

**REGULAMENTO DE CARABINA PARA**  
**CARABINA 10m**  
**CARABINA 50m**  
**CARABINA A 300 m**  
**CARABINA STANDARD a 300m**

## **CAPÍTULOS**

**7.1. GENERALIDADES**

**7.2. SEGURANÇA**

**7.3. NORMAS GERAIS PARA PROVAS DE TIRO E ALVOS**

**7.4. CARABINAS E MUNIÇÕES**

**7.5. REGRAS DE VESTUÁRIO**

**7.6. PROCEDIMENTOS E REGRAS DE COMPETIÇÃO**

**7.7. COMPETIÇÕES DE CARABINA**

**7.8. INDICE**

NOTA:

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

## **7.1. GENERALIDADES**

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

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

**7.1.3** Quando uma Regra se referir a atiradores destros, aplicar-se-á de forma inversa aos atiradores esquerdinos.

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

## **7.2. SEGURANÇA**

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

Ver Regulamento Técnico - Secção 6.2

## **7.3. NORMAS GERAIS PARA PROVAS DE TIRO E ALVOS**

As regras detalhadas para Alvos encontram-se no Regulamento Técnico - Secção 6.4

## **7.4. CARABINAS E MUNIÇÕES**

### **7.4.1 Características gerais para todas as carabinas**

**7.4.1.1 Carabinas de carregamento tiro a tiro.** Apenas podem ser usadas Carabinas que permitam o carregamento manual tiro a tiro, à exceção da prova de 300m Carabina Standard, que podem ser utilizadas nas Provas Internacionais Militares (CISM) de 300m se forem verificadas previamente no Controlo de Equipamento.

**7.4.1.2 Uma Carabina por Competição.** Nas diversas fases de uma competição, sejam elas Eliminatórias, Qualificações ou Finais apenas pode ser utilizada uma carabina (1). A culatra o cano e a coronha não podem ser trocados; no entanto se a chapa da soleira for amovível pode ser trocada. Os acessórios acoplados à culatra, ao cano e à coronha podem ser trocados. Uma carabina que se avarie pode ser substituída de acordo com a Regra 6.13.3, desde que o Júri o autorize.

**7.4.1.3 Sistema de redução de movimento ou oscilação.** É proibido todo e qualquer dispositivo, mecanismo ou sistema que ativamente reduza, retarde ou minimize as

oscilações ou movimentos da carabina antes do projétil sair do cano.

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

**7.4.1.5** Os **Canos** e as extensões tubulares não podem ter qualquer perfuração. É proibido utilizar compensadores e freios de boca. São proibidas quaisquer estruturas ou acessórios no interior do cano ou das extensões para além das estrias ou da câmara para a munição ou projétil.

**7.4.1.6 Miras**

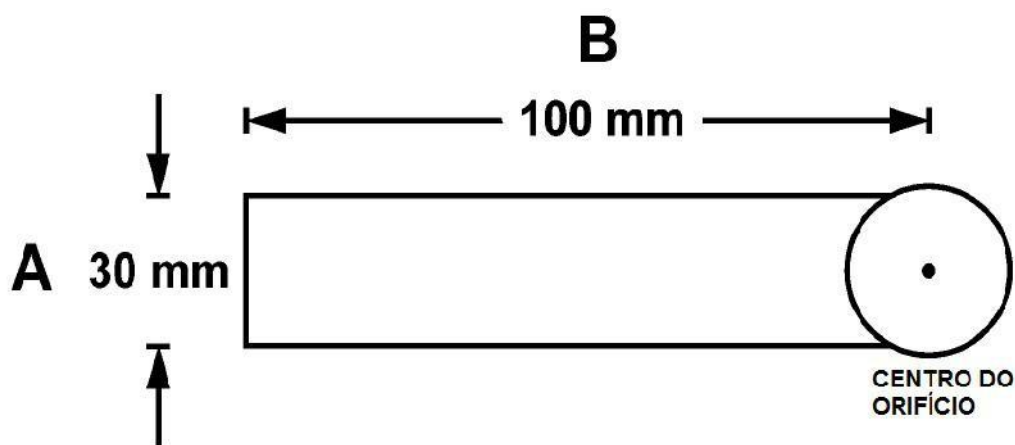
a) As miras da frente e traseiras podem ter lentes claras ou tingidas ou filtros polarizadores, no entanto não podem ter nenhum sistema de lentes;

b) Não podem ser colocadas nas carabinas sistemas de aumento de luz, sistemas óticos ou telescópicos;

c) Uma única lente corretiva pode ser anexada, mas não inserida no diopter, ou o atleta pode usar uma lente corretivas ou tingida;

d) É proibido qualquer dispositivo programado para ativar o mecanismo disparo;

e) Pode ser utilizada uma pala (oclusor) ligada à arma ou à mira posterior. A pala (oclusor) não pode ter mais do que 30 mm de altura (A) nem mais do que 100 mm de comprimento (B), medidos a partir do centro do orifício da mira posterior, para o lado em que é colocada. Não é permitido o uso de pala (oclusor) no lado do olho diretor. É permitido utilizar um prisma ou um acessório com espelho quando um atirador destro usar o olho esquerdo para fazer pontaria, ou vice-versa, desde que não comporte qualquer lente ou lentes de aumento. Este acessório não é permitido se o atirador destro apontar com o olho direito, ou o esquerdino com o olho esquerdo.



#### **7.4.1.7 Os gatilhos eletrônicos são permitidos desde que:**

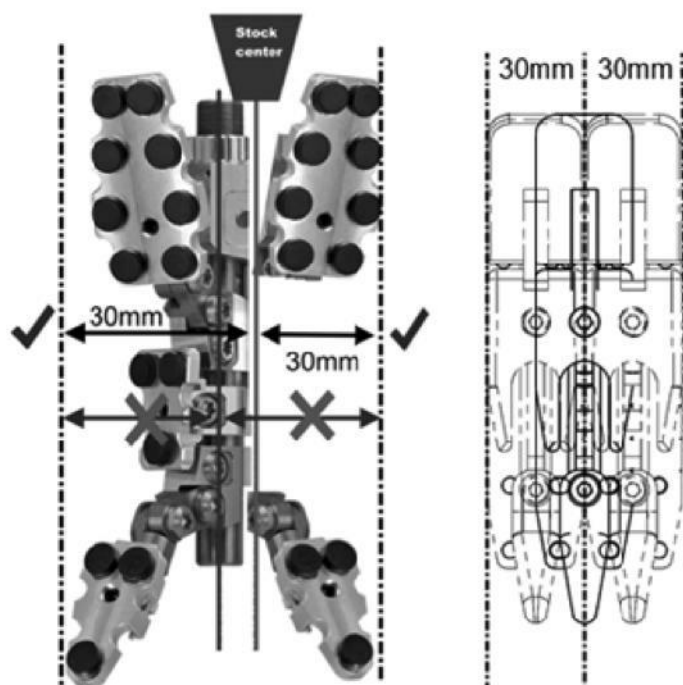
- a) Todos os seus componentes estejam perfeitamente fixos e encaixados na culatra ou na coronha da carabina, por forma que as baterias e os fios elétricos não sejam visíveis do exterior.
- b) O gatilho seja acionado pela mão direita ou pela esquerda, conforme se trate de atiradores destros ou esquerdinos;
- c) Todos os componentes estejam incluídos quando a carabina for submetida à inspeção pelo Júri de Controlo de Equipamento: e
- d) A carabina, com todos os componentes instalados satisfaça as exigências referentes às dimensões e peso para essa competição.

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

As medidas mencionadas nesta regra são também ilustradas em DIAGRAMA DE MEDIDAS DE CARABINA, 7.4.4.1 e na TABELA DE MEDIDAS DA CARABINA, 7.4.4.2.

##### **7.4.2.1**

A chapa da soleira pode ser ajustada para cima e para baixo, também pode estar deslocada à direita e/ou à esquerda do seu centro ou pode ser rodada no seu eixo vertical. Se for usada uma chapa da soleira multi peças, todas as peças da devem rodar na mesma direção a partir do eixo do centro da chapa da soleira. Nenhuma parte da chapa da soleira (extremidades) pode passar dos 30mm do centro da linha da coronha/chapa da soleira. A linha do centro da coronha/chapa da soleira é uma linha vertical perpendicular a linha central do cano.



- 7.4.2.2** São proibidos orifícios para o polegar, descanso para o polegar, descanso para a mão ou o cutelo de mão e níveis de bolha. Considera-se apoio de cutelo qualquer saliência ou extensão na frente ou na lateral do punho da carabina concebidas para evitar que a mão escorregue. O punho o encosto de rosto (bochecha) ou a parte inferior da coronha não pode ter formato anatômico.
- 7.4.2.3** O punho não deve exceder 60 milímetros medidos do plano vertical perpendicular à linha do eixo do cano.
- 7.4.2.4** O ponto mais baixo da chapa da soleira, entre o punho e a chapa da soleira, não pode exceder os 140mm abaixo do centro da linha do cano. Esta regra não se aplica às carabinas de coronha de madeira.
- 7.4.2.5** O ponto mais baixo do “palm rest” não pode exceder os 120mm baixo do centro da linha do cano.
- 7.4.2.6** Não pode ser acrescentado ao “guarda mão”, ao punho ou à parte inferior da coronha, qualquer material que aumente o atrito.
- 7.4.2.7** **Pesos**
- a) São permitidos pesos exteriores no cano desde que não ultrapassem o raio de 30mm medidos do eixo do cano; os pesos podem ser movidos ao longo do cano;

- b) Quaisquer dispositivos ou pesos que se projetem para baixo ou para fora (lateralmente) da chapa da soleira são proibidos;
- c) São proibidos quaisquer dispositivos ou pesos que se projetem para a frente ou lateralmente a partir da parte inferior da chapa da soleira.
- d) Pode ser colocado um peso em qualquer parte da carabina, mas o peso tem de estar inserido na sua fisionomia original da coronha. (os pesos não podem sobressair/ressalvar da coronha).
- e) Não pode ser utilizada fita para segurar e/ou fixar os pesos.

#### **7.4.3 Regras para Carabina Standard 300m (Apenas)**

Todas as Carabinas Standard para 300m devem estar em conformidade com as especificações constantes do Quadro de Medidas das Carabinas e com as seguintes restrições adicionais:

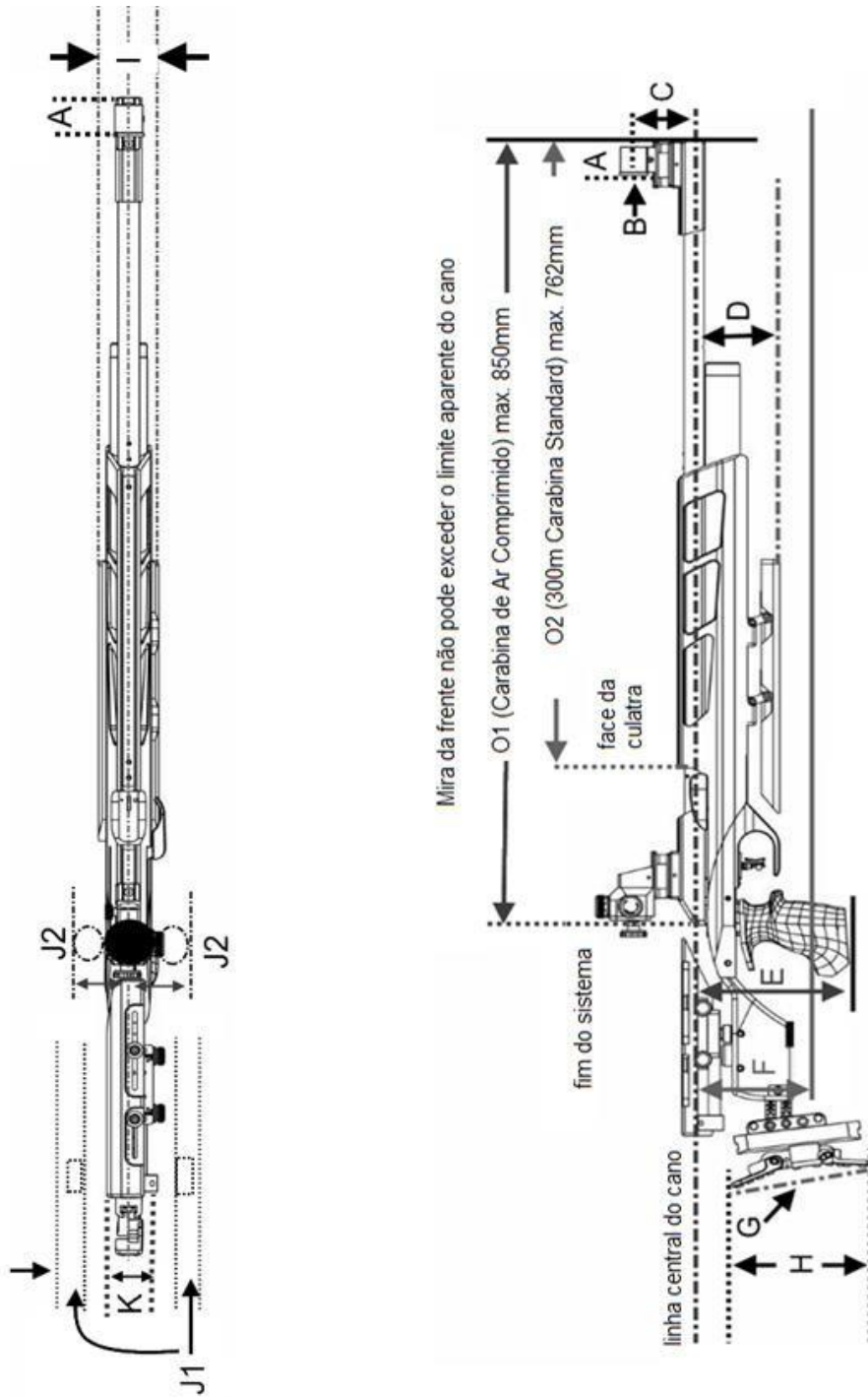
- a) Peso mínimo do gatilho: 1500 gramas. O peso do gatilho deve ser medido com o cano em posição vertical. O controle do peso dos gatilhos deve ser feito imediatamente após a última série de competição. Só é permitido um máximo de três (3) tentativas para levantar o peso de controlo. Qualquer atirador cuja carabina falhe o teste deverá ser desqualificado;
- b) A mesma carabina deve de ser utilizada em todas as posições, não pode ser trocada. São permitidos ajustamentos da chapa da soleira do handstop, a troca dos pontos de mira do túnel dianteiro e o ajustamento do diopter e da respetiva iris. É permitido, sob supervisão do Júri, retirar o apoio de cara durante a competição, para retirar a culatra e limpar o cano, mas a sua posição não pode ser alterada quando for recolocada; e
- c) O comprimento total do cano, incluindo qualquer extensão, medido desde a face da culatra até à boca aparente, não pode exceder 762mm.

#### **7.4.4 Regras para Carabina de Ar Comprimido (Apenas)**

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

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

7.4.4.1 b) O túnel dianteiro não pode ultrapassar o limite aparente do cano;  
**Diagrama de Medidas de Carabinas**





#### 7.4.4.2 Quadro de Medidas de Carabinas

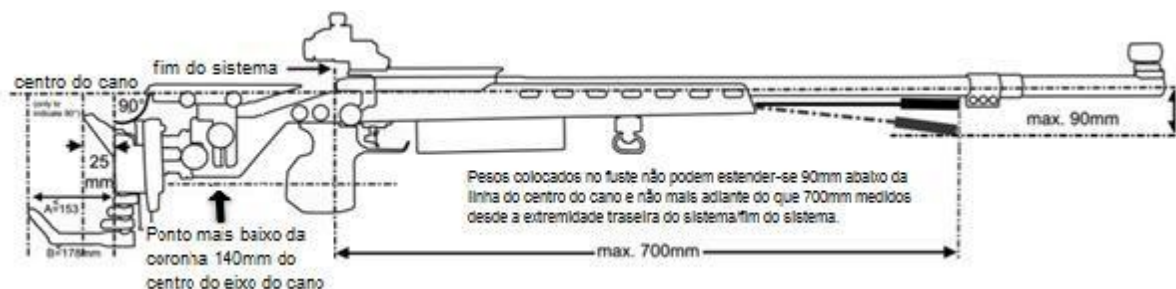
As medidas para as dimensões C, D E, F, J1, J2 e K tomam-se a partir do centro da linha do eixo do cano.

Letras	Especificações	Carabina Standard 300 m	Carabina de Ar Comprimido
A	Comprimento do túnel dianteiro	50mm	50mm
B	Diâmetro do túnel dianteiro	25mm	25mm
C	Distância do centro do túnel dianteiro ou da parte superior do ponto de mira à linha central do eixo do cano.	60mm	60mm
D	Altura do "palm rest"	120mm	120mm
E	Ponto mais baixo da empunhadura/punho	160mm	160mm
F	Ponto mais baixo da coronha ou do extremo da chapa da soleira, com esta na sua posição mais baixa (não se aplica as carabinas com coronha de madeira).	140mm	140mm
G	Profundidade da curvatura da chapa da soleira	20mm	20mm
H	Distância entre os extremos da chapa da soleira	153mm	153mm
I	Espessura máxima (largura) do "palm rest"	60mm	60mm
J1	Distância máxima do apoio de face relativamente ao plano vertical perpendicular à linha do eixo do cano.	40mm	40mm
J2	Distância máxima de qualquer parte do punho relativamente ao plano vertical perpendicular à linha do eixo do cano.	60mm	60mm
K	Movimento da chapa da soleira, paralelo ao seu eixo central, para a esquerda e para a direita (o eixo da chapa da soleira deve de ser na vertical)	30mm	30mm
L	Peso do gatilho	1500 gramas no mínimo	Livre
M	Peso com miras (e handstop para carabina standard 300 m)	5.5kg	5.5kg
N	A mira dianteira não pode prolongar-se para lá do extremo aparente da boca do cano	Não pode prolongar-se	Não pode prolongar-se
O1	Carabina de Ar Comprimido a 10m: Comprimento total do sistema	-----	850mm
O2	Carabina Standard a 300m: Comprimento total do cano, incluindo as extensões (da boca à face da culatra)	762mm	-----

## 7.4.5 Normas para Carabina a 50 M

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

- a) O peso da carabina não pode exceder 8 kg com todos os acessórios incluindo o apoio de mão ou o handstop;
- b) Os Pesos colocados em ou dentro da parte inferior da coronha ou na chapa da soleira, não podem distar horizontalmente da linha do eixo do cano, mais do que a distância que medeia entre a linha do eixo do cano e a máxima extensão lateral do apoio de cara;
- c) Os pesos não podem estender-se para trás da linha perpendicular à parte mais funda da chapa da soleira;
- d) Os pesos colocados na coronha devem de estar firmemente presos, e não podem ser colocados com fita no “palm rest”;
- e) Pesos colocados no “palm rest” não podem estender-se 90mm abaixo da linha do centro do cano e não mais adiante do que 700mm medidos desde a extremidade traseira do sistema/fim do sistema.
- f) O ponto mais baixo da coronha não pode exceder mais do que 140mm desde a linha do centro do cano. Esta regra não se aplica as carabinas com coronha de madeira.



#### **7.4.5.1 Chapa da soleira e gancho**

- a) O gancho da chapa da soleira deve estar em conformidade com as seguintes restrições para poder ser utilizado:
- b) O gancho não pode projetar-se para além de 153 mm (A) de uma linha perpendicular ao eixo do cano e que seja tangente à parte mais funda da chapa da soleira onde normalmente apoia o ombro do atleta;
- c) O comprimento total máximo exterior, medido da parte inferior da chapa da soleira, contornando qualquer curva ou saliência, não pode ser superior a 178 mm (B);
- d) A projeção superior da chapa da soleira não deve estender-se mais do que 25 mm para trás dessa linha perpendicular, e
- e) São proibidos os dispositivos ou pesos que se projetem para a frente ou lateralmente a partir da parte inferior da chapa da soleira.

#### **7.4.5.2 Apoio de Mão**

O apoio de mão é um acessório ou extensão (amovível) que se prende na parte inferior do “palm rest” e que serve para auxiliar a suportar a carabina com a mão dianteira. Tal extensão não pode estender-se a 200 mm para baixo, medidos da linha do eixo do cano.

#### **7.4.5.3 Empunhadura**

Nenhuma parte do punho da carabina pode ser prolongado ou construído para que este venha a permitir tocar ou apoiar as costas da mão ou o pulso.

#### **7.4.5.4 Normas para Carabina a 300m**

As regras para as carabinas a 300m são as mesmas que para as carabinas a 50 m (homens e senhoras). Ver 7.4.5. e a TABELA DE ESPECIFICAÇÕES DE CARABINA (7.7.5).

Carabinas a 300m podem ter a fita de mira com uma largura máxima de 60mm.

## 7.4.6 Munições

Carabina	Calibre	Outras especificações
50 m	5.6 mm (.22"L.r.)	<i>Long Rifle</i> de Percussão lateral. Unicamente projéteis feitos de chumbo ou de material macio semelhante.
10 m	4.5 mm (.177")	Projéteis de qualquer formato feitos de chumbo ou de qualquer material macio semelhante
300 m	Máximo 8 mm	Munição de qualquer tipo que possa ser disparada sem perigo para o atirador ou para o pessoal da linha de tiro. São proibidas munições tracejantes, perfurantes ou incendiárias.

## 7.5 REGRAS DE VESTUÁRIO

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

### 7.5.1 Normas Gerais para Vestuário de Carabina

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

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

**7.5.1.2** Apenas um (1) casaco de tiro e apenas um (1) par de calças de tiro podem ser usados por cada atleta em todas as competições de carabina de qualquer Campeonato ISSF. Todos os casacos e calças de tiro devem ter um selo com um número de série único emitido pelo Controlo de Equipamento da ISSF e registado no banco de dados da ISSF. Os Atletas com casacos ou calças que não tenham o referido selo devem submetê-los ao Controlo de Equipamento, por forma a obterem um selo que fique registado no banco de dados da ISSF. Apenas um casaco e um par de calças podem ser registados para cada atleta. Os atletas com mais de um casaco ou de um par de calças com selos da ISSF devem informar a comitê de Controlo de Equipamentos da ISSF de quais deles serão utilizados em competições futuras, e apenas o selo desse conjunto permanecerá acoplado ao equipamento. Os atletas que mudem de casacos ou calças, ou qualquer outro sem selo (novos ou alterados) devem apresentá-los ao Controlo de Equipamento para obterem um novo

selo e dar-se baixa do selo anterior (6.7.7.2.e). Quando um atleta for selecionado para o teste pós-competição, o teste deve confirmar que o número do selo registado em nome do atleta, confere com o número do selo acoplado à roupa usada por esse atleta.

**7.5.1.3** Podem ser usados em qualquer competição ou posição, calças ou sapatos do tipo desportivo. Se forem usados calções durante as competições, a parte inferior da bainha da perna não deve ser inferior a 15 cm acima do centro da rótula do joelho. Não podem ser usadas sandálias de qualquer tipo.

**7.5.1.4** Os atletas são responsáveis por garantir que todas as peças de roupa usadas cumprem com estas regras. A Secção de Controlo de Equipamento deve estar aberta para fazer inspeções voluntárias de vestuário dos atletas desde o dia dos treinos oficiais até o último dia de competição, e os atletas devem ser incentivados a levar as suas peças de vestuário assim como a carabina a uma verificação de Controlo de Equipamento antes das competições, para terem a certeza que as mesmas correspondem ao presente Regulamento. Na preparação dos casacos e calças para as competições, os atletas devem-se prevenir para as variações nas medições dos mesmos, que podem ocorrer devido à temperatura, humidade ou outras condições ambientais.

**7.5.1.5** Serão realizados controlos pós-competição a todas as peças de vestuário do atleta, quer seja após as Eliminatórias ou as Fases de Qualificação, por forma a assegurar a sua conformidade (6.7.9).

## **7.5.2 Normas de Medição do Vestuário**

### **7.5.2.1 Tabela de Espessura do Vestuário de Competição**

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

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

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

### 7.5.2.2 Normas de Medição da Rigidez

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

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

### 7.5.2.3 Flexibilidade da Sola das Botas de Tiro

A sola das botas dos atletas deve dobrar, no mínimo, 22,5 graus quando for aplicada na área do calcanhar uma força de 15 Newton-Metros, estando a bota fixada no dispositivo de teste. (ver regra 6.5.3).

### 7.5.3 Calçado de Tiro

É permitido usar em todas as posições ténis tipo normal de rua ou ténis tipo atléticos. Nas provas de 10m e 50m e 300m e 3 posições podem também ser utilizados sapatos de tiro específicos desde que não excedem as devidas especificações. Calçado de tiro específico não deve de ser utilizado nas provas de Carabina Deitado.

**7.5.3.1** O material da parte superior das botas de tiro (acima da linha da sola) deve ser de material macio e flexível, que não tenha mais 4 mm de espessura, incluindo todos os revestimentos, quando medidos em quaisquer das superfícies planas, tais como no ponto D da **Tabela de Medidas para Calçado de Tiro** (7.5.3.6).

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

**7.5.3.3** Para demonstrar que as solas são flexíveis, os atletas devem andar normalmente (do calcanhar ao dedo do pé) em todos os momentos, enquanto

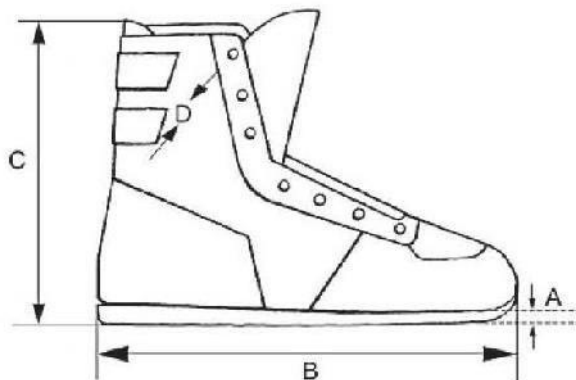
estão na área de competição. Um aviso será dado ao atirador que pela primeira vez cometer esta infração; a penalização de dois pontos e desqualificação serão dadas por violações subsequentes.

**7.5.3.4** A altura da bota de tiro, medida da parte debaixo da sola até ao ponto mais alto (Dimensão C, ver **Tabela de Medidas para Sapatos de Tiro**) não deve exceder dois terços ( $2/3$ ) do comprimento da bota de tiro.

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

#### **7.5.3.6 Tabela de Medidas das Botas de Tiro**

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



A.	Espessura máxima da sola na biqueira é de: 10 mm.
B.	Comprimento total da bota de tiro: deve ser de acordo com o tamanho do pé do atleta.
C.	Altura máxima da bota de tiro: não pode exceder os dois terços ( $2/3$ ) do comprimento de B.
D.	O material da parte superior da bota de tiro deve ter a espessura máxima de 4 mm.

A sola da bota de tiro deve seguir a curvatura exterior da bota, e não pode ter mais do que 5,0 mm para além das dimensões externas da bota, em qualquer ponto. A biqueira e o calcanhar das botas de tiro não podem ter um corte quadrado ou reto.

#### **7.5.4 Casaco de Tiro**

**7.5.4.1** O corpo e as mangas do casaco, incluindo o forro, não devem exceder a espessura de 2,5 mm nas partes com painel simples, ou 5,0 mm nas partes com painel duplo, em qualquer ponto de todas as superfícies planas que possam ser objeto de medição. A altura do casaco não pode ultrapassar a linha limite inferior do punho

fechado com o braço estendido na vertical (ver **Tabela de Medidas para Casacos de Tiro** 7.5.4.9).

- 7.5.4.2** O casaco só pode ser fechado por meios não ajustáveis, i.e., botões ou fechos de correr. No sítio em que for fechado, a medida máxima permitida para o assertado é de 100 mm (Ver tabela do casado). O casaco deve poder-se vestir à vontade. Para verificar se não está demasiadamente apertado justapõem-se as abas frontais uma sobre a outra, devendo a orla ultrapassar a posição normal de fechado em pelo menos 70 mm, medidos desde o centro do botão até ao bordo exterior da respetiva casa. A medição deve ser efetuada com os braços pendentes. A medida pode ser realizada manualmente ou com medidor apropriado, aprovado pela ISSF, com uma tensão de 6 a 8 Kg. A área envolvente das casas dos botões não pode exceder 12 mm e pode exceder a espessura permitida de 2.5 mm.
- 7.5.4.3** É proibida toda a espécie de correias, atacadores, fechos ou quaisquer sistemas que possam servir de suporte artificial à postura do atirador. No entanto, permite-se um fecho de correr ou o máximo de duas correias para segurar o material solto na zona do chumaço do ombro (ver **Tabela de Medidas para Casacos** de Tiro 7.5.4.9). Para além do especificado nas presentes regras e figuras, não é permitida a utilização de qualquer outro fecho de correr ou sistema de ajuste.
- 7.5.4.4** A construção do painel para as costas pode incluir mais de uma (1) peça, mas não é permitido que torne o casaco rígido ou reduza a sua flexibilidade. Todas as partes que compõem o painel devem obedecer ao limite de 2.5mm de espessura máxima e ter o mínimo de 3.0 mm de rigidez.
- 7.5.4.5** A construção do painel lateral não pode ter nenhuma costura horizontal ou costuras, sob o cotovelo do braço de apoio na posição de pé, devendo ter uma zona livre de costura que se estende para 70 mm acima da ponta do cotovelo e 20 mm abaixo da ponta do cotovelo. Tal deve ser verificado com o atleta totalmente equipado, com o equipamento fechado, e na posição de tiro, mantendo a carabina na posição de tiro em pé.
- 7.5.4.6** O atleta deve ser capaz de estender completamente os dois braços (endireitar as mangas), quando tiver o casaco vestido e totalmente abotoado. Na posição de deitado e de joelhos, a manga do casaco de tiro não pode ultrapassar o limite do pulso do braço a que está presa a bandoleira. A manga não pode ser colocada entre a mão ou luva e o “palm rest” da coronha quando o atleta estiver na posição de tiro.
- 7.5.4.7** Nenhum velcro, substância pegajosa, líquido ou pulverização pode ser aplicado dentro ou fora dos casacos de tiro, nas proteções, nos sapatos e em qualquer outra peça do equipamento ou no solo do posto de tiro. É permitido raspar o material de que o casaco é feito. As violações a esta norma serão penalizadas de acordo com as Regras.



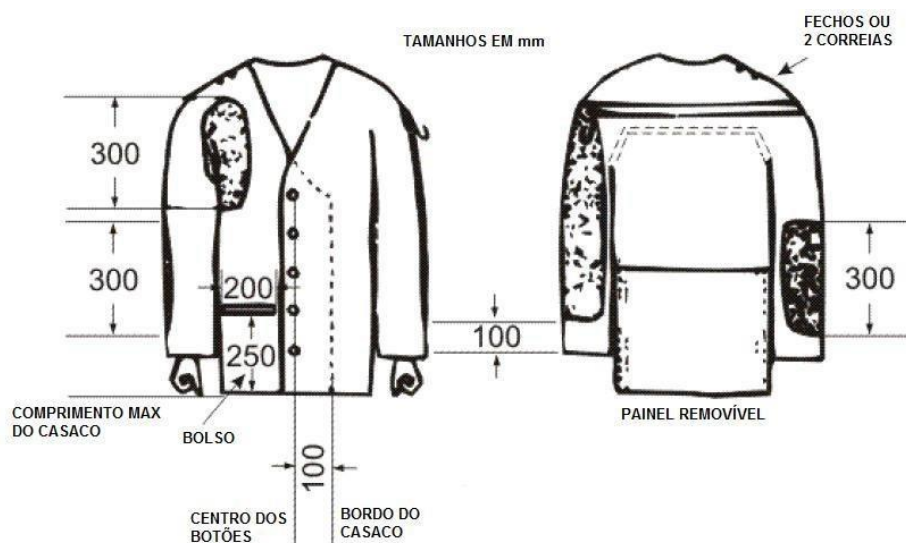
#### 7.5.4.8

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

- a) Espessura máxima, incluindo o material do casaco e os forros: 10 mm nas partes com painel simples ou 20 mm nas partes com painel duplo;
- b) Os reforços podem ser colocados em ambos os cotovelos mas não podem ultrapassar metade (1/2) da circunferência da manga. No braço em que for presa a bandoleira, o reforço pode estender-se desde a parte superior do braço até 100mm do extremo da manga. O reforço na outra manga não pode ter mais de 300mm de comprimento;
- c) Apenas um (1) gancho, botão ou dispositivo similar pode ser fixado na parte exterior da manga ou na costura do braço da bandoleira;
- d) O reforço do ombro onde a chapa da soleira encosta não deve ser superior a 300 mm na sua dimensão maior (ver Regra 7.5.4.9);
- e) São proibidos todos os bolsos interiores; e
- f) É autorizado um (1) único bolso exterior, localizado na frente direita (frente esquerda, para os atiradores esquerdinos) do casaco. O tamanho máximo do bolso é de 250 mm de altura, medidos a partir da extremidade inferior do casaco, por 200 mm de largura.

#### 7.5.4.9 Medidas dos Casacos de Tiro

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





## 7.5.5 Calças de Tiro

**7.5.5.1** As calças, incluindo os forros, não podem exceder 2,5 mm nas partes com painel simples, ou 5,0 mm nas partes com painel duplo, em qualquer ponto de todas as superfícies planas que possam ser objeto de medição. A parte superior das calças não pode ser ajustada nem usada acima de 50mm da crista do osso do quadril. São proibidos quaisquer bolsos. São proibidos atacadores, fechos de correr ou quaisquer outros processos que permitam apertar as calças em volta das pernas ou das ancas. As calças só podem ser seguras por meio de um cinto normal que não tenha mais de 40mm de largura e 3mm de espessura ou com recurso a suspensórios elásticos. Caso se utilize um cinto na posição de pé, a fivela ou o fecho não podem ser usados para apoiar o braço esquerdo ou o cotovelo. O cinto não pode estar dobrado em dois, ou em três, etc., debaixo do braço esquerdo ou do cotovelo. Se as calças tiverem cós, este não pode ter uma altura superior a 70 mm. Se o cós tiver mais de 2.5mm de espessura não é permitido o uso de cinto. Se não for utilizado cinto a espessura máxima do cós é de 3.5mm. Não são permitidas mais do que sete (7) presilhas, com a largura máxima de 20mm, cada uma, devendo distar entre elas, pelo menos, 80mm. As calças poderão ser apertadas com um único gancho ajustável em não mais de 5 ilhoses, ou em não mais de 5 botões de pressão ajustáveis, ou com processo semelhante ou ainda com "velcro". Apenas é permitido um único sistema para apertar as calças. Não pode combinar-se o "velcro" com qualquer dos outros sistemas. As calças devem estar largas em volta das pernas. Se não forem utilizadas calças especiais para o tiro, poderão usar-se quaisquer outras desde que não suportem artificialmente qualquer parte do corpo do atleta.

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

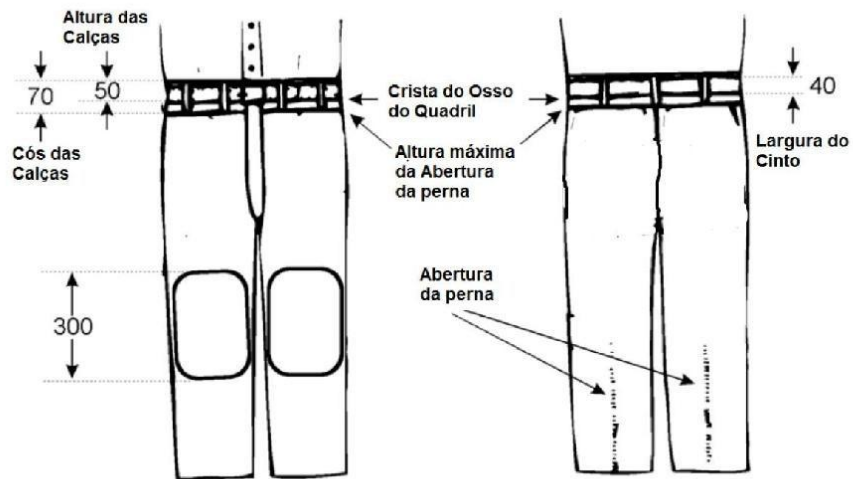
- a) Um único na braguilha, que não pode prolongar-se abaixo do nível do gancho entrepernas;
- b) São permitidos quaisquer outros orifícios que não possam ser fechados; e
- c) Um (1) único fecho de correr em cada perna. O início da abertura do fecho de correr não pode começar a menos de 70 mm da parte superior das calças. Pode, no entanto, prolongar-se até ao fundo da perna (ver Figuras do Casaco e das Calças). É permitido um fecho de correr na frente da parte de cima da perna ou na parte de trás da perna, mas não em ambas as faces da mesma perna.

**7.5.5.3** As calças podem ter reforços em ambos os joelhos. Estes não podem ter uma altura superior a 300mm. A largura não pode ser superior a metade do diâmetro da perna das calças. A espessura do reforço, incluindo o material de que as calças forem feitas e quaisquer forros não pode ultrapassar os 10 mm, (ou 20 mm quando o painel das calças for duplo).

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

#### **7.5.5.5 Medidas das Calças de Tiro**

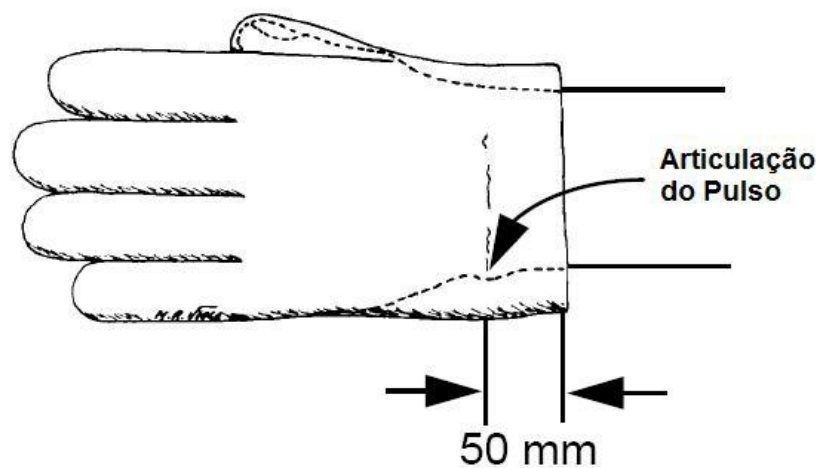
As calças de tiro devem cumprir as especificações apresentadas no desenho seguinte:



## 7.5.6 Luvas de Tiro

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

**7.5.6.2** A luva de tiro não pode ultrapassar o pulso para além de 50mm, medidos a partir do centro da respetiva articulação (ver desenho). É proibido usar correias ou outros sistemas para fechar a luva em volta do pulso. No entanto, a luva pode ter um elástico em volta de parte do pulso para permitir calcá-la, embora deva ficar folgada em volta dele.



## **7.5.7 Vestuário Interior do Atleta**

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

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

## **7.5.8 Equipamento e Acessórios**

### **7.5.8.1 Lunetas**

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

### **7.5.8.2 Bandoleiras da Carabina**

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

### **7.5.8.3 Descanso de Carabina**

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

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

Os estojos ou malas de acessórios de tiro não podem ser colocados à frente do ombro mais avançado do atirador quando este se encontra na linha de tiro, exceto na posição de pé, quando o estajo ou mala de acessórios de tiro, a mesa ou a bancada sirvam para apoiar a carabina nos intervalos dos disparos. O estajo ou mala

de acessórios de tiro, a mesa ou a bancada, devem ser de tamanho ou forma que não interfira com os atletas que se encontram nos postos de tiro adjacentes nem possam servir de pára-vento.

#### **7.5.8.5 Rolo para a Posição de Joelhos**

É permitido utilizar apenas um (1) único rolo, de forma cilíndrica, para executar o tiro na posição de joelhos. As dimensões máximas do rolo são 25 cm de comprimento por 18 cm de diâmetro. Deve ser feito de material macio e flexível. Não é permitida qualquer atadura para dar forma ao rolo.

#### **7.5.8.6 Bipé**

Bipés podem ser utilizados para apoiar a carabina antes e depois de atirar ou durante a mudança de posições, mas os bipés sejam eles fixos ou dobráveis devem de ser retirados da carabina durante a prova.

#### **7.5.8.7 Almofada para a Posição de Joelhos**

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

#### **7.5.8.8 Pala ou Boné**

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

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

#### **7.6.1 Posições de Tiro**

##### **7.6.1.1 Posição de Joelhos**

- a) O chão do posto de tiro pode ser tocado com a biqueira do pé direito, o joelho direito e o pé esquerdo;
- b) A carabina deve ser suportada por ambas as mãos e pelo ombro direito;
- c) A face/bochecha pode ser encostada à coronha;

- d) O cotovelo esquerdo deve estar apoiado no joelho esquerdo.
- e) A extremidade do cotovelo não pode ficar a mais de 100 mm além, nem a menos de 150 mm aquém, da extremidade do joelho;
- f) A carabina pode ser segura com o auxílio da bandoleira, mas o “palm rest”, na parte atrás da mão esquerda, não pode tocar no casaco de tiro;
- g) Parte alguma da carabina pode tocar na bandoleira ou nos seus acessórios;
- h) A carabina não pode tocar ou apoiar-se em qualquer outro ponto ou objeto;
- i) No caso de ser usado um rolo sob o do pé direito ou tornozelo, este não pode virar mais do que 45 graus;
- j) Caso o rolo não seja utilizado, o pé pode ser colocado em qualquer ângulo. Sendo permitido assentar a parte lateral do pé e a parte inferior da perna no solo do posto de tiro ou no tapete de tiro;
- k) Parte alguma da coxa ou das nádegas pode tocar a superfície do posto de tiro ou o tapete, em qualquer ponto.
- l) Se o atirador usar o tapete de tiro, poderá ajoelhar-se completamente sobre ele ou ter um (1) ou dois (2) de três (3) pontos de contacto (biqueira, joelho, pé) no tapete. Não pode ser colocado sob o joelho direito qualquer outro equipamento ou almofada.
- m) Entre as nádegas e o calcanhar só podem ser usadas as calças e a roupa interior, podendo, no entanto, ser usada uma almofada. Nem o casaco nem qualquer outro artigo podem ser colocados entre estes dois (2) pontos; e
- n) A mão direita não pode tocar na mão esquerda, no braço esquerdo, na manga esquerda do casaco de tiro e na bandoleira

#### **7.6.1.2 Posição de Deitado**

- a) O atleta deverá deitar-se diretamente no chão do posto de tiro ou sobre um tapete de tiro;

- b) Pode também usar um tapete para poisar os cotovelos;
- c) O corpo fica estendido no posto de tiro com a cabeça na direção do alvo;
- d) A carabina deve ficar apoiada unicamente em ambas as mãos e no ombro;
- e) A face pode encostar à coronha
- f) A carabina pode ser segura com o auxílio da bandoleira mas o “palm rest”, na parte atrás da mão esquerda, não pode tocar no casaco de tiro;
- g) Parte alguma da carabina pode tocar na bandoleira ou nos seus acessórios;
- h) A carabina não pode tocar, ou apoiar-se, em qualquer outro ponto ou objeto;
- i) Os antebraços e as mangas do casaco de tiro devem estar visivelmente levantados, a partir do cotovelo, relativamente à superfície do posto de tiro;
- j) O eixo do antebraço em que estiver presa a bandoleira deve formar com a horizontal um ângulo que não seja inferior a 30 graus;
- k) O braço ou a mão direita não podem tocar no braço esquerdo, no casaco ou na bandoleira; e
- l) As calças de tiro não podem ser usadas nas competições de carabina deitado;

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

### **7.6.1.3 Posição de Pé**

- a) O atleta deve estar em pé, diretamente em contacto com o solo do posto de tiro, ou sobre uma carpete ou tapete, e sem qualquer outro apoio;
- b) A carabina deve ser suportada por ambas as mãos e pelo ombro ou pela parte de cima do braço junto ao ombro e pela parte do peito adjacente ao ombro direito;



- c) A face pode ser encostada à coronha;
- d) A carabina não pode, porém, tocar no casaco ou no peito para além da área do ombro direito;
- e) O braço que suporta a arma e o respetivo cotovelo podem apoiar-se no peito ou no quadril. Se for utilizado um cinto, uma fivela ou um sistema de aperto rápido não podem servir de apoio para o braço ou cotovelo;
- f) A arma não pode tocar ou apoiar-se em qualquer outro ponto ou objeto;
- g) Pode usar-se o apoio de mão, exceto nas competições de Carabina Standard a 300 m e de Carabina de Ar Comprimido a 10 m.
- h) Nas competições de Carabina Standard a 300 m e de Carabina de Ar Comprimido a 10 m, não é permitido, nesta posição, o uso da peça de fixação da bandoleira e do handstop.
- i) Nesta posição, o uso de bandoleira é proibido; e
- j) A mão direita não pode tocar na mão esquerda, no braço esquerdo ou na manga esquerda do casaco de tiro.

## **7.7            COMPETIÇÕES DE CARABINA**

Ver EVENTOS RECONHECIDOS PELA ISSF nas páginas 5-6 do Regulamento Técnico Geral e Regra 7.7.4, QUADRO DE DISCIPLINAS DE CARABINA

**7.7.1            Provas de 3 Posições a 50m e 300m** a ordem de disparo deve de ser: **Joelhos - Deitado e Pé.**

**7.7.2**Um período tempo de 15 minutos de Preparação e Ensaio é dado antes do início do tempo de Prova. (Regra 6.11.1.1).

**7.7.3**Nas competições de 3 Posições, depois dos atletas completarem a posição de Joelhos e Deitado a mudança dos alvos de Prova (MATCH) para Ensaio (Sighting) é da responsabilidade do atleta. Os atletas podem disparar tiros de ensaio ilimitados antes de iniciar a prova (MATCH) nas posições de deitado e de pé. Não será

concedido qualquer tempo adicional para estes tiros de ensaio. Se um atleta inadvertidamente falhar a mudança de um alvo de prova (MATCH) para ensaio (Sighting) depois de mudar de posição, todos os tiros registados como tiros extra na posição anterior devem de ser anulados e o alvo deve de ser atualizado para ensaio (Sighting).

7.7.4 QUADRO DE DISCIPLINAS DE CARABINA

Disciplina	Homens/Senhora s	N.º de tiros	Números de tiros por Alvo (papel) de Competição	N.º de alvos de ensaio (papel)	Tempo Sistemas para alvos de papel	Tempo Alvos Electrónicos
<b>Carabina de Ar Comprimido a 10m</b>	Homens ou Senhoras	60	1	4	1 hora e 30 minutos	1 hora e 15 minutos
<b>10 M Equipas Mistas</b>	Homens & Senhoras	2X40	1	4	1 hora	50 minutos
<b>Carabina 50m 3Posições</b>	Homens ou Senhoras	120	1	4 para cada posição	3 horas e 15 minutos	2 horas e 45 minutos
<b>Carabina 50m Deitado</b>	Homens ou Senhoras	60	1	4	1 hora	50 minutos
<b>Carabina 300m 3Posições</b>	Homens ou Senhoras	120	10	1 para cada posição	3 horas e 30 minutos	3 horas
<b>Carabina 300m Deitado</b>	Homens ou Senhoras	60	10	1	1 hora e 15 minutos	1 hora
<b>Carabina Standard 300m - 3Posições</b>	Homens	60	10	1 para cada posição	2 horas e 15 minutos	2 horas
Nota: O período combinado de Tempo de 15 minutos de preparação e ensaio têm de começar antes da hora estabelecida para o início da competição.						

## 7.7.5

## QUADRO DAS ESPECIFICAÇÕES DA CARABINA

	<b>Peso Máximo</b>	<b>Gatilho</b>	<b>Comprimento máximo do cano/sistema</b>	<b>Munições</b>	<b>Furo e apoio para o polegar, apoio para o cutelo da mão, nível de bolha</b>
Carabina de Ar Comprimido 10m	5,5 kg (homens/senhoras)	Nenhum gatilho fixo	850 mm (sistema)	4,5 mm (.177")	Não
Carabina 50m 3 Posições e Deitado	8,0 kg (homens/senhoras)	Sem Restrições	Sem Restrições	5,6 mm (.22") Long Rifle	Sim - Apoio de mão só na Posição de Pé
Carabina 300m 3 Posições e Deitado	8,0 kg (homens/senhoras)	Sem Restrições	Sem Restrições	Máximo 8 mm	Sim - Apoio de mão só na Posição de pé
Carabina Standard 300 m 3 Posições	5,5 kg (homens)	Peso do gatilho: 1500g	762 mm (cano)	Máximo 8 mm	Não
<b>Nota:</b> A pesagem da carabina é feita com todos os acessórios (incluindo o apoio de mão e o <i>handstop</i> , se forem usados).					

## 7.8

## INDICE

3 Posições - Ordem de Disparo	7.7.1
3 Posições - Tempo combinado de preparação e ensaio	7.7.2
3 Posições - Transição e mudança de posição	7.7.3
Acessórios	7.5.8
Alterar uma carabina depois do controle	7.4.1.2
Alterar uma ou mais partes da carabina na competição	7.4.1.2
Aplicação das Regras a todas as competições de Carabina	7.1.1
Apoio para o polegar - Carabina Standard 300m, Carabina 10m	7.4.2.2
Apoio de mão - Carabina Standard 300m, Carabina 10m	7.6.1.3
Apoio de mão - Carabina 50m / Carabina 300m	7.6.1.3
Atirador canhoto - Pontaria à direita / Atirador Destro - Pontaria à esquerda	7.4.1.6
Atleta Canhoto - Atleta Destro	7.1.3
Atleta Destro - Atleta canhoto	7.1.3
Atleta destro - pontaria com olho esquerdo / atleta canhoto - pontaria com olho direito	7.4.1.6
Bandoleira	7.5.8.2
Bolha de nível - Carabina Standard 300m, Carabina de 10m	7.4.2.2
Boné ou Pala	7.5.8.8
Buraco do polegar - Carabina Standard 300m, Carabina 10m	7.4.2.2
Calças de tiro	7.5.5
Calças de tiro - Banda de Cintura: largura dispositivo, fecho	7.5.5.1
Calças de tiro - Cinto	7.5.5.1
Calças de tiro - Cinto de cintura: apoiar o braço ou cotovelo	7.5.5.1
Calças de tiro - Cintos e suspensórios	7.5.5.1
Calças de tiro - Desenho	7.5.5.5
Calças de tiro - Dispositivos de Fecho: pernas das calças	7.5.5.2
Calças de tiro - Espessura	7.5.5.1
Calças de tiro - Os dispositivos de fecho	7.5.5.1
Calças de tiro - Os dispositivos de fecho: abas	7.5.5.2
Calças de tiro - Reforços	7.5.5.3
Calças de tiro - Soltas ao redor das pernas	7.5.5.1
Calças de tiro - Topo das calças	7.5.5.1
Calças de tiro - Velcros e fechos	7.5.5.2
Cano - comprimento - Carabina Standard 300m	7.4.3
Canos	7.4.1.5
Carabina Procedimentos e regras de competição	7.6
Carabina 50m	7.4.5
Carabina 3 Posições, tempo combinado de preparação e ensaio	7.7.2

Carabina 3 Posições, mudança de alvos após cada posição	7.7.3
Carabina de Ar Comprimido a 10m	7.4.4
Carabina a 50m para homens / senhoras	7.1.4
Carabina a 300m	7.4.5
Carabina Standard a 300m	7.4.3
Carabinas e Munições	7.4
Características do vestuário de tiro	7.5.2
Casacos de Tiro	7.5.4
Casaco de tiro - Comprimento do corpo e mangas	7.5.4.1
Casaco de tiro - Bolso	7.5.4.8
Casaco de tiro - Construção do painel traseiro	7.5.4.4
Casaco de tiro - Desenho	7.5.4.9
Casaco de tiro - Fechos: não ajustáveis	7.5.4.2
Casaco de tiro - Fecho	7.5.4.3
Casaco de tiro - Extensão dos braços	7.5.4.6
Casaco de tiro - Material solto na área do ombro	7.5.4.3
Casaco de tiro - Painel lateral com costuras horizontais	7.5.4.5
Casaco de tiro - Reforços	7.5.4.8
Casaco de tiro - Reforços: chapa da soleira no ombro	7.5.4.8
Casaco de tiro - Reforços: cotovelos	7.5.4.8
Casaco de tiro - Reforços: espessura máxima	7.5.4.8
Casaco de tiro - Rugosidade	7.5.4.7
Casaco de tiro - Sobreposição de painéis	7.5.4.1
Casaco de tiro - Suporte artificial; tiras, laços, costuras, etc ...	7.5.4.3
Casaco de tiro - Tamanho do bolso	7.5.4.8
Casaco de tiro - Fixação da bandoleira	7.5.4.8
Casaco de tiro - Uso de substâncias pegajosas, líquidos, etc ...	7.5.4.7
Chapa da soleira - Carabina standard 300m / Carabina de ar 10m	7.4.2.1
Chapa da soleira - Carabina 50m / Carabina 300m	7.4.5.1
Compensadores	7.4.1.5
Competições para homens	7.1.4
Competições para senhoras	7.1.4
Comprimento do cano - Carabina Standard 300m	7.4.3
Comprimento do sistema de carabina - carabina de ar 10m	7.4.4
Conhecimento das regras	7.1.2
Controle após a competição / qualificação (Regra 6.7.0.2)	7.5.1
Coronha Carabina Standard 300m e de Carabina de Ar comprimido 10m	7.4.2
Descanso de Carabina Standard de 300m e Carabina de 10m	7.5.8.3
Descansos - Descansos de Carabina	7.5.8.3
Dispositivo dentro dos canos / tubos	7.4.1.5

Espessura	7.5.2.1
Espessura - Tabela	7.5.2.1
Competições de Carabina - ver tabela de competições de carabina	7.7
Eventos para senhoras	7.1.4
Extensão do punho	7.4.2.3
Filtros	7.4.1.6
Freios de boca	7.4.1.5
Gancho - Carabina 50m / Carabina 300m	7.4.5.1
Gatilhos Electrónicos	7.4.1.7
Imobilizar ou reduzir os movimentos	7.5.5.1
Inspeção do vestuário	7.5.1.2
Instrumentos de medição	7.5
Lentes	7.4.1.6
Lentes de correcção	7.4.1.6
Luvas de Tiro	7.5.6
Luvas de tiro - Espessura	7.5.6.1
Luvas de tiro - Fecho	7.5.6.2
Mala e estojo de tiro	7.5.8.4
Manipulação de material / equipamento , após exame	7.5.15
Manipulação de material / equipamento, antes ou durante os controlos	7.5.1.5
Materiais para maior aderência - Carabina Standard 300m Carabina de Ar 10m	7.4.2.6
Materiais para casacos, calças de tiro de tiro, luvas do atirador	7.5.1.4
Medidas de Carabina - Carabina 300m Standard / Carabina de Ar 10m	7.4.4
Miras	7.4.1.6
Miras - Lentes, lentes, filtros de luz do sistema	7.4.1.6
Munições	7.4.6
Normas para carabina standard 300m / Carabina 10m	7.4.2
Normas para todas as carabinas	7.4.1
Normas para provas de tiro e alvos	7.3
Número de casacos de tiro, calças e sapatos de tiro	7.5.1.2
óculos de correcção	7.4.1.6
Pala - No aparelho de pontaria posterior	7.4.1.6
Perfuração de Canos/extensores	7.4.1.5
Peso do gatilho - Carabina Standard 300m	7.4.3
Pesos - Carabina Standard 300m / Carabina de ar 10m	7.4.2.7
Posição de joelhos	7.6.1.1
Posições	7.6.1.
Protecção de Calcanhar na posição de joelhos	7.5.8.7
Punhos	7.4.1.4
Reforços - calças de tiro	7.5.5.3

Reforços - casaco de tiro	7.5.4.8
Reforços - Tabela	7.5.2.1
Rigidez	7.5.2.2
Rolo na posição de joelhos	7.5.8.5
Roupa interior	7.5.7
Roupa interior - Regulamentos / Medidas	7.5.2
Sapato de tiro	7.5.3
Sapatos de Tiro - Material da parte superior	7.5.3.1
Sapatos de Tiro - Altura	7.5.3.4
Sapatos de Tiro - Desenho e tabela	7.5.3.6
Sapatos de Tiro - Flexibilidade da sola	7.5.3.3
Sapatos de Tiro - Par	7.5.3.5
Sapatos de Tiro - Material da Sola	7.5.3.2
Sapatos de Tiro - Teste do andar	7.5.3.3
Segurança	7.2
Sistemas de redução de oscilação ou movimento	7.5.5.1
Tabela das medidas da Carabina - Carabina Standard 300m, Carabina de Ar comprimido a 10m	7.4.4.2
Telescópio	7.5.8.1
Tiro de pé	7.6.1.3
Uma Carabina por competição	7.4.1.2
Vestuário do atleta	7.5.1.5