilização é controlada por um Comissário de Paddock cujas funções, competências e poderes estão definidas no ponto 11 deste Regulamento.
4. Todos os concorrentes têm o dever de urbanidade e respeito para com o Comissário de Paddock e devem dirigir-se a ele sempre que solicitado.

## **REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO**

5. O Paddock é também uma zona delimitada para a inspecção dos conjuntos antes de entrarem e depois de saírem de prova.
6. No Paddock é interdita a presença e permanência de qualquer outra pessoa que não o concorrente, o juiz de Paddock e o Chefe de Equipa, mas que não pode manifestar-se, salvo em situações de extrema urgência.
7. Na pista de aquecimento é interdita a presença de qualquer pessoa, excepto do Chefe de Equipa, dos Treinadores e/ou dos tratadores dos conjuntos, que aí se encontrem a aquecer.
8. Nas provas com obstáculos têm de estar colocados obstáculos na pista de aquecimento, de acordo com os regulamentos específicos das disciplinas.
9. A pista de aquecimento é uma zona de aquecimento e de concentração. Deste modo os concorrentes que saem de pista devem respeitar os que ainda não entraram, pelo que são proibidos quaisquer tipos de manifestações mais exuberantes ou qualquer tipo de brincadeiras que possam prejudicar os concorrentes.
10. O incumprimento das normas estabelecidas que antecedem conduzirá de imediato à comunicação por parte do Comissário de Paddock ao Presidente do Júri e o seu agente incorrerá em aplicação de sanção disciplinar a definir pela Comissão Técnica.

### **12. PRÉMIOS**

1. Os prémios pecuniários ou facilmente revertidos em dinheiro estão proibidos neste tipo de competições.
2. As CO's devem respeitar o seguinte no que concerne a prémios:
  - Troféus e Laços para as 3 primeiras equipas, classificadas em cada prova disputada;
  - Troféus e Laços para as 3 primeiras equipas, classificadas na Classificação Final de cada Jornada.
3. Trofeus individuais – relativos a qualquer classificação desportiva ou de outro âmbito (“melhor cavaleiro”, “cavaleiro mais rápido”, etc.) – são totalmente desaconselhados e proibidos neste tipo de competições.

## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

4. A Comissão Organizadora deverá providenciar, pelo menos, um laço a cada concorrente participante.

### 13. ORGÃOS E OFICIAIS DAS PROVAS

1. Consideram-se agentes oficiais das provas, todas as pessoas coletivas ou singulares com direitos e deveres, de acordo com a função exercida e que poderá estar direta ou indiretamente relacionada com a competição.
2. Todos os oficiais no exercício das suas funções estão sujeitos a este Regulamento e aos Regulamentos próprios de cada disciplina.
3. Nenhum oficial escolhido para o julgamento de provas poderá ter qualquer relação profissional ou desportiva com as Escolas em competição.
4. Na sequência da alínea anterior, as incompatibilidades definidas pela FEP têm de ser respeitadas.
5. Na escolha dos juizes tem de ser cumprido os seguintes requisitos:
  - a) **Presidente do Júri da Competição** – De nomeação obrigatória, será o Juiz com maior abrangência multidisciplinar ou o juiz de maior grau e/ou antiguidade. O Presidente do Júri pode pertencer ao Juri de Terreno de qualquer tipo de provas.
  - b) **Prova de Ensino** – Julgada por 3 Juizes FEP, de nível N1 ou superior, sendo o Presidente do Júri da prova, de Nivel N3. No caso de existirem mais de um retângulo de competições, o número de Juizes pode ser reduzido, desde que o mesmo grau da prova seja julgado pelo mesmo Juiz.
  - c) **Prova de Saltos de Obstáculos (Hunter)** – Julgada por 3 Juizes, sendo o Presidente do Júri da prova, de Nivel N3 (FEP). Os vogais do Júri podem ser Treinadores (com cédula de treinador do IPDJ) e conhecedores deste tipo de provas.
  - d) **Prova de Crosse** – Julgada por 1 Juiz FEP e que é o Presidente do Júri da prova. Este será auxiliado por um colégio de comissários escolhido pelo próprio e cujo número dependerá das especificidades da prova.
  - e) **Prova de Volteio** – Julgada no mínimo por 2 Juizes de reconhecidas capacidades técnicas para esta função, sendo um deles o Presidente do Júri da prova.

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## 13.1. Direitos

1. Os Juízes são sempre considerados pessoas credíveis e imparciais no gozo das suas funções. Em caso algum poderá ser posta em causa a imparcialidade e isenção do método de julgamento de cada juiz.
2. Os Juízes têm direito a um local cómodo e isolado para exercerem a sua função.
3. Deverão ser auxiliados por um ou dois secretários durante as Provas.

## 13.2. Deveres e Obrigações

1. Todos os Juízes e especialmente o Presidente do Júri têm a obrigação de pugnar pelo estrito cumprimento do presente Regulamento.
2. O Presidente do Júri é a autoridade máxima da competição e é a ele que compete fazer cumprir as condições técnicas e desportivas para um bom desenrolar das Provas.
3. O Presidente do Júri deverá aceitar, dar encaminhamento e emitir o seu parecer final sobre todas as reclamações apresentadas pelos concorrentes.
4. No final de cada Prova o Presidente do Júri deverá elaborar o “Relatório do Presidente do Júri”.

## 14. COMISSÁRIO DE Paddock

O Comissário de Paddock é um Oficial ou pessoa nomeada para esta função e que deverá ser escolhido da Lista de Juízes da FEP. Em caso de impossibilidade, este Oficial deverá ter conhecimentos para o exercício destas funções.

### 14.1. Direitos

1. Os Comissários são sempre consideradas pessoas credíveis e imparciais no exercício das suas funções. Em caso algum poderá ser posta em causa a imparcialidade e isenção do método e das decisões.
2. Os Comissários estão no Paddock ou à entrada de pista e têm direito à atribuição de um local cómodo e isolado para exercerem a sua função.
3. Podem ser auxiliados por um ou dois secretários / comissários durante as Provas.
4. O Comissário de Paddock não pode, em caso algum, ser responsabilizada por qualquer incumprimento ou omissão imputável ao concorrente.

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## 14.2. Deveres e Obrigações

1. Coordenar o aquecimento dos conjuntos na pista de aquecimento e a abordagem aos obstáculos aí montados, caso existam.
2. Coordenar as entradas em pista, de modo a que estas sejam céleres.
3. Inspeccionar os trajes dos atletas e arreios das montadas, de acordo com o definido no presente Regulamento
4. Controlar os números de xairel dos concorrentes e/ou os coletes no Crosse por Equipas.
5. Verificar da existência de marcas de sangue ou feridas recentes antes e depois da entrada em prova dos conjuntos.
6. Verificar da aplicação de meios de coação e/ou atos violentos, não permitidos às montadas.
7. O Comissário tem obrigatoriamente de comunicar qualquer irregularidade ou incumprimento do regulamento ao Presidente do Júri e somente após a decisão deste poderá comunicar ao concorrente a decisão tomada.

## 15. COMISSÃO DE RECURSO

1. Deverá ser designada uma Comissão de Recurso, sempre que possível, para cada jornada do Campeonato, cujas atribuições e competências constam dos Regulamentos da FEP.
2. Caso não exista Comissão de Recurso, será o Júri de Terreno que exercerá estas funções. Para o efeito o Presidente do Júri da Jornada deverá nomear dois vogais e formado este órgão colegial, devem dar seguimento às pretensões de recurso.
3. O Presidente do Júri pode, neste caso e sempre que entender, recorrer aos membros da Comissão Técnica.

## 16. DISPOSIÇÕES DISCIPLINARES E MULTAS

1. Qualquer pessoa, entidade ou órgão e/ou seus representantes que assumam qualquer das funções definidas no presente Regulamento, incorrem em disposições disciplinares.
2. As disposições disciplinares, à falta de Órgão para esse efeito, serão aplicadas pela Comissão Técnica.



# **REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO**

## **17. INSPECÇÃO VETERINÁRIA**

1. Poderá ser efetuada uma inspeção veterinária, antes ou durante as provas, com vista a verificar o estado de saúde dos equinos (nomeadamente se apresenta claudicação ou outra mazela que impeça a sua correta prestação desportiva), a sua documentação e, nomeadamente, se as vacinas estão atualizadas e se o animal corresponde ao resenho do seu documento identificativo.
2. O veterinário do concurso comunicará ao Presidente do Júri o resultado do exame, bem como a atitude a tomar em casos dúbios, fundamentando o seu parecer.
3. Em caso de se verificarem irregularidades, o cavalo poderá ser desclassificado por decisão do Presidente do Júri e comunicado ao Chefe de Equipa, pelo Presidente do Júri.
4. Todos os sinais de chagas, feridas e lacerações encontradas nos equinos, sobre os membros e no corpo, bem como as feridas causadas pelas cilhas e arreios deverão ser registadas. Se a participação ou a continuação na competição provocar o agravamento de quaisquer tipos de ferida no equino, este será desclassificado.

## **18. ORDEM DE ENTRADA E ENTRADAS EM PISTA**

1. A elaboração das ordens de entrada é da responsabilidade do secretariado das Provas e devem ser validadas pelo Presidente do Júri da Competição ou pelo Presidente do Juri de Terreno de cada prova.
2. Caso haja mais que uma prova por dia, as Ordens de Entrada poderão manter-se iguais para essas provas.
3. A ordem de entrada para a primeira prova deverá ser publicada na véspera do início das competições, até às 22:00 Horas. A ordem de entrada para as restantes provas deverá ser afixada pelo menos duas horas antes do início da prova, a menos que seja a mesma da(s) anteriores – mas tal deve estar definido e publicado.
4. Caso a montada do volteio seja comum a várias Equipas, deverá ser contemplado um período de descanso mínimo de 10 minutos.

## **REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO**

5. Os atletas têm 45 segundos, após a chamada, para entrarem no recinto (pista), ao fim do qual, caso não compareçam, serão eliminados.
6. O mesmo acontece, se após o toque da sineta, o atleta não iniciar a sua prova em 45 segundos.
7. O atleta imediatamente assegurar ao que iniciou a prova deve estar preparado para entrar em pista, pelo que o seu aquecimento deve terminar nesse instante.
8. Nas Provas Hunter é permitida a chamada à pista de dois conjuntos. O primeiro para executar a prova e o segundo para a iniciar imediatamente após o fim do anterior, mas nunca antes do aval do Presidente do Juri. Esta possibilidade é desaconselhada e só deve ser executada em casos de falta de tempo, no que diz respeito ao programa de provas.

### **19. PROVAS**

1. Uma jornada ou competição é constituída por 4 (quatro) provas.
2. Cada Equipa tem de completar as provas de Equipas (Volteio e Crosse), em Equipa.
3. Cada conjunto tem de completar as provas de Ensino e de Saltos de Obstáculos de forma individual, dando pontos à sua Equipa.
4. As provas não realizadas, tanto por Atletas como por Equipas, somam 0 (zero) pontos à Classificação Geral da jornada.
5. Nas provas individuais, os Atletas podem escolher o nível / grau em que competem, desde que se cumpra o definido pelos Regulamentos FEP próprios de cada disciplina, nomeadamente no que diz respeito à idade dos cavalos vs. prova a realizar.

#### **19.1. Prova de Ensino**

1. Nas Provas de Ensino, os juízes atribuem notas aos exercícios previamente estipulados no protocolo de Ensino e são descontados os pontos regulamentares atribuídos a erros executados, até um máximo de dois. O julgamento das provas de Ensino é o definido no Regulamento Nacional de Ensino, da FEP.
2. Nas jornadas do Campeonato serão disputadas, apenas, as seguintes provas e em cada uma, os seguintes graus:

## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

Prova	Entre o início do Ano Letivo e 31.12 (ano n)	Entre 01.01 e 31.03 (ano n+1)	Entre 01.04 e o final do Ano Letivo (ano n+1)
<b>Preliminar</b> (Coef. 1,000)	P1	P2	P3
<b>Elementar</b> (Coef. 1,025)	E1	E2	E3
<b>Média</b> (Coef. 1,050)	M1	M2	M3

3. Nas jornadas fora do Campeonato, aconselha-se o definido no ponto anterior.
4. **Os Coeficientes só serão aplicados aos resultados superiores a 55 %.**
5. Os motivos de eliminação estão definidos no ponto 21 deste Regulamento.

### 19.2. Prova de Saltos de Obstáculos - Hunter

1. O julgamento das provas de Saltos de Obstáculos Hunter é o definido no Regulamento Nacional de Saltos de Obstáculos, da FEP.
2. Nesta Competição serão disputadas, apenas, as seguintes provas e dentro de cada uma os seguintes graus:

Prova	Entre o início do Ano Letivo e 31.12 (ano n)	Entre 01.01 e 31.03 (ano n+1)	Entre 01.04 e o final do Ano Letivo (ano n+1)
<b>0.80 m</b> (Coef. 1,000)	Hunter Anexo O, RNSO FEP	Hunter Anexo O, RNSO FEP	Hunter Anexo O, RNSO FEP
<b>0.90 m</b> (Coef. 1,025)	Hunter Anexo O, RNSO FEP	Hunter Anexo O, RNSO FEP	Hunter Anexo O, RNSO FEP
<b>1.00 m</b> (Coef. 1,050)	Hunter Anexo O, RNSO FEP	Hunter Anexo O, RNSO FEP	Hunter Anexo O, RNSO FEP

3. Nas jornadas fora do Campeonato, aconselha-se o definido no ponto anterior.
4. **Os Coeficientes só serão aplicados aos resultados superiores a 50 %.**

## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

5. As provas, para além do definido no Anexo O do RNSO da FEP, poderão ter outro tipo de dificuldades, tais como: zonas de transição de andamentos obrigatórias, zonas de condução específicas (tipo maneabilidade), aumento da área da pista, aumento do número de obstáculos, entre outras especificidades que cumpram o âmbito deste tipo de provas.
6. Os motivos de eliminação estão definidos no ponto 21 deste Regulamento.

### 19.3. Prova de Crosse por Equipas

1. O julgamento das provas de crosse respeitará, nas omissões do presente Regulamento, o Regulamento Nacional de Concurso Completo de Equitação, da FEP.
2. O Crosse será sempre por equipas.
3. A classificação final será definida pelo tempo do **penúltimo** conjunto (3º Atleta) e dos pontos de **todos** os Atletas da Equipa.
4. A prova terá uma velocidade imposta de 450m/min, que conjugada com a extensão do percurso, dará origem a um tempo óptimo.
5. As penalizações, por segundo excedido ao tempo óptimo, serão multiplicadas por 0,4 e convertidas em pontos de penalização e adicionados ao somatório de penalizações da equipa nos obstáculos.
6. Vencerá a equipa com menor número de pontos de penalização.
7. Em igualdade de pontos, ganhará a equipa que, tendo cumprido o tempo, mais se aproxime do tempo óptimo.
8. Os motivos de eliminação estão definidos no ponto 22 deste Regulamento.
9. O nível de prova a manter durante todo o Campeonato é o Nível Preliminar – Máximo 1,00 m.

### 19.4. Prova de Volteio por Equipas

1. Nas jornadas do Campeonato e na Taça é estabelecido um protocolo de exercícios individuais e/ou colectivos que deverão ser executados pelos atletas de forma individual ou em conjunto. Estes Protocolos encontram-se em anexo ao presente Regulamento.

## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

2. Nas Provas oficiais, o programa da Prova deve indicar quais as provas e protocolos que serão utilizados.
3. O Júri atribui notas técnicas aos exercícios individuais e colectivos, dos quais deve resultar uma nota técnica final e atribui ainda uma nota artística, onde é avaliada a ligação entre os membros da equipa, a ligação dos exercícios, a coordenação, a coreografia e a música escolhida. Destes itens resultará uma nota artística final.
4. A Nota Final é a média das percentagens da nota técnica final e da nota artística final.
5. **No que diz respeito às notas técnicas individuais, apenas contarão as três melhores de cada equipa.**
6. Antes da prova é permitido um aquecimento da montada, no local e que não pode exceder dois círculos de 20 metros, a galope. Caso exceda, deve ser penalizada na nota artística.
7. O tempo limite para cada prova de Equipas é de 7 (sete) minutos.
8. Cada Atleta dispõe de 1 minuto para a sua prestação individual, a partir do momento em que toca a montada.
9. O andamento de galope deve ser preveligiado em detrimento dos restantes, que deverão ser penalizados
10. De acordo com a época do ano e para as jornadas do Campeonato, fica definido o seguinte:

<b>Prova</b>	<b>Entre o início do Ano Letivo e 31.12 (ano n)</b>	<b>Entre 01.01 e 31.03 (ano n+1)</b>	<b>Entre 01.04 e o final do Ano Letivo (ano n+1)</b>
<b>Nota Técnica</b>	Protocolo 1	Protocolo 2	Protocolo 3
<b>Nota Artística</b>	Protocolo 1	Protocolo 2	Protocolo 3

11. Nas jornadas fora do Campeonato, aconselha-se o definido no ponto anterior.

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## 20. PONTUAÇÕES

### 20.1. Provas julgadas por pontos

1. No caso das Provas julgadas por atribuição de pontos, pelo Júri (Ensino, Prova Hunter de Saltos de Obstáculos e Volteio), a introdução das notas poderá ser feita por preenchimento das folhas dos exercícios (protocolos) ou por sistema eletrónico individual em cada juiz, em ligação com a mesa. Em qualquer dos casos prevalece a nota escrita no protocolo do juiz.
2. Todos os exercícios a classificar pelos juízes, nas provas julgadas por atribuição de pontos, estarão numerados e definidos no protocolo da prova.
3. Os exercícios deste tipo de provas são classificados com notas de 0 a 10, segundo a seguinte escala:
  - 10 Excelente
  - 9 Muito Bom
  - 8 Bom
  - 7 Suficiente Mais
  - 6 Suficiente
  - 5 Razoável
  - 4 Insuficiente
  - 3 Sofrível
  - 2 Mau
  - 1 Muito Mau
  - 0 Não Executado
4. Nestas provas, poderão existir exercícios de coeficientes de 1, 2 ou 3 e que têm de estar explicitos nos protocolos das provas.

### 20.2. Coeficientes e Pontuações

1. As provas individuais terão um peso diferente para a Classificação Geral da jornada, consoante o grau de dificuldade. Assim, serão aplicados os seguintes coeficientes:
  - Prova de Ensino Preliminar / Prova de Saltos a 0.80 m – Coeficiente 1.0
  - Prova de Ensino Elementar / Prova de Saltos a 0.90 m – Coeficiente 1.025

## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

- Prova de Ensino Média / Prova de Saltos a 1.00 m – Coeficiente 1.05
  - Os coeficientes das provas individuais serão aplicados aos pontos obtidos na Classificação da Prova, desde que cumpram a nota mínima definida para cada prova.
- 2. As provas individuais (Ensino, Saltos de Obstáculos) terão um peso (coeficiente) de 1 (um) para a Classificação Geral da Jornada.**
- 3. As provas colectivas (Volteio e Crosse por Equipas) terão um peso (coeficiente) de 4 (quatro) para a Classificação Geral da Jornada.**
4. Os pontos de cada conjunto serão atribuídos a partir de uma Classificação Individual nas provas individuais e de uma Classificação Colectiva para as provas colectivas.
- 5. As pontuações atribuídas nas provas individuais (Ensino e Saltos de Obstáculos) e que serão contabilizadas para a Classificação Geral das Equipas são:**
- Ao 1º classificado da prova – n+1 pontos
  - Ao 2º classificado da prova – n-1 pontos
  - Do 3º classificado da prova – n-2 pontos (e assim sucessivamente até ao penúltimo classificado – n-3, n-4, n-5,...,n-n+1)
  - Ao último classificado de cada prova – 1 ponto
  - Sendo n = Número de concorrentes individuais.
  - Os Atletas “fora de prémio” não entrarão nesta classificação.
  - Serão acrescentados os respectivos coeficientes das provas (1.00; 1.025; 1.05), desde que se cumpra a nota mínima definida para cada tipo de prova.
- 6. As pontuações atribuídas nas provas coletivas (Volteio e Crosse) e que serão contabilizadas para a Classificação Geral das Equipas são:**
- À 1ª Equipa classificada na prova – n+1 pontos
  - À 2ª Equipa classificada na prova – n-1 pontos
  - À 3ª Equipa classificada na prova – n-2 pontos (e assim sucessivamente até à penúltima classificada – n-3, n-4, n-5,...,n-n+1)
  - À última classificada na prova – 1 ponto
  - Sendo n = Número de equipas em prova.

## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

- As “equipas” compostas por atletas “fora de prémio” não contarão para esta classificação.
7. Na Classificação Final, as equipas com zero(s) ponto(s) em prova(s) ficarão abaixo das equipas que completaram todas as provas, independentemente da sua pontuação.
  8. Não haverá equipas empatadas. Para a atribuição da Classificação Geral da Prova ou da Jornada, o primeiro critério a considerar é o número de provas terminadas pela equipa, tanto ao nível individual como colectivo.
  9. Depois, de entre as equipas com igual número de provas terminadas, somam-se os pontos nas diferentes provas. Em caso de empate no número de pontos, a Classificação Final da Prova será estabelecida pelo seguinte método de desempate:
    - 1º - Prova de Ensino
    - 2º - Prova de Saltos de Obstáculos
    - 3º - Prova de Crosse
    - 4º - Prova de Volteio
  10. A Classificação Geral do Campeonato Nacional é estipulada de acordo com os lugares de classificação de cada equipa. Serão, para o efeito, contabilizadas as seguintes pontuações, após o final de cada jornada:
    - 1º Lugar na jornada – 11 pontos
    - 2º Lugar na jornada – 9 pontos
    - Do 3º ao 10º Lugar na jornada – De 8 a 1 pontos, respetivamente
    - Após o 10º Lugar na jornada – 1 ponto
  11. Em caso de empate na Classificação Geral do Campeonato, aplicam-se os seguintes procedimentos de desempate, pela ordem de prioridade apresentada:
    - Primeiro, o maior numero de primeiros lugares alcançados
    - Segundo, o maior numero de segundos lugares alcançados
    - Terceiro, o maior numero de terceiros lugares alcançados
    - A menor média de idades da Equipa



## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

### 20.3. Emendas nas folhas dos Juizes e Notas não dadas.

1. Todas as emendas ou rasuras efetuadas pelo Juiz, na sua folha de classificação, devem vir devidamente, por si, rubricadas. Caso tal não se verifique, o secretariado não lançará a nota em dúvida, até que a mesma seja validada pelo Juiz que a atribuiu.
2. A uma nota não dada, o secretariado atribuirá no respetivo exercício a média aritmética das notas dos outros juízes, arredondada para as unidades.
3. Para que seja atribuída uma nota de zero, terá que haver unanimidade entre os juízes. Caso isso não aconteça o secretariado não lançará a referida nota, e comunicará o sucedido ao Presidente do Júri, que deliberará de acordo com o conveniente.

### 20.4. Tempos / Cronometragem

1. O tempo permitido para a prova de Ensino é o definido pelo Regulamento de Ensino da FEP, de acordo com cada tipo de prova.
2. Na Prova de Obstáculo Hunter não há cronometragem do tempo de prova.
3. Na prova de Volteio, os tempos concedidos a cada Atleta nas coreografias individuais, bem como à Equipa estão definidos nos Protocolos das provas. Após o tempo concedido não serão julgados mais exercícios, sendo atribuída a nota 0 (zero) em cada um deles.
4. **No Crosse, a cronometragem inicia-se no primeiro conjunto a passar os visores de partida e termina quando o *penúltimo* conjunto passar os visores de chegada.**

## 21. MOTIVOS DE ELIMINAÇÃO NAS PROVAS INDIVIDUAIS

### 21.1. Motivos de Caracter Geral

1. Demorar mais de quarenta e cinco segundos a comparecer no recinto após a chamada;
2. Entrar em pista antes do toque de entrada;
3. Demorar mais de quarenta e cinco segundos para iniciar a prova após o toque da sineta;
4. Não cumprimentar o júri, sem que tenham sido dispensados os cumprimentos;

## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

5. Equino apresentar sangue em qualquer zona exterior do corpo provocado pela embocadura, esporas e vara ou feridas anteriores não curadas.
6. Se o equino se apresentar a claudicar;
7. Se o atleta maltratar a sua montada;
8. Se a participação ou continuação na competição provocar o agravamento de quaisquer tipos de chagas, feridas ou lacerações no cavalo;
9. Queda do atleta, excepto na prova de Volteio;
10. Ajudas exteriores de qualquer natureza. Por “**ajudas exteriores**” entende-se qualquer tipo de ajuda que, manifestamente, sirva para o Atleta completar a sua prova e que deveria ser do seu total conhecimento (p.e.: ditamento da prova de ensino, ditamento do percurso de obstáculos, da coreografia de Volteio, etc...).
11. Recurso a substâncias suscetíveis de camuflar feridas ou assentaduras (por exemplo: sprays coloridos, azul de metileno, óxido de alumínio, graxa, entre outros). O uso de substâncias com efeito preventivo, tais como óleos, vaselina, etc., é permitido desde que transparentes e que não sirvam para esconder lesões evidentes e feridas já existentes.
12. Quando houver motivo para a eliminação de um concorrente, o Presidente do Júri deverá fazer a respectiva comunicação ao Secretariado. A comunicação da eliminação deverá ser efetuada publicamente pelo sistema de som.
13. No caso de desclassificação, o anúncio público não deve indicar qual o motivo.

### 21.2. Motivos de Caracter Particular

1. Os motivos particulares de eliminação, **em cada tipo de prova**, são os definidos pelos Regulamentos FEP, próprios de cada disciplina.

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## 22. MOTIVOS DE ELIMINAÇÃO NA PROVA DE CROSSE

### 22.1. Motivos de Caracter Geral

1. Na Prova de **Crosse por Equipas**, são motivos de eliminação:

- a) Terceira recusa do mesmo conjunto no mesmo obstáculo. Ou seja, cada conjunto só poderá dar 2 recusas no mesmo obstáculo.
- b) Quarta recusa do mesmo conjunto em obstáculos diferentes. Ou seja, cada conjunto só poderá dar três recusas em todo o percurso, respeitando-se, também, o ponto anterior.
- c) Para Equipas de 4 Atletas: Nona recusa da equipa no somatório dos conjuntos. Ou seja, cada equipa só poderá dar oito recusas no somatório dos obstáculos e no somatório dos Atletas que compõem a Equipa.
- d) **Para Equipas de 3 Atletas:** Sétima recusa da equipa no somatório dos conjuntos. Ou seja, cada equipa só poderá dar seis recusas no somatório dos obstáculos e no somatório dos Atletas que compõem a Equipa.
- e) **Se um Atleta saltar o obstáculo seguinte, sem que o obstáculo anterior esteja transposto por três membros da Equipa.** Ou seja, o obstáculo “n+1” só poderá ser saltado por um membro da Equipa, **após três Atletas** terem saltado o obstáculo “n”.
- f) A queda de um qualquer Atleta da Equipa, independentemente de ser composta por três ou quatro Atletas.

### 22.2. Motivos de Caracter Particular

1. Os motivos particulares de eliminação, são os definidos pelo Regulamento FEP, para a disciplina de Concurso Completo de Equitação.

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## ANEXOS

### ANEXO 1

#### CALENDÁRIO DE PROVAS

Ficam estipuladas, para o biénio 2015 / 2016:

#### **Campeonato Nacional**

- I Jornada 9 e 10 de Novembro de 2015 Feira Nacional do Cavalo Golegã
- II Jornada 9 e 10 de Março 2015 Centro de Alto Rendimento Golegã
- III Jornada 12 a 15 de Maio de 2015 Expo Égua Golegã

#### **Taça de Portugal**

Data a definir

Local a definir

**Nota:** A inclusão de mais competições a este Calendário, deverá ser feito pelas Comissões Organizadoras proponentes à Comissão Técnica.

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## ANEXO 2

### FOLHA DE INSCRIÇÃO EM COMPETIÇÕES

PROVA \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_ Local \_\_\_\_\_

NOME DA ESCOLA			
NOME DA EQUIPA			
CHEFE DE EQUIPA (CE)			
Telemóvel CE		e-mail CE	
e-mail da Escola			

#### ATLETAS

Nome 1		Data Nascim.	
Nome 2		Data Nascim.	
Nome 3		Data Nascim.	
Nome 4		Data Nascim.	
Suplente		Data Nascim.	

#### EQUIPA TÉCNICA

Treinador		Telemóvel	
Tratador		Telemóvel	

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## EQUINOS

Nome 1		Microchip	
Nome 2		Microchip	
Nome 3		Microchip	
Nome 4		Microchip	
Volteio		Microchip	

**NOTA:** O nome das montadas deve coincidir com o nome dos Atletas, de acordo com a numeração empregue, exclusivamente para este fim.

## PROVAS

- Indicar o Grau o tipo e o grau da prova de Ensino e a altura dos obstáculos.
- Indicar mediante “sim” ou “não” a participação na Prova de Crosse (Observ.)

<b>Atleta</b>	<b>Ensino</b>	<b>Saltos</b>	<b>Observações</b>

## ALOJAMENTOS

SIM / NÃO                      Data de Entrada \_\_\_\_\_

Observações:

## REFEIÇÕES

SIM / NÃO                      Observações:

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## DADOS PARA EMISSÃO DE DOCUMENTOS

Nome Instituição	
Morada	
Cód. Postal / Localidade	
e-mail	
NIF	

### DECLARAÇÃO DE RESPONSABILIDADE

\_\_\_\_\_, na qualidade de  
Representante Legal da Escola \_\_\_\_\_,  
declara por sua honra que:

- Todas as informações prestadas são verdadeiras;
- Todos os Atletas inscritos frequentam, à data da prova, a referida Escola;
- Todos os atletas inscritos possuem, à data da prova, um seguro de danos próprios, em validade;
- O Treinador nomeado é, à data, treinador / professor da referida Escola
- Todos os equinos possuem Documentação legal em vigor, estão identificados com microchip de acordo com a Lei em vigor e tem o seu programa de vacinação de acordo com o Regulamento Veterinário da FEP e da FEI

DATA \_\_\_\_\_ Assinatura do Responsável \_\_\_\_\_

(carimbo da Instituição)

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## ANEXO 3

### CÓDIGO DE CONDUTA FEI PARA O BEM-ESTAR DO CAVALO

A Federação Equestre Internacional (FEI) exige que as Federações Nacionais e todos os envolvidos no desporto equestre internacional sigam este Código de Conduta e considerem que o bem-estar do cavalo deve ser prioritário em todas as situações e estar acima de qualquer influência competitiva ou comercial.

1. Em todas as etapas de preparação e apresentação de cavalos de competição, o bem-estar do cavalo deve estar acima de todas as outras exigências. Tal inclui boa gestão do cavalo, métodos de treino, ferração e arreios, e transporte.
2. Cavalos e Atletas têm de estar em forma e saudáveis para serem autorizados a competir. Têm de ser tomados em consideração factores tais como: uso de medicamentos, intervenções cirúrgicas que possam ameaçar o bem-estar ou segurança, gravidez das éguas e o mau uso das ajudas.
3. Os concursos não devem prejudicar o bem-estar do cavalo. Tal implica uma atenção especial às pistas de competição, pisos, condições atmosféricas, estábulos, segurança das instalações e saúde do cavalo para viajar depois do concurso.
4. Têm de ser feitos todos os esforços para garantir aos cavalos cuidados adequados depois de cada competição e que sejam bem tratados quando terminem as suas carreiras desportivas. Isto inclui tratamento veterinário adequado, tratamento das lesões de competição, reforma e eutanásia.

**A FEI aconselha todos os envolvidos no desporto a adquirir o mais alto nível de formação dentro da sua área de competência.**



# **REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO**

## **ANEXO 4 PROTOCOLOS DE VOLTEIO**

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

**Nome da Equipa**

**ATLETA 1 –**

**ATLETA 2 –**

**ATLETA 3 –**

**ATLETA 4 –**

**Longuer -**

**Juiz -**

**Data -**

**Local -**

**\*\*\* VOLTEIO \*\*\***

## PROTOCOLO 1

### NOTAS TÉCNICAS ATLETAS INDIV. (AT's)

Nº	Exercício	Diretrizes	Coef.	AT 1	AT 2	AT 3	AT 4
1	Montar (cavalo a galope para a mão esquerda)	Coordenação, Ritmo, Força de impulsão, Tensão, Equilíbrio e Flexibilidade	1				
2	Posição Base (3-4 passadas de galope) e com os braços abertos	Harmonia com o cavalo, Postura e Flexibilidade	2				
3	Rotações do Troco para a esquerda e para a direita. Festas no pescoço e na garupa alternadamente (4 passadas galope)	Harmonia, Equilíbrio, Flexibilidade e à vontade. Rotações vs. Ritmo das passadas.	1				
4	Toque de calcanhares em prancha, sobre a garupa. (Na preparação para a tesoura)	Coordenação, Força de Impulsão, Equilíbrio, Flexibilidade, o toque de calcanhares, o retorno à posição base.	2				
<b>Transição ao Passo</b> (revoga apenas nos Ex <sup>os</sup> 5, 6 e 7) o art <sup>o</sup> 19.4.6. do RNCIE							
5	Moinho	Flexibilidade, Tensão. Equilíbrio, Harmonia, Ritmo, Coordenação.	2				
6	Banco, seguido de Bandeira de Perna e Braço.	Tensão corporal, Flexibilidade, Equilíbrio, harmonia com o cavalo.	1				
7	Perna interior sobre o pescoço e apear a passo para o lado exterior	Flexibilidade, Equilíbrio, Coordenação, Chegada ao solo, a postura, olhar em frente.	1				
<b>TOTAIS ATLETAS (Máximo 100 pts / cada)</b>							
<b>TOTAL FINAL (Máximo 100 pts)</b>							

**TEMPO – 1 m cada Atleta**

## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

### NOTAS TÉCNICAS ATLETAS COLECTIVAS

Nº	Exercício / Ordem Obrigatória	Diretrizes	Coef.	Colec
1	Atleta 1 montar a galope, seguido imediatamente do Atleta 2 que monta a galope atrás do Atleta 1	Coordenação, Ritmo, Força de impulsão, Tensão, Equilíbrio e Flexibilidade	1	
2	Posição base em ambos os atletas (4 passadas)	Harmonia com o cavalo, harmonia do conjunto, Postura e Flexibilidade	1	
3	Atleta 1 – Passagem ao assento lateral exterior, com perna esquerda sobre o pescoço e apear para o lado exterior.	Coordenação, Força de Impulsão, Flexibilidade, equilíbrio, chegada ao solo e manter a postura, olhar em frente.	1	
4	Atleta 3 montar a galope atrás do atleta 2	Coordenação, Ritmo, Força de impulsão, Tensão, Equilíbrio e Flexibilidade	1	
5	Posição base em ambos os atletas (4 passadas)	Harmonia com o cavalo, harmonia do conjunto, Postura e Flexibilidade	1	
6	Atleta 2 – Passagem ao assento lateral exterior, com perna esquerda sobre o pescoço e apear para o lado exterior.	Coordenação, Força de Impulsão, Flexibilidade, Equilíbrio, chegada ao solo e manter a postura, olhar em frente.	1	
7	Atleta 4 montar a galope atrás do atleta 3	Coordenação, Ritmo, Força de impulsão, Tensão, Equilíbrio e Flexibilidade	1	
8	Posição base em ambos os atletas (4 passadas)	Harmonia com o cavalo, harmonia do conjunto, Postura e Flexibilidade	1	
9	Atleta 3 – Passagem ao assento lateral exterior, com perna esquerda sobre o pescoço e apear para o lado exterior.	Coordenação, Força de Impulsão, Flexibilidade, equilíbrio, chegada ao solo e manter a postura, olhar em frente.	1	
10	Atleta 4 – Passagem ao assento lateral exterior, com perna esquerda sobre o pescoço e apear para o lado exterior.	Coordenação, Força de Impulsão, Flexibilidade, equilíbrio, chegada ao solo e manter a postura, olhar em frente.	1	
<b>TOTAL FINAL (Máx. 100 pts)</b>				

**TEMPO – 1m30s para a Equipa**

### NOTAS ARTISTICAS

Nº	Item	Diretrizes	Coef.	Artis
A	<b>Kur – Prova Livre Coletiva (1:30m)</b>	Coordenação, Coreografia Técnica	2	
B	Entrada e Saída em Grupo	Coordenação, Coreografia Comportamento	1	
C	Longeur	Coordenação com os Atletas Estilo, Adaptação e Técnica	1	
D	Cavalo	Capacidade para a disciplina Ensino e Submissão	1	
E	Prestação em Grupo	Coordenação, Espírito de Equipa Comportamento	2	
F	Apresentação da Equipa	Traje Limpeza e Asseio de Atleta e Cavalos Homogeneidade	2	
G	Musica	Adaptação à coreografia	1	
<b>TOTAL FINAL (Máx. 100 pts)</b>				

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## ASPECTOS TÉCNICOS

### Andamento Obrigatório – Galope.

Salvaguarda-se os Exercícios Individuais 5, 6 e 7 (revogando-se momentaneamente, nestes exercícios, o artº 19.4.9 e 19.4.10. do RNCIE) em que o **passo é obrigatório**.

**Diâmetro do Circulo:** Limite mínimo: **15 metros**  
Limite máximo: 20 metros

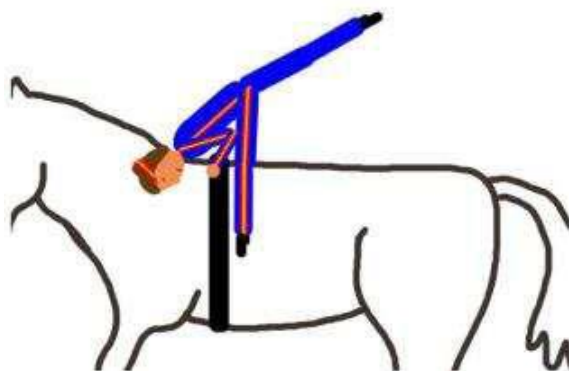
**Tempos:** Prestações Individuais: 1m:00s cada atleta (artº 19.4.8 do RNCIE)  
Prestação Coletiva: 1m:30s  
Kur: 1m:30 m  
Tempo Total da Prova: 7m:30s

**Ordem Obrigatória:** Prestações Individuais> Prestações Coletivas> Kur

## DIRECTRIZES AOS EXERCÍCIOS

<b>Montar (Cavalo a galope p/ mão esquerda)</b>	<b>Faltas</b>
Aproximação ao do cavalo na direção da cilha, chegar até junto do cavalo e pegar nas argolas do cilhão.	
Manter andamento ao lado do cavalo ligeiramente atrás da cilha, na mesma mão e ritmo, com os ombros e o quadril paralelos às espaldas do cavalo e olhar em frente	- Correr com a perna contrária - Não acompanhar o ritmo do cavalo - Correr por diante do cavalo - Não olhar em frente
Saltar com os dois pés juntos (batida), à frente da mão esquerda do cavalo.	- Batida atrasada em relação ao andamento - Batida atrasada à mão esquerda do cavalo
Aproveitando o máximo da impulsão do cavalo, lançar com velocidade a perna direita para cima, elevar o quadril mais alto que os ombros, ao mesmo tempo que a perna esquerda permanece estendida para baixo.	- Falta de extensão das pernas - Não elevar o quadril acima dos ombros
Uma vez com o quadril como parte mais alta do corpo, exerce um empurrão final até cima com a força dos braços e logo baixando a perna direita, mantendo o centro de gravidade sobre as mãos, sentando-se suavemente atrás do cilhão, endireitar o tronco e adaptar a posição base de assento.	- Sentar-se muito atrás, muito para fora ou muito para dentro (corpo inclinado para um dos lados) - Sentar-se “pesadamente” sobre o cavalo
<b>DIRECTRIZES:</b> - Coordenação - Ritmo - Força de impulsão - Tensão - Equilíbrio - Flexibilidade	<b>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</b> - Quadril sobre o dorso do cavalo - Assento diretamente atrás do cilhão

## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO



Posição Base	Faltas
Sentar-se sobre os ísquiones e a púbis, com o quadril e ombros paralelos às espaduas do cavalo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sentar-se colocando a maior parte do peso do corpo sobre a púbis.</li> <li>- Quadril e ombros sem estarem paralelos às espaduas do cavalo</li> <li>- Quadril deslocado em relação à linha da coluna do cavalo.</li> </ul>
As pernas para baixo envolvendo o cavalo suavemente, a parte da frente dos joelhos, o peito e a ponta do pé formam uma linha reta apontando para a frente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Encolher os joelhos</li> <li>- Rodar a(s) perna(s) para fora</li> <li>- Falta de extensão da ponta do(s) pé(s)</li> </ul>
Deve-se poder traçar uma linha perpendicular ao solo que passe pelas orelhas, ombros, quadril e tornozelo do atleta.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Costas arqueadas ou curvadas</li> <li>- Pés para diante do quadril</li> <li>- Ombros fechados</li> </ul>
Com o tronco reto, <b>abrir os braços em linha reta pelo costado, desde os ombros até aos dedos.</b> As mãos com os dedos fechados e com a palma virada para baixo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tronco inclinado ou reclinado</li> <li>- Braços muito altos ou muito baixos</li> <li>- Braços avançados ou atrasados em relação aos ombros</li> </ul>
Os ombros devem permanecer relaxados para manter os braços quietos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ombros tensos ou levantados</li> </ul>
Posição da cabeça mantendo o olhar para a frente. Manter os braços abertos durante 4 tempos de galope e voltar à posição base.	<p>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadril sobre o dorso do cavalo</li> <li>- Assento diretamente atrás do cilhão</li> </ul>
<p>DIRECTRIZES:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Harmonia com o cavalo</li> <li>- Postura</li> <li>- Flexibilidade</li> </ul>	<p>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Equilíbrio com o movimento do cavalo</li> <li>- Postura</li> </ul>



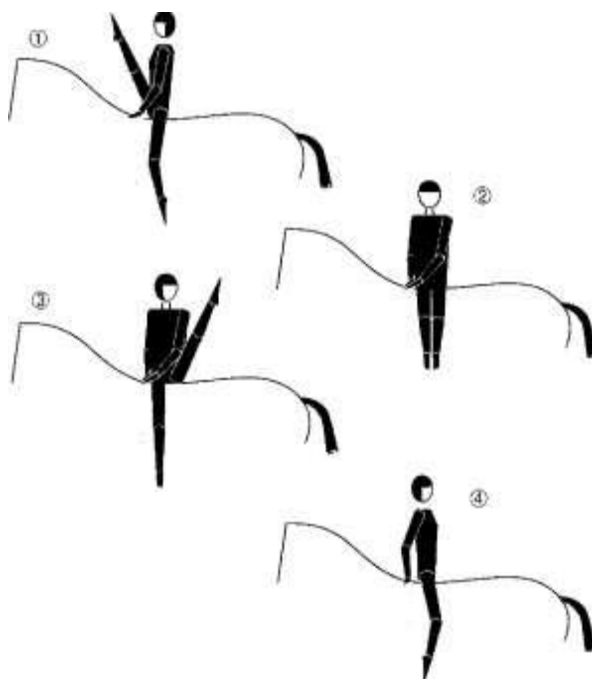
## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

<b>Toque de calcanhares sobre a garupa em prancha</b>	<b>Faltas</b>
Vindo da posição base, as pernas impulsionam-se estendidas para diante e imediatamente, empregando velocidade, para trás e para cima ao ritmo do cavalo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sentar-se colocando a maior parte do peso do corpo sobre a púbis.</li> <li>- Quadril e ombros sem estarem paralelos às espaldas do cavalo</li> <li>- Quadril deslocado em relação à linha da coluna do cavalo.</li> </ul>
O tronco começa a baixar quando as pernas se alinham com o mesmo, impulsionando-o até à posição de extensão total dos braços; uma vez chegado ao ponto mais alto, tocar com os calcanhares sobre e a garupa.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Encolher os joelhos</li> <li>- Rodar a(s) perna(s) para fora</li> <li>- Falta de extensão da ponta do(s) pé(s)</li> </ul>
Baixar novamente para a posição base e amortecer o assento sobre o dorso do cavalo, com a força de braços e tronco.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Costas arqueadas ou curvadas</li> <li>- Pés para diante do quadril</li> <li>- Ombros fechados</li> </ul>
<b>DIRECTRIZES:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ritmo</li> <li>- Força de Impulsão</li> <li>- Coordenação</li> <li>- Tensão corporal</li> <li>- Equilíbrio</li> </ul>	<b>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Altura e posição do ponto de equilíbrio</li> <li>- Coordenação da transmissão do impulso</li> <li>- Toque de calcanhares</li> <li>- Regresso à posição básica</li> </ul>

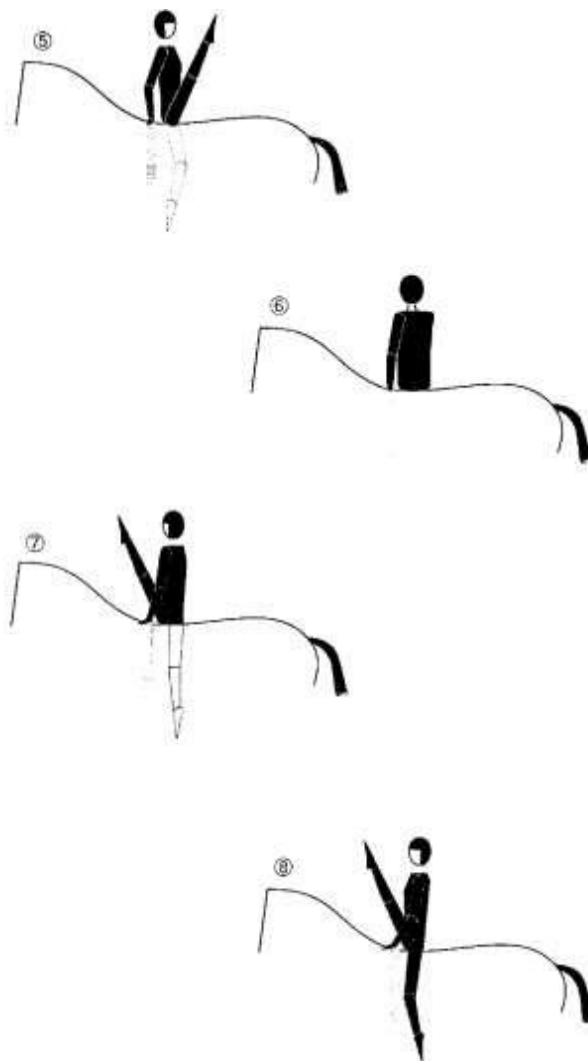
<b>Moinho</b>	<b>Faltas</b>
<b>FASE 1</b>	
Desde a posição base, elevar a perna esquerda estendida para o lado interior e para a posição de assento lateral, com as pernas juntas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inclinação excessiva do tronco para trás, ou encurvar a coluna</li> <li>- Perna passiva não permanece no seu lugar</li> <li>- Joelho da perna passiva encolhido</li> <li>- Perna ativa não estendida</li> <li>- Pernas separadas durante o assento lateral</li> <li>- Levantar os ísquiones</li> <li>- Eixo dos ombros e do quadril não paralelo</li> </ul>
<b>FASE 2</b>	
Desde o assento lateral interno, elevar a perna próxima da garupa, estendida até ao lado exterior para a posição base de costas (ombro e quadril e pé numa linha perpendicular)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inclinação excessiva do tronco para trás, ou encurvar a coluna</li> <li>- Perna passiva não permanece no seu lugar</li> <li>- Joelho da perna passiva encolhido</li> <li>- Perna ativa não estendida</li> <li>- Levantar os ísquiones</li> <li>- Eixo dos ombros e do quadril não paralelo</li> </ul>
<b>FASE 3</b>	
Desde a posição base de costas, elevar a perna interna estendida até ao lado exterior e para a posição de assento lateral exterior, com as pernas juntas.	Igual a Fase 1

## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

FASE 4	
Desde o assento exterior, elevar a perna próxima do cilhão, estendida até ao lado interior para a posição base (ombro e quadril e pé numa linha perpendicular)	Igual a Fase 2
DIRECTRIZES: <ul style="list-style-type: none"><li>- Flexibilidade</li><li>- Tensão corporal</li><li>- Equilíbrio</li><li>- Harmonia</li><li>- Ritmo</li><li>- Coordenação</li></ul>	CRITERIOS FUNDAMENTAIS: <ul style="list-style-type: none"><li>- Assentos equilibrados</li><li>- Postura</li><li>- Amplitude dos movimentos</li><li>- Ritmo</li></ul>



## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO



<b>BANCO – BANDEIRA (Perna / Perna e Braço)</b>	<b>Faltas</b>
<p>Inicia-se da posição base, com impulsão para tomar de forma direta e suave a posição de joelhos. Os joelhos apoiam-se de cada lado da coluna do cavalo e os pés em direção ao exterior da coluna do cavalo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Impulso exagerado</li> <li>- Posicionar-se pesadamente sobre o cavalo</li> <li>- Não se posicionar com ambas as pernas em simultâneo</li> </ul>
<p>Ombros por cima das pegas do cilhão, paralelos às espaldas do cavalo, não mais abaixo da altura dos quadris. Os cotovelos devem estar com uma ligeira flexão para amortecer os movimentos do cavalo, juntamente com os joelhos e quadris.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ombros adiante ou atrás das pegas</li> <li>- Ombros debaixo da altura dos quadris</li> <li>- Cotovelos estirados</li> <li>- Ombros rígidos</li> </ul>



## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

<p><b>Bandeira de Perna:</b> Os músculos detrás da vertical e a da perna externa estendem-se para trás e para cima, mantendo os quadris paralelos com a garupa do cavalo. A perna de apoio fica em contacto permanente com o dorso do cavalo, desde o joelho até à ponta do pé. O eixo dos ombros e dos quadris sempre horizontal e quase à mesma altura.</p> <p><b>Bandeira de Perna e Braço Alternada:</b> Primeiro esticar a perna direita para trás e para cima, depois o braço esquerdo esticado para a frente e para cima. Mão esquerda, braço, ombros, omoplata, perna direita e pé direito fazem uma linha constante dobrada ligeiramente acima da linha horizontal.</p> <p><b>Bandeira de Perna e Braço ao mesmo tempo:</b> Como a anterior, mas de grau de dificuldade superior, uma vez que a perna e o braço deixam a posição de banco ao mesmo tempo.</p> <p><b>Transição da Bandeira ao Banco:</b> Ao mesmo tempo levar a mão esquerda às argolas e a perna direita para o lado da esquerda e tomar a posição de banco.</p> <p><b>Retomar da Bandeira à Posição Base:</b> Ao mesmo tempo levar a mão esquerda à argola e a perna direita esticada, à parte exterior do cavalo. Através de um rápido apoio de braços, sentar diretamente atrás do cilhão.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo o peso nos joelhos, esmagando o dorso do cavalo</li> <li>- Pés fletidos e cravados no dorso do cavalo</li> <li>- O músculo da perna de apoio adiante da vertical</li> <li>- Sentar-se sobre o calcanhar</li> <li>- Perna externa com o joelho levantado</li> <li>- Perna externa instável</li> <li>- Perna externa e/ou braço interno não paralelo à coluna cervical do cavalo</li> <li>- Flexão anómala da coluna</li> <li>- Braço fletidos</li> <li>- Braço e/ou perna por debaixo da horizontal</li> <li>- Peso não distribuído de igual forma</li>   <li>- Braço e perna sobem um atrás do outro</li> <li>- Braço e perna baixam um atrás do outro</li>   <li>- Sentar-se pesadamente</li> <li>- Sentar-se de forma não controlada</li> </ul>
<p>Olhar sempre em frente. O eixo longitudinal do atleta deve estar paralelo ao eixo longitudinal do cavalo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cabeça demasiado levantada</li> <li>- Olhar para baixo</li> </ul>
<p>À que manter o exercício durante 4 tempos de galope, em seguida baixa-se a perna externa esticada, carregando o peso do corpo nos braços para se voltar à posição base</p>	
<p><b>DIRECTRIZES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tensão corporal</li> <li>- Força de resistência</li> <li>- Flexibilidade</li> <li>- Equilíbrio</li> <li>- Harmonia com o cavalo</li> </ul>	<p><b>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Equilíbrio</li> <li>- Amplitude de movimento nos quadris e ombros.</li> </ul>

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

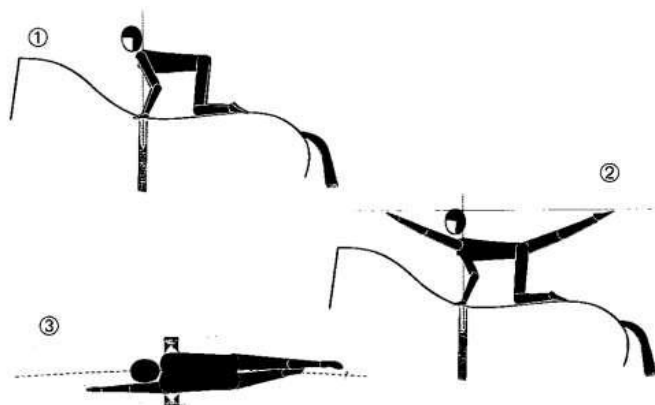
## BANCO



## BANDEIRA SÓ DE PERNA



## BANDEIRA DE BRAÇO E DE PERNA



## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

<b>Nome da Equipa</b>
-----------------------

<b>ATLETA 1 –</b> <b>ATLETA 2 –</b> <b>ATLETA 3 –</b> <b>ATLETA 4 –</b> <b>Longuer -</b>
--

<b>Juiz -</b>	<b>Data -</b>
	<b>Local -</b>

**\*\*\* VOLTEIO \*\*\***

### PROTOCOLO 2

#### NOTAS TÉCNICAS ATLETAS INDIV. (AT's)

Nº	Exercício	Diretrizes	Coef.	AT 1	AT 2	AT 3	AT 4
1	Montar (cavalo a galope para a mão esquerda)	Coordenação, Ritmo, Força de impulsão, Equilíbrio, Flexibilidade	1				
2	Posição Base (3-4 passadas de galope) e com os braços abertos	Harmonia com o cavalo, Postura e Flexibilidade	1				
3	Tomar o assento lateral interno com pernas sobre a garupa. Manter o assento no mínimo 4 passadas de galope.	Harmonia com o cavalo, Equilíbrio, Flexibilidade e à vontade. Ligação ao movimento do cavalo.	1				
4	Retomar a posição base com a perna direita sobre o pescoço.	Harmonia com o cavalo, Equilíbrio, Flexibilidade. Acompanhar o movimento do cavalo, Retorno à posição base	1				
5	Banco e Bandeira de perna ou de perna e braço.	Tensão corporal, Flexibilidade, Equilíbrio, Harmonia com o cavalo. <b>Dificuldade.</b>	2				
6	Tesoura para a Posição Base de Costas	Tensão corporal, Flexibilidade, Equilíbrio, Harmonia com o cavalo.	2				
7	Perna Direita sobre a garupa, assento lateral exterior e saída.	Flexibilidade, Equilíbrio, Salto e chegada ao solo, manter a postura, olhar em frente.	2				
<b>TOTAIS ATLETAS (Máximo 100 pts / cada)</b>							
<b>TOTAL FINAL (Máximo 100 pts)</b>							

**TEMPO – 1 m cada Atleta**

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## NOTAS TÉCNICAS ATLETAS COLECTIVAS

Nº	Exercício / Ordem Obrigatória	Diretrizes	Coef.	Colec
1	Atleta 1 montar a galope, seguido imediatamente do Atleta 2 que monta a galope atrás do Atleta 1. Posição base em ambos os atletas (4 passadas)	Coordenação, Ritmo, Força de impulsão, Tensão, Equilíbrio e Flexibilidade	1	
2	Atleta 2 – Colocação em pé com apoio no atleta 1. Atleta 1 abre os braços (“cristo”) e Atleta 2 abre o braço exterior mantendo o apoio interior no ombro do Atleta 1 (4 passadas)	Coordenação, Força de Impulsão, Flexibilidade, equilíbrio, manter a postura, olhar em frente.	1	
3	Atleta 2 toma a posição base e Atleta 1 apeia para o exterior com rotação da perna interior sobre o pescoço do cavalo	Coordenação, Força de Impulsão, Flexibilidade, Equilíbrio, chegada ao solo e manter a postura, olhar em frente.	1	
4	Atleta 3 montar a galope atrás do atleta 2. Posição base em ambos os atletas (4 passadas)	Coordenação, Ritmo, Força de impulsão, Tensão, Equilíbrio e Flexibilidade	1	
5	Atleta 3 – Colocação em pé com apoio no atleta 2. Atleta 2 abre os braços (“cristo”) e Atleta 3 abre o braço exterior mantendo o apoio interior no ombro do Atleta 2 (4 passadas)	Coordenação, Força de Impulsão, Flexibilidade, Equilíbrio, manter a postura, olhar em frente.	1	
6	Atleta 3 toma a posição base e Atleta 2 apeia para o exterior com rotação da perna interior sobre o pescoço do cavalo	Coordenação, Força de Impulsão, Flexibilidade, Equilíbrio, chegada ao solo e manter a postura, olhar em frente.	1	
7	Atleta 4 montar a galope atrás do atleta 3. Posição base em ambos os atletas (4 passadas)	Coordenação, Ritmo, Força de impulsão, Tensão, Equilíbrio e Flexibilidade	1	
8	Atleta 4 – Colocação em pé com apoio no atleta 3. Atleta 3 abre os braços (“cristo”) e Atleta 4 abre o braço exterior mantendo o apoio interior no ombro do Atleta 3 (4 passadas)	Coordenação, Força de Impulsão, Flexibilidade, Equilíbrio, manter a postura, olhar em frente.	1	
9	Atleta 4 toma a posição base e Atleta 3 apeia para o exterior com rotação da perna interior sobre o pescoço do cavalo.	Coordenação, Força de Impulsão, Flexibilidade, Equilíbrio, chegada ao solo e manter a postura, olhar em frente.	1	
10	Atleta 4 executa meia tesoura para posição básica de assento de costas e desmonta com salto sobre a garupa ( <b>facultativo</b> ) ou saída para o exterior com perna direita sobre a garupa e assento lateral exterior.	Coordenação, Força de Impulsão, Flexibilidade, Equilíbrio, chegada ao solo e manter a postura, olhar em frente.	1	
<b>TOTAL FINAL (Máx. 100 pts)</b>				

**TEMPO – 1m30s para a Equipa**

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## NOTAS ARTISTICAS

Nº	Item	Diretrizes	Coef.	Artis
A	<b>Kur – Prova Livre Coletiva (1:30m)</b>	Coordenação, Coreografia Técnica	2	
B	Entrada e Saída em Grupo	Coordenação, Coreografia Comportamento	1	
C	Longeur	Coordenação com os Atletas Estilo, Adaptação e Técnica	1	
D	Cavalo	Capacidade para a disciplina Ensino e Submissão	1	
E	Prestação em Grupo	Coordenação, Espírito de Equipa Comportamento	2	
F	Apresentação da Equipa	Traje Limpeza e Asseio de Atleta e Cavalos Homogeneidade	2	
G	Musica	Adaptação à coreografia	1	
<b>TOTAL FINAL (Máx. 100 pts)</b>				

## ASPECTOS TÉCNICOS

**Andamento Obrigatório** – Galope.

**Diâmetro do Circulo:** Limite mínimo: **15 metros**  
Limite máximo: 20 metros

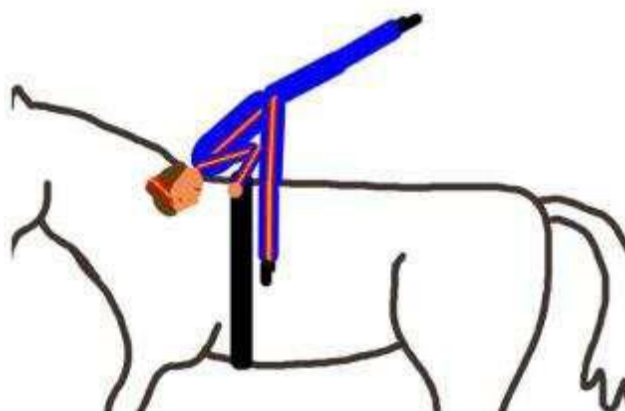
**Tempos:** Prestações Individuais: 1m:00s cada atleta (artº 19.4.8 do RNCIE)  
Prestação Coletiva: 1m:30s  
Kur: 1m:30 m  
Tempo Total da Prova: 7m:30s

**Ordem Obrigatória:** Prestações Individuais > Prestações Coletivas > Kur

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## DIRECTRIZES AOS EXERCÍCIOS

Montar (Cavalo a galope p/ mão esquerda)	Faltas
Aproximação ao do cavalo na direção da cilha, chegar até junto do cavalo e pegar nas argolas do cilhão.	
Mantem andamento ao lado do cavalo ligeiramente atrás da cilha, na mesma mão e ritmo, com os ombros e o quadril paralelos às espaldas do cavalo e olhar em frente	<ul style="list-style-type: none"><li>- Correr com a perna contrária</li><li>- Não acompanhar o ritmo do cavalo</li><li>- Correr por diante do cavalo</li><li>- Não olhar em frente</li></ul>
Saltar com os dois pés juntos (batida), à frente da mão esquerda do cavalo.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Batida atrasada em relação ao andamento</li><li>- Batida atrasada à mão esquerda do cavalo</li></ul>
Aproveitando o máximo da impulsão do cavalo, lançar com velocidade a perna direita para cima, elevar o quadril mais alto que os ombros, ao mesmo tempo que a perna esquerda permanece estendida para baixo.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Falta de extensão das pernas</li><li>- Não elevar o quadril acima dos ombros</li></ul>
Uma vez com o quadril como parte mais alta do corpo, exerce um empurrão final até cima com a força dos braços e logo baixando a perna direita, mantendo o centro de gravidade sobre as mãos, sentando-se suavemente atrás do cilhão, endireitar o tronco e adaptar a posição base de assento.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sentar-se muito atrás, muito para fora ou muito para dentro (corpo inclinado para um dos lados)</li><li>- Sentar-se “pesadamente” sobre o cavalo</li></ul>
<b>DIRECTRIZES:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Coordenação</li><li>- Ritmo</li><li>- Força de impulsão</li><li>- Tensão</li><li>- Equilíbrio</li><li>- Flexibilidade</li></ul>	<b>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Quadril sobre o dorso do cavalo</li><li>- Assento diretamente atrás do cilhão</li></ul>



## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

Posição Base	Faltas
Sentar-se sobre os ísquiones e a púbis, com o quadril e ombros paralelos às espaldas do cavalo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sentar-se colocando a maior parte do peso do corpo sobre a púbis.</li> <li>- Quadril e ombros sem estarem paralelos às espaldas do cavalo</li> <li>- Quadril deslocado em relação à linha da coluna do cavalo.</li> </ul>
As pernas para baixo envolvendo o cavalo suavemente, a parte da frente dos joelhos, o peito e a ponta do pé formam uma linha reta apontando para a frente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Encolher os joelhos</li> <li>- Rodar a(s) perna(s) para fora</li> <li>- Falta de extensão da ponta do(s) pé(s)</li> </ul>
Deve-se poder traçar uma linha perpendicular ao solo que passe pelas orelhas, ombros, quadril e tornozelo do atleta.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Costas arqueadas ou curvadas</li> <li>- Pés para diante do quadril</li> <li>- Ombros fechados</li> </ul>
Com o tronco reto, <b>abrir os braços em linha reta pelo costado, desde os ombros até aos dedos.</b> As mãos com os dedos fechados e com a palma virada para baixo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tronco inclinado ou reclinado</li> <li>- Braços muito altos ou muito baixos</li> <li>- Braços avançados ou atrasados em relação aos ombros</li> </ul>
Os ombros devem permanecer relaxados para manter os braços quietos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ombros tensos ou levantados</li> </ul>
Posição da cabeça mantendo o olhar para a frente. Manter os braços abertos durante 4 tempos de galope e voltar à posição base.	<p>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadril sobre o dorso do cavalo</li> <li>- Assento diretamente atrás do cilhão</li> </ul>
<p>DIRECTRIZES:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Harmonia com o cavalo</li> <li>- Postura</li> <li>- Flexibilidade</li> </ul>	<p>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Equilíbrio com o movimento do cavalo</li> <li>- Postura</li> </ul>



## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

<b>BANCO – BANDEIRA (Perna / Perna e Braço)</b>	<b>Faltas</b>
<p>Inicia-se da posição base, com impulsão para tomar de forma direta e suave a posição de joelhos. Os joelhos apoiam-se de cada lado da coluna do cavalo e os pés em direção ao exterior da coluna do cavalo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Impulso exagerado</li> <li>- Posicionar-se pesadamente sobre o cavalo</li> <li>- Não se posicionar com ambas as pernas em simultâneo</li> </ul>
<p>Ombros por cima das pegas do cilhão, paralelos às espaduas do cavalo, não mais abaixo da altura dos quadris. Os cotovelos devem estar com uma ligeira flexão para amortecer os movimentos do cavalo, juntamente com os joelhos e quadris.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ombros adiante ou atrás das pegas</li> <li>- Ombros debaixo da altura dos quadris</li> <li>- Cotovelos estirados</li> <li>- Ombros rígidos</li> </ul>
<p><b>Bandeira de Perna:</b> Os músculos detrás da vertical e a da perna externa estendem-se para trás e para cima, mantendo os quadris paralelos com a garupa do cavalo. A perna de apoio fica em contacto permanente com o dorso do cavalo, desde o joelho até à ponta do pé. O eixo dos ombros e dos quadris sempre horizontal e quase à mesma altura.</p> <p><b>Bandeira de Perna e Braço Alternada:</b> Primeiro esticar a perna direita para trás e para cima, depois o braço esquerdo esticado para a frente e para cima. Mão esquerda, braço, ombros, omoplata, perna direita e pé direito fazem uma linha constante dobrada ligeiramente acima da linha horizontal.</p> <p><b>Bandeira de Perna e Braço ao mesmo tempo:</b> Como a anterior, mas de grau de dificuldade superior, uma vez que a perna e o braço deixam a posição de banco ao mesmo tempo.</p> <p><b>Transição da Bandeira ao Banco:</b> Ao mesmo tempo levar a mão esquerda às argolas e a perna direita para o lado da esquerda e tomar a posição de banco.</p> <p><b>Retomar da Bandeira à Posição Básica:</b> Ao mesmo tempo levar a mão esquerda à argola e a perna direita esticada, à parte exterior do cavalo. Através de um rápido apoio de braços, sentar diretamente atrás do cilhão.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Todo o peso nos joelhos, esmagando o dorso do cavalo</li> <li>- Pés fletidos e cravados no dorso do cavalo</li> <li>- O músculo da perna de apoio adiante da vertical</li> <li>- Sentar-se sobre o calcanhar</li> <li>- Perna externa com o joelho levantado</li> <li>- Perna externa instável</li> <li>- Perna externa e/ou braço interno não paralelo à coluna cervical do cavalo</li> <li>- Flexão anómala da coluna</li> <li>- Braço fletidos</li> <li>- Braço e/ou perna por debaixo da horizontal</li> <li>- Peso não distribuído de igual forma</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Braço e perna sobem um atrás do outro</li> <li>- Braço e perna baixam um atrás do outro</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sentar-se pesadamente</li> <li>- Sentar-se de forma não controlada</li> </ul>
<p>Olhar sempre em frente. O eixo longitudinal do atleta deve estar paralelo ao eixo longitudinal do cavalo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cabeça demasiado levantada</li> <li>- Olhar para baixo</li> </ul>
<p>À que manter o exercício durante 4 tempos de galope, em seguida baixa-se a perna</p>	



## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

externa esticada, carregando o peso do corpo nos braços para se voltar à posição básica.	
<b>DIRECTRIZES:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tensão corporal</li><li>- Força de resistência</li><li>- Flexibilidade</li><li>- Equilíbrio</li><li>- Harmonia com o cavalo</li></ul>	<b>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Equilíbrio</li><li>- Amplitude de movimento nos quadris e ombro.</li></ul>

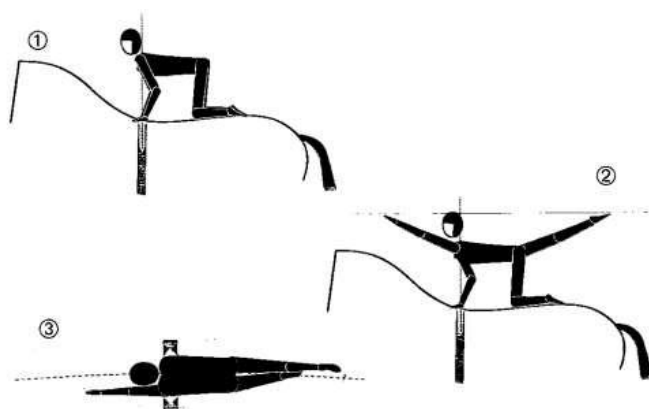
### BANCO



### BANDEIRA SÓ DE PERNA



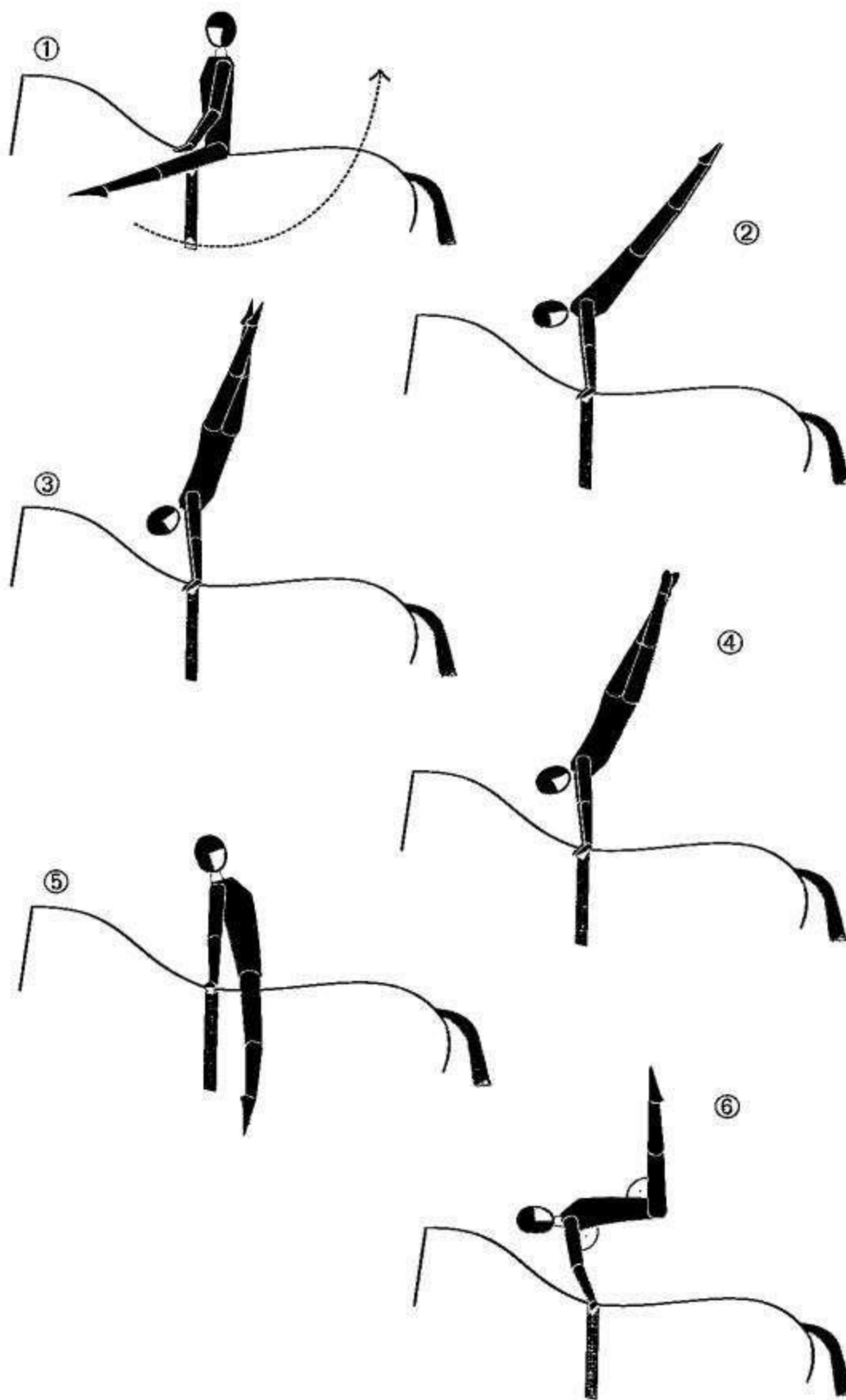
### BANDEIRA DE BRAÇO E DE PERNA



## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

<b>Tesoura</b>	
Primeira Fase	<b>Faltas</b>
Desde a posição base, as pernas impulsionam-se esticadas para diante e imediatamente com velocidade para trás e para cima do cavalo.	- Técnica incorreta de impulsão
O tronco começa a baixar quando as pernas se alinham com o mesmo, aproveitando a impulsão do andamento para a posição de extensão total dos braços, de modo a que o centro de gravidade se encontre por cima dos ombros e entre as mãos, com pernas, quadris, tronco e braços numa linha.	
Antes da posição de extensão total, inicia-se uma rotação dos quadris e logo cruza-se a perna externa para dentro e a perna interna para fora em simultâneo com um movimento de tesoura; seguidamente ao descer, completa-se a volta dos quadris e assume-se a posição base de assento traseiro.	- Falta de movimento entesourado - Assento forte sobre o cavalo - Volta prematura ou tardia da tesoura - Rodar somente com a perna externa - Altura desigual dos pés
<b>DIRECTRIZES:</b> - Força de explosão - Tensão corporal - Coordenação	<b>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</b> - Técnica correta de impulsão - Altura e posição do centro de gravidade - Coordenação do movimento entesourado - Harmonia com o cavalo - Coordenação da transmissão de impulsão - Ritmo

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO



## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

**Nome da Equipa**

**ATLETA 1 –**  
**ATLETA 2 –**  
**ATLETA 3 –**  
**ATLETA 4 –**  
**Longuer -**

**Juiz -** **Data -**  
**Local -**

**\*\*\* VOLTEIO \*\*\***

### PROTOCOLO 3

#### NOTAS TÉCNICAS ATLETAS INDIV. (AT's)

Nº	Exercício	Diretrizes	Coef.	AT 1	AT 2	AT 3	AT 4
1	Montar (cavalo a galope para a mão esquerda)	Coordenação, Ritmo, Força de impulsão, Equilíbrio, Flexibilidade	1				
2	Posição Base com os braços abertos	Harmonia. Postura e Flexibilidade	1				
3	Tomar assento lateral interior (amazona) com a perna exterior sobre o pescoço.	Harmonia com o cavalo, Equilíbrio, Flexibilidade à vontade. Acompanhar o movimento do cavalo.	1				
4	Apear e montar, voltar à posição base.	Harmonia com o cavalo. Flexibilidade. Coordenação.	1				
5	Moinho.	Tensão corporal, Flexibilidade, Equilíbrio, Harmonia com cavalo.	2				
6	Tesoura Completa.	Tensão corporal, Flexibilidade, Equilíbrio, Harmonia.	2				
7	Tomar assento lateral interior (amazona) com a perna exterior sobre a garupa.	Harmonia com cavalo, Equilíbrio, Flexibilidade e à vontade. Acompanhar o movimento.	1				
8	Apear para o lado interior. Salto de barreira e saída para o lado exterior.	Flexibilidade, Equilíbrio, Salto e chegada ao solo, manter a postura, olhar em frente.	1				
<b>TOTAIS ATLETAS (Máximo 100 pts / cada)</b>							
<b>TOTAL FINAL (Máximo 100 pts)</b>							

**TEMPO – 1m cada Atleta**

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## NOTAS TÉCNICAS ATLETAS COLECTIVAS

Nº	Kur – Prova Livre Coletiva (3:00 m)	Diretrizes	Coef.	Colec
	<b>Exercícios Obrigatórios</b> - Coreografias duplas (2 Atletas), <u>durante a maioria do tempo.</u> - Coreografias triplas (3 Atletas), <u>não mais do que 30 segundos.</u> - Montar e desmontar a galope - Tesouras completas - Moinhos - Exercícios de Equilíbrio (de joelhos e/ou de pé e/ou banco e/ou bandeiras) <b>NOTA.</b> A ordem e coreografia é de apresentação é livre.	Coordenação, Harmonia, Ritmo, Força, Tensão, Equilíbrio e Flexibilidade.  Grau de dificuldade.	1	
<b>TOTAL FINAL (Máx. 100 pts)</b>				

## NOTAS ARTISTICAS

Nº	Item	Diretrizes	Coef.	Artis
A	Entrada e Saída em Grupo	Coordenação, Coreografia Comportamento	2	
B	Longeur	Coordenação com os Atletas Estilo, Adaptação e Técnica	1	
C	Cavalo	Capacidade para a disciplina Ensino e Submissão	2	
D	Prestação em Grupo	Coordenação, Espírito de Equipa Comportamento	2	
E	Apresentação da Equipa	Traje Limpeza e Asseio de Atleta e Cavalos Homogeneidade	2	
F	Musica	Adaptação à coreografia	1	
<b>TOTAL FINAL (Máx. 100 pts)</b>				

## ASPECTOS TÉCNICOS

**Andamento Obrigatório – Galope.**

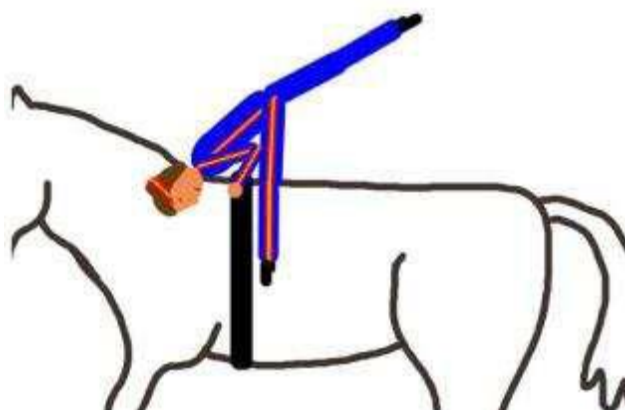
**Diâmetro do Circulo:** Limite mínimo: **15 metros**  
Limite máximo: 20 metros

**Tempos:** Prestações Individuais: 1m:00s cada atleta (artº 19.4.8 do RNCIE)  
Prestação Coletiva - Kur: 3m:00s  
Tempo Total da Prova: 7m:30s

**Ordem Obrigatória:** Prestações Individuais > Kur

## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

Montar (Cavalo a galope p/ mão esquerda)	Faltas
Aproximação ao do cavalo na direção da cilha, chegar até junto do cavalo e pegar nas argolas do cilhão.	
Manter andamento ao lado do cavalo ligeiramente atrás da cilha, na mesma mão e ritmo, com os ombros e o quadril paralelos às espaldas do cavalo e olhar em frente	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Correr com a perna contrária</li> <li>- Não acompanhar o ritmo do cavalo</li> <li>- Correr por diante do cavalo</li> <li>- Não olhar em frente</li> </ul>
Saltar com os dois pés juntos (batida), à frente da mão esquerda do cavalo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Batida atrasada em relação ao andamento</li> <li>- Batida atrasada à mão esquerda do cavalo</li> </ul>
Aproveitando o máximo da impulsão do cavalo, lançar com velocidade a perna direita para cima, elevar o quadril mais alto que os ombros, ao mesmo tempo que a perna esquerda permanece estendida para baixo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Falta de extensão das pernas</li> <li>- Não elevar o quadril acima dos ombros</li> </ul>
Uma vez com o quadril como parte mais alta do corpo, exercer um empurrão final até cima com a força dos braços e logo baixando a perna direita, mantendo o centro de gravidade sobre as mãos, sentando-se suavemente atrás do cilhão, endireitar o tronco e adaptar a posição base de assento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sentar-se muito atrás, muito para fora ou muito para dentro (corpo inclinado para um dos lados)</li> <li>- Sentar-se “pesadamente” sobre o cavalo</li> </ul>
<b>DIRECTRIZES:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordenação</li> <li>- Ritmo</li> <li>- Força de impulsão</li> <li>- Tensão</li> <li>- Equilíbrio</li> <li>- Flexibilidade</li> </ul>	<b>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadril sobre o dorso do cavalo</li> <li>- Assento diretamente atrás do cilhão</li> </ul>



## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

Posição Base	Faltas
Sentar-se sobre os ísquiones e a púbis, com o quadril e ombros paralelos às espaldas do cavalo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sentar-se colocando a maior parte do peso do corpo sobre a púbis.</li> <li>- Quadril e ombros sem estarem paralelos às espaldas do cavalo</li> <li>- Quadril deslocado em relação à linha da coluna do cavalo.</li> </ul>
As pernas para baixo envolvendo o cavalo suavemente, a parte da frente dos joelhos, o peito e a ponta do pé formam uma linha reta apontando para a frente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Encolher os joelhos</li> <li>- Rodar a(s) perna(s) para fora</li> <li>- Falta de extensão da ponta do(s) pé(s)</li> </ul>
Deve-se poder traçar uma linha perpendicular ao solo que passe pelas orelhas, ombros, quadril e tornozelo do atleta.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Costas arqueadas ou curvadas</li> <li>- Pés para diante do quadril</li> <li>- Ombros fechados</li> </ul>
Com o tronco reto, <b>abrir os braços em linha reta pelo costado, desde os ombros até aos dedos.</b> As mãos com os dedos fechados e com a palma virada para baixo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tronco inclinado ou reclinado</li> <li>- Braços muito altos ou muito baixos</li> <li>- Braços avançados ou atrasados em relação aos ombros</li> </ul>
Os ombros devem permanecer relaxados para manter os braços quietos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ombros tensos ou levantados</li> </ul>
Posição da cabeça mantendo o olhar para a frente. Manter os braços abertos durante 4 tempos de galope e voltar à posição base.	<p>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Quadril sobre o dorso do cavalo</li> <li>- Assento diretamente atrás do cilhão</li> </ul>
<p>DIRECTRIZES:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Harmonia com o cavalo</li> <li>- Postura</li> <li>- Flexibilidade</li> </ul>	<p>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Equilíbrio com o movimento do cavalo</li> <li>- Postura</li> </ul>



# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

## Moinho

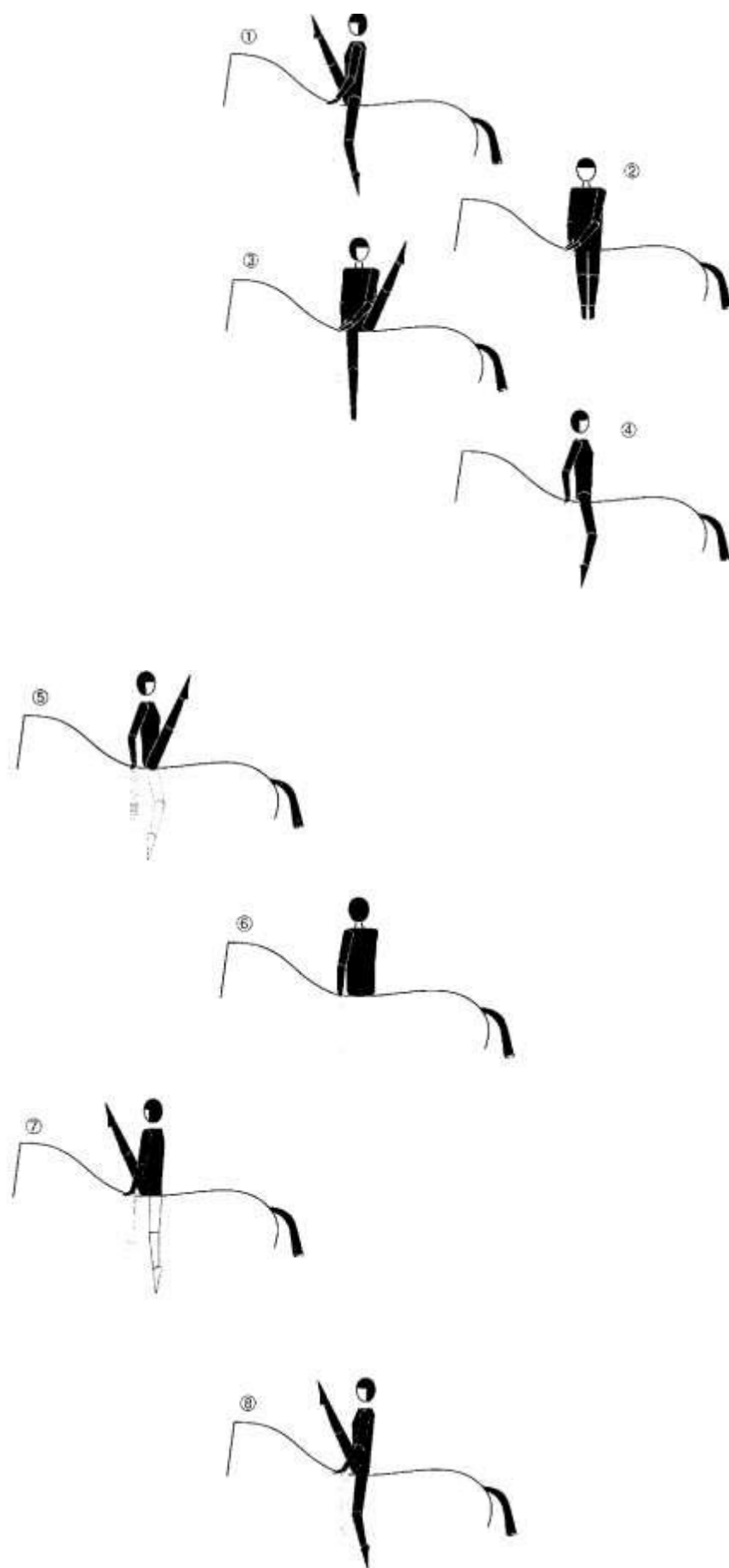
O moinho é um exercício de 4 fases. Cada fase tem 4 tempos de galope, onde o Atleta completa uma volta de 360º sobre o dorso do cavalo. Durante todo o exercício o eixo dos ombros está paralelo ao eixo dos quadris, a cabeça faz um angulo reto com o respetivo eixo dos ombro e os ísquiones estão sempre em contacto com o cavalo.

Existe em cada fase uma perna ativa e uma passiva. A ativa move-se com fluidez e com grande amplitude, deve ir sempre bem esticada e com o pé em “ponta”. A perna passiva deve permanecer sempre na posição base.

Moinho	Faltas
FASE 1	
Desde a posição base, elevar a perna esquerda estendida para o lado interior e para a posição de assento lateral, com as pernas juntas.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Inclinação excessiva do tronco para trás, ou encurvar a coluna</li><li>- Perna passiva não permanece no seu lugar</li><li>- Joelho da perna passiva encolhido</li><li>- Perna ativa não estendida</li><li>- Pernas separadas durante o assento lateral</li><li>- Levantar os ísquiones</li><li>- Eixo dos ombros e do quadril não paralelo</li></ul>
FASE 2	
Desde o assento lateral interno, elevar a perna próxima da garupa, estendida até ao lado exterior para a posição base de costas (ombro e quadril e pé numa linha perpendicular)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Inclinação excessiva do tronco para trás, ou encurvar a coluna</li><li>- Perna passiva não permanece no seu lugar</li><li>- Joelho da perna passiva encolhido</li><li>- Perna ativa não estendida</li><li>- Levantar os ísquiones</li><li>- Eixo dos ombros e do quadril não paralelo</li></ul>
FASE 3	
Desde a posição base de costas, elevar a perna interna estendida até ao lado exterior e para a posição de assento lateral exterior, com as pernas juntas.	Igual a Fase 1
FASE 4	
Desde o assento exterior, elevar a perna próxima do cilhão, estendida até ao lado interior para a posição base (ombro e quadril e pé numa linha perpendicular)	Igual a Fase 2
<b>DIRECTRIZES:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Flexibilidade</li><li>- Tensão corporal</li><li>- Equilíbrio</li><li>- Harmonia</li><li>- Ritmo</li><li>- Coordenação</li></ul>	<b>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Assentos equilibrados</li><li>- Postura</li><li>- Amplitude dos movimentos</li><li>- Ritmo</li></ul>



# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO



## REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

<b>Tesoura</b>	
<b>Primeira Fase</b>	<b>Faltas</b>
Desde a posição base, as pernas impulsionam-se esticadas para diante e imediatamente com velocidade para trás e para cima do cavalo.	- Técnica incorreta de impulsão
O tronco começa a baixar quando as pernas se alinham com o mesmo, aproveitando a impulsão do andamento para a posição de extensão total dos braços, de modo a que o centro de gravidade se encontre por cima dos ombros e entre as mãos, com pernas, quadris, tronco e braços numa linha.	
Antes da posição de extensão total, inicia-se uma rotação dos quadris e logo cruza-se a perna externa para dentro e a perna interna para fora em simultâneo com um movimento de tesoura; seguidamente ao descer, completa-se a volta dos quadris e assume-se a posição base de assento traseiro.	- Falta de movimento entesourado - Assento forte sobre o cavalo - Volta prematura ou tardia da tesoura - Rodar somente com a perna externa - Altura desigual dos pés
<b>Segunda Fase – regresso à posição base.</b>	
Desde a posição de assento de costas, estender as pernas para baixo, gerando tensão no arco.	- Pouca ou nenhuma tensão do arco.
Aproveitando a impulsão do cavalo, elevam-se de forma rápida as pernas e os quadris, colocando-se o peso do corpo sobre os braços esticados, até se atingir o ângulo máximo possível entre os braços e o tronco (altura máxima dos quadris e dos pés em simultâneo), com as pernas totalmente esticadas e afastadas.	- Pouca ou nenhuma elevação das pernas e dos quadris - Não rodar os quadris - Encolher as pernas durante a rotação.
Antes de alcançar o ponto mais alto, rodar os quadris para o lado interior e cruzar imediatamente a perna externa para o lado interno e a perna interna para o externo, completando a rotação dos quadris até se atingir a posição base.	
<b>DIRECTRIZES:</b> - Força de explosão - Tensão corporal - Coordenação	<b>CRITERIOS FUNDAMENTAIS:</b> - Técnica correta de impulsão - Altura e posição do centro de gravidade - Coordenação do movimento entesourado - Harmonia com o cavalo - Coordenação da transmissão de impulsão - Ritmo

# REGULAMENTO DAS COMPETIÇÕES INTER ESCOLARES DE EQUITAÇÃO

