



FEDERAÇÃO  
EQUESTRE  
PORTUGUESA

**REGULAMENTO NACIONAL  
DE FORMAÇÃO  
DE PRATICANTES**

**(2022)**

## ÍNDICE

PARTE I.....	3
1. INTRODUÇÃO .....	3
2. PROGRAMA DE FORMAÇÃO GERAL DE PRATICANTES.....	5
3. PROGRAMA DE FORMAÇÃO DE “SELAS” .....	6
4. PROGRAMA DE FORMAÇÃO DE “PINGALINS”.....	8
5. CARACTERIZAÇÃO DAS “SELAS” .....	9
6. CARACTERIZAÇÃO DOS “PINGALINS” .....	25
PARTE II.....	38
1. LOCAIS PARA REALIZAÇÃO DE EXAMES .....	38
2. O JÚRI DE EXAME DE “SELA” .....	40
3. O JÚRI DE EXAME DE PINGALIM .....	41
4. IDADES MÍNIMAS DE ACESSO AOS EXAMES.....	42
5. CALENDARIZAÇÃO E MARCAÇÃO DE EXAMES.....	43
6. PUBLICAÇÃO DOS RESULTADOS .....	44
7. PROVAS DE EXAME DE SELA.....	45
8. PROVAS DE EXAME DE PINGALIM.....	52
ANEXOS.....	54
DIMENSÃO DAS PISTAS.....	55
REGULAMENTO DAS PROVAS DE TÉCNICA E ESTILO – "HUNTER" .....	56
PAUTAS DE EXAMES.....	68

## PARTE I

### SELAS E PINGALINS

#### 1. INTRODUÇÃO

A formação na Federação Equestre Portuguesa (FEP) compreende, entre outras, duas grandes áreas que estão fortemente interligadas: a Formação de Treinadores e a Formação de Praticantes (atletas).

A implementação do Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT) trouxe a necessidade de reorganizar a formação dos praticantes, de modo a haver uma maior correspondência entre as capacidades formativas do treinador e do praticante.

A caracterização das diferentes etapas de formação de Praticantes (“Selas” e “Pingalins”) e a sua articulação com a carreira de treinador constitui tarefa das federações desportivas, conforme o disposto no n.º 2 do art.º 15 da Lei 40/2012, de 28 de agosto, alterado pela Lei 106/2019 de 6 de setembro.

As “Selas” já haviam sido definidas para os Praticantes Gerais (PG) e para os Praticantes de Ensino (PE), sendo agora também definidos os “Pingalins” para os praticantes de Atrelagem.

Neste Regulamento Nacional de Formação de Praticantes (RNFP) estão incluídas as etapas de formação relativas aos Praticantes de Atrelagem, doravante designados “Pingalins”. As outras disciplinas da FEP, através das suas comissões técnicas, podem propor etapas de formação dos praticantes das suas disciplinas, por forma a melhorar e promover a qualidade dos seus atletas.

Esta nova abordagem da Formação de Praticantes implicou a classificação dos praticantes numa das seguintes vias:

Participação (“Selas/Pingalins” de 1 a 3);

Competição (a partir da “Sela/Pingalim” 4);

Desporto Adaptado.

A evolução dos praticantes, em qualquer disciplina, obedece a uma lógica progressiva, normalmente ligada ao escalão etário.

Nos praticantes de equitação não se consegue, ao contrário da generalidade das modalidades, estabelecer uma correlação entre o desenvolvimento desportivo e o escalão etário do atleta. No entanto, foram estabelecidas idades mínimas para aceder a determinadas “Selas” e a determinados “Pingalins”.

A implementação deste RNFP pretende garantir a qualidade da formação dos praticantes dentro da Rede Nacional dos Centros Federados (RNCF).

A responsabilidade dos centros da RNCF neste processo formativo é o pilar mais importante do desenvolvimento do desporto equestre federado. É na RNCF que o desenvolvimento dos praticantes se processa, sob a responsabilidade de treinadores credenciados, implicando o paralelismo entre as carreiras de treinador e praticante.

## 2. PROGRAMA DE FORMAÇÃO GERAL DE PRATICANTES

Os Programas de Formação de Praticantes estão organizados em 9 etapas.

É importante que cada praticante, assim que seja iniciado na prática da equitação com um mínimo de regularidade, se inscreva na FEP como Praticante Federado.

Esta inscrição corresponde à obtenção da Licença de Praticante, dando direito à posse de um cartão anual de atleta federado, em formato online.

O processo de federação do atleta conjuntamente com o exame médico desportivo (a entregar na organização a que pertence), de conteúdo regulamentado pelo Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), permite a obtenção do Seguro Desportivo obrigatório, que cobre a prática do desporto quotidiano, a participação em provas não oficiais, lições de equitação, lições de atrelagem, passeios a cavalo montados ou atrelados, maneio do cavalo, etc.

**Assume-se que em toda a formação de praticantes devem estar presentes os seguintes princípios:**

### **Conhecimentos teóricos sobre o cavalo:**

- Estar sensibilizado para o respeito e bem-estar do cavalo;
- Estar consciente da importância de conhecer as características principais do comportamento do cavalo;
- Estar consciente da importância de conhecer as expressões e as posturas principais do cavalo e aquilo que exprimem;
- Saber quais são e saber reconhecer os três andamentos: passo, trote e galope;

### **Conhecimentos gerais:**

- Conhecer as regras de segurança e o histórico de saúde do cavalo e cavaleiro;
- Saber descrever os espaços do seu centro equestre e as suas funções e as atividades realizadas;
- Importância do trabalho em equipa:
  - a) Atribuição de tarefas, comunicação, reconhecimento;
  - b) Conjunto cavalo/cavaleiro, tratador, veterinário, proprietário, treinador, e todos os restantes intervenientes na atividade realizada.

### 3. PROGRAMA DE FORMAÇÃO DE “SELAS”

A metodologia deste programa assenta, para qualquer das “Selas”, nas três seguintes matérias: *A Teoria Equestre, O Maneio e A Prática Equestre (Equitação)*. Esta última é sempre apresentada em função de três princípios: *Equilibrar-se (atleta e cavalo), Avançar e Voltar*.

Não há qualquer limite de tempo (máximo ou mínimo) de permanência numa determinada “Sela”, ainda que os Exames de “Sela” 4,7 e 9 tenham de realizar-se em dias distintos. Ainda assim, um praticante muito aplicado e dotado poderá fazer mais do que uma “Sela” por ano.

A bibliografia recomendada, que representa algumas das obras que podem apoiar docentes e discentes na matéria constante deste programa e mesmo de níveis mais avançados, é a seguinte:

- “Manual Oficial de Formação de Praticantes (ENE/FEP)”- 2.<sup>a</sup> Edição 2006, Vol. 1
- “A Equitação Elementar” - Cor. Arnaut Pombeiro Outubro, 2011, Invesport
- “Equitação - Como e porquê” – Coronel Eduardo Netto de Almeida, 2.<sup>a</sup> Edição, Edições INAPA
- “Equitação” – António Bela de Moraes, 1.<sup>a</sup> Edição 2019, Edições PYO
- “Arte de Saltar” - Jorge Mathias, 1996, Edições INAPA
- “Glossário de Equídeos” - Manuel de Sousa Cardoso, 1999, Quarteto Editora
- “Hipologia - Guia para o Estudo do Cavalo” - novembro de 2009, Ana Teresa Martins da Silva, Lidel Editora

Para níveis mais elevados, recomenda-se:

- “Breves Notas sobre uma Arte Apaixonante (A Equitação)” - Nuno Oliveira, reimpressão: novembro de 2019, Edições PYO
- “Conceitos Equestres, Princípios e Técnicas” – Miguel Távora, 1.<sup>a</sup> edição, 2015, Invesport
- “The Principles of RIDING, Basic Training for Horse and Rider” - German Equestrian Federation, 1.<sup>o</sup>
- “Mark Todd's Cross-country Handbook” - (August 1995), The Kenilworth Press Ltd

O Programa de Formação de “Selas” compreende dois tipos de carreira formativa:

⇒ **Praticante Geral (PG):** A formação e os exames de “Sela” correspondentes compreendem as três disciplinas olímpicas (Ensino, Saltos e Concurso Completo). As licenças de exercício de atividade e participação em provas para Praticante Geral são:

- Licença Geral de Praticante;
- Licença Geral de Concorrente em Provas Federadas (Sela 4):
  - Saltos de Obstáculos – Classes 1,00 e 1,05;
  - Ensino – Provas até nível Médio;
  - CCE – Provas de nível Iniciação e Preliminar;
- Licença Geral de Concorrente em Provas Federadas (Sela 7):
  - Saltos de Obstáculos – Classes 1,10 e superior;
  - Ensino – Provas nível Avançado e superior;
  - CCE – Provas de nível 1\* e superior;

⇒ **Praticante de Ensino (PE):** A formação e os exames de “Sela” excluem as matérias respeitantes às disciplinas de Saltos e de Concurso Completo de Equitação. As licenças de exercício de atividade e de participação em provas abrangem apenas as de Ensino e são as seguintes:

- Licença Geral de Praticante;
- Licença de Concorrente de Provas Federadas Nacionais (Sela 4 reduzida):
  - Ensino – Provas até nível Médio;
- Licença de Concorrente de Provas Federadas Internacionais de Ensino (Sela 7 reduzida):
  - Ensino – Provas nível Avançado e superior.

## 4. PROGRAMA DE FORMAÇÃO DE “PINGALINS”

A metodologia deste programa assenta, para qualquer dos “Pingalins”, nas três seguintes matérias: A Teoria Equestre, O Maneio e A Prática Equestre (Equitação).

Não há qualquer limite de tempo (máximo ou mínimo) de permanência num determinado “Pingalim”. Assim, um praticante muito aplicado e dotado poderá fazer mais do que um “Pingalim” por ano.

A Bibliografia recomendada, que representa algumas das obras que podem apoiar docentes e discentes na matéria constante deste programa e mesmo de níveis mais avançados, é a seguinte:

- Manual Oficial de Formação de Praticantes (*ENE/FEP*) - 2.<sup>a</sup> Edição 2006, Vol. 1
- Les fondamentaux de l'attelage Galops 1 à 7 (*Éditions Amphore sports, 2008*)
- Equitação - Como e porquê – *Coronel Eduardo Netto de Almeida, 2.<sup>a</sup> Edição, Edições INAPA*

O Programa de Formação de Praticantes de Atrelagem versa sobre a carreira formativa de Praticante Geral de Atrelagem (PGA).

As licenças de exercício de atividade e participação em provas são:

- Licença Geral de Praticante;
- Licença Geral de Concorrente em Provas Oficiais (Pingalim 4):
  - Todas as classes de pôneis, 1 cavalo e parelhas de cavalos
- Licença Geral de Concorrente em Provas (Pingalim 7):
  - Provas de classe 4 cavalos

## 5. CARACTERIZAÇÃO DAS “SELAS”

Os aspetos assinalados adiante com (+) não serão pedidos para executar aos menores de 10 anos. Poderão, no entanto, ser questionados em diálogo, ou com o treinador a ajudar na sua execução.

Os aspetos assinalados adiante com (\*) não são aplicáveis aos Praticantes de Ensino (PE).

Ao caracterizar cada “Sela”, todas as anteriores estão, inevitavelmente, englobadas.

### SELA 1

Saber limpar um cavalo. Conduzi-lo à mão a passo e pará-lo, com cabeção ou com a cabeçada de trabalho. Ser capaz de se deslocar a passo e a trote (a direito e em círculo).

**NOTA:** No caso de praticantes com idade até 10 anos, deverão ser capazes de demonstrar o conhecimento da técnica de limpeza e de condução à mão.

#### a) Equitação

⇒ A passo

- Procurar o equilíbrio sentado
- Parar
- Sair a passo
- Manter o passo
- Conduzir sobre círculos

⇒ A trote

- Descobrir o seu equilíbrio
- Sair a trote
- Manter o trote
- Transitar ao passo

⇒ A galope

- Descobrir o seu equilíbrio

### **b) Maneio**

⇒ Abordar um cavalo; pôr um cabeção (+)

⇒ Conduzir um cavalo à mão com a cabeçada de trabalho; segurar nas rédeas

⇒ Tirar a cabeçada e o arreio (+)

⇒ Efetuar os cuidados elementares da limpeza do cavalo

### **c) Teoria**

⇒ As partes principais do exterior do cavalo

⇒ Reconhecer as principais pelagens

⇒ Noções sobre as várias atividades equestres

⇒ Regras elementares de segurança

⇒ O material de limpeza

Os aspetos assinalados adiante com (+) não serão pedidos para executar aos menores de 10 anos. Poderão, no entanto, ser questionados em diálogo, ou com o treinador a ajudar na sua execução.

Os aspetos assinalados adiante com (\*) não são aplicáveis aos Praticantes de Ensino (PE).

## **SELA 2**

Após efetuar a limpeza completa, aparelhar um cavalo/pónei. Ser capaz de se deslocar nos três andamentos.

NOTA: O mesmo que na Sela 1 no que diz respeito à limpeza e aparelhação.

### **a) Equitação**

⇒ A passo

- Estabilizar o equilíbrio sentado
- Mudar de andamento à vontade
- Fazer voltas (conduzir sobre)

⇒ A trote

- Procurar o seu equilíbrio sentado
- Procurar o equilíbrio em trote levantado
- Mudar de andamento à vontade
- Fazer círculos largos (conduzir sobre)

⇒ A galope

- Procurar o equilíbrio sobre os estribos
- Descobrir o equilíbrio sentado
- Mudar de andamento naturalmente
- Manter o galope
- Saltos e/ou terreno variado (\*)
- Procurar o equilíbrio sobre os estribos sobre cavaletes isolados ou em terreno variado (\*)

## **b) Maneio**

⇒ Efetuar uma limpeza completa

⇒ Pôr a cabeçada e aparelhar (+)

⇒ Pôr e tirar o cobrejão (+)

⇒ Conservação (fazer a manutenção) da cabeçada (cabedais e metais)

## **c) Teoria**

⇒ Conhecer as diversas partes dum cabeção, duma cabeçada de bridão e de um arreio

⇒ Saber as particularidades das pelagens com sede fixa

⇒ As ajudas naturais e artificiais

⇒ As ajudas para avançar (impulsivas)

Os aspetos assinalados adiante com (+) não serão pedidos para executar aos menores de 10 anos. Poderão, no entanto, ser questionados em diálogo, ou com o treinador a ajudar na sua execução.

Os aspetos assinalados adiante com (\*) não são aplicáveis aos Praticantes de Ensino (PE).

## SELA 3

Depois de ter verificado o bom estado geral do seu cavalo/pónei e ter ajustado a sua aparelhação (+), ser capaz de o conduzir nos três andamentos, sobre pequenos saltos isolados e/ou em terreno variado.

### a) Equitação

⇒ A passo

- Evoluir sozinho
- Transitar ao passo num ponto definido

⇒ A trote

- Trotar levantado sobre a diagonal desejada
- Procurar o equilíbrio sentado
- Evoluir sozinho
- Transição ao trote num ponto definido
- Conduzir sobre círculo
- Controlar a antemão do cavalo a trote sobre uma linha reta (retitude)

⇒ A galope

- Procurar o equilíbrio sentado
- Evoluir sozinho
- Sair a galope, num ponto definido e para a mão correta, a partir do trote
- Saltos e/ou terreno variado (saltos com altura máxima de 0,50 m)
- Procurar o equilíbrio sobre os estribos, sobre saltos isolados e/ou em terreno variado
- Controlar o andamento na abordagem e na receção dos saltos isolados e/ou em terreno variado
- Conduzir na abordagem e na receção dos saltos e/ou em terreno variado

## **b) Maneio**

- Inspeção dos membros e cuidados com os cascos antes e depois do trabalho
- Limpar e fazer uma cama (+)
- Ajustar a cabeçada e o arreio (+)

## **c) Teoria**

- Porquê trotar numa ou noutra diagonal a trote levantado
- Descrição da cabeça e dos membros (exterior)
- Noções sobre os andamentos (mecanismos, velocidades)
- As ajudas para voltar (com as rédeas numa mão, e com uma em cada mão)
- Conhecimento das figuras de picadeiro

Os aspetos assinalados adiante com (+) não serão pedidos para executar aos menores de 10 anos. Poderão, no entanto, ser questionados em diálogo, ou com o treinador a ajudar na sua execução.

Os aspetos assinalados adiante com (\*) não são aplicáveis aos Praticantes de Ensino (PE).

## **SELA 4**

O atleta deve possuir um bom conhecimento sobre o maneio (cuidados, necessidades, alimentação), locomoção e comportamento da sua montada. Ser autónomo nos três andamentos, em terreno variado e, com exclusão dos PE, no encadeamento de obstáculos (pequenos e isolados).

- ⇒ Ser capaz de executar uma prova de ensino P3.
- ⇒ Ser capaz de executar uma prova de salto de obstáculos (tipo Hunter) de 0,80 m (\*).

## **a) Equitação**

- ⇒ A passo
  - Controlar a velocidade
  - Deslocar as ancas

- Fazer círculos e voltas apertadas para um e outro lado

⇒ A trote

- Estabilizar o equilíbrio sentado
- Estabilizar o equilíbrio em trote levantado, mudando de direção e variando de velocidade
- Controlar a velocidade
- Ligar voltas largas para um e outro lado; executar as figuras de picadeiro

⇒ A galope

- Estabilizar o seu equilíbrio sem os estribos
- Galopar sentado no ritmo
- Sair a galope do passo na mão certa
- Controlar a velocidade
- Conduzir sobre círculos grandes
- Controlar o antemão (retitude)

⇒ Saltos de obstáculos (Saltos com altura máxima de 0.80 m) (\*)

- Estabilizar o equilíbrio sobre os estribos, ligando saltos isolados
- Controlar o andamento e a velocidade ligando saltos isolados
- Conduzir ligando saltos isolados

⇒ Terreno variado (\*)

- Estabilizar o equilíbrio sobre os estribos em terreno variado
- Controlar o andamento e a velocidade em terreno variado
- Conduzir em terreno variado

## **b) Maneio**

Para além dos temas referidos nas Selas 1, 2 e 3, mais o seguinte:

- ⇒ Colocar proteções de trabalho (caneleiras, proteções de bolete, cloches (+), ligaduras de trabalho (+), etc.);
- ⇒ Colocar proteções de transporte (+);

- ⇒ Conduzir o cavalo à mão contornando obstáculos, fazer recuar o cavalo à mão (+);
- ⇒ Conduzir um cavalo numa inspeção veterinária.

### **c) Teoria**

Para além dos temas referidos nas Selas 1, 2 e 3, mais, os seguintes:

- ⇒ Noções de alimentação;
- ⇒ Noções de cuidados diários;
- ⇒ Comportamento da sua montada na cavalaria, no trabalho e no exterior;
- ⇒ Regras de segurança na cavalaria, áreas de trabalho e no exterior;
- ⇒ Acordo das ajudas (elementar);
- ⇒ Galope: velocidades e mecânica (à esquerda e à direita).

Os aspetos assinalados adiante com (+) não serão pedidos para executar aos menores de 10 anos. Poderão, no entanto, ser questionados em diálogo, ou com o treinador a ajudar na sua execução.

Os aspetos assinalados adiante com (\*) não são aplicáveis aos Praticantes de Ensino (PE).

## **SELA 5**

O atleta deve ser capaz de apresentar um cavalo ou um pônei nos 3 andamentos, estável e na atitude, sobre uma reprise de ensino de grau elementar.

### **a) Equitação**

- ⇒ ENSINO
  - Estabilizar o equilíbrio sentado sobre transições de andamentos
  - Manter uma velocidade regular (andamento regular) em cada andamento
  - Variar a amplitude do passo
  - Sair a galope do passo num ponto preciso
  - Ligar voltas para um e outro lado ao passo e ao trote

- Deslocar o cavalo lateralmente, ao passo (início do controlo das espáduas e das ancas)

⇒ SALTO DE OBSTÁCULO (Com altura máxima de 0,85 m a 0,90 m) (\*)

- Manter o equilíbrio sobre os estribos, sobre saltos aproximados em linha reta
- Manter uma velocidade regular a galope, ligando saltos isolados
- Conduzir a galope, ligando saltos isolados

⇒ CORTA-MATO (Nível iniciação) (\*\*)

- Estabilizar o seu equilíbrio a trote levantado em terreno variado
- Manter uma velocidade regular a galope, ligando saltos
- Conduzir a galope, ligando saltos

(\*\*) Embora desejável e muito importante, admite-se que em muitos C.H./Est. não haja condições para a prática desta modalidade, pelo que a mesma será FACULTATIVA.

## **b) Maneio**

- ⇒ Desmontar e montar uma cabeçada para limpeza
- ⇒ Avaliar estado geral do cavalo (ferração, condição física, estado geral de saúde)
- ⇒ Colocar ligaduras de repouso (+)
- ⇒ Colocar e tirar pitons (+)

## **c) Teoria**

- ⇒ Escala de Treino: RITMO e FLEXIBILIDADE
- ⇒ O trabalho no círculo
- ⇒ Generalidades sobre o esqueleto e os músculos (dos músculos, apenas os grupos musculares importantes para a equitação).

Os aspetos assinalados adiante com (+) não serão pedidos para executar aos menores de 10 anos. Poderão, no entanto, ser questionados em diálogo, ou com o treinador a ajudar na sua execução.

Os aspetos assinalados adiante com (\*) não são aplicáveis aos Praticantes de Ensino (PE).

## SELA 6

O atleta deve ser capaz de apresentar um cavalo ou um pônei nos 3 andamentos, estável e em equilíbrio, sobre uma reprise de ensino de grau preliminar e, com exceção dos PE, conduzir sobre uma série de saltos ligando-os entre si.

### a) Equitação

#### ⇒ ENSINO

- Estabilizar o seu equilíbrio sentado sobre transições de andamento
- Estabilizar o seu equilíbrio a trote levantado sobre variações de amplitude
- Estabilizar o seu equilíbrio sentado nos três andamentos
- Manter a cadência do galope
- Transição do trote à paragem
- Recuar alguns passos
- Deslocar lateralmente o cavalo a trote (controlo das espáduas e das ancas cedência à perna)

#### ⇒ SALTO DE OBSTÁCULO (Saltos com altura máxima de 0,95 m a 1,00 m) (\*)

- Manter a cadência a galope, ligando vários saltos
- Conduzir a galope, ligando saltos aproximados

#### ⇒ CORTA-MATO (Facultativo)

- Procurar o equilíbrio sobre os estribos sobre o salto em terreno variado
- Manter uma velocidade regular a galope, ligando saltos em terreno variado

#### ⇒ TRABALHO A PÉ

- Trabalhar um cavalo à guia (ou um pônei) com chambon, gogue, ou rédeas fixas baixas e compridas, a passo e a trote para as duas mãos, procurando uma atitude estendida. (Só aplicável a Jovens Cavaleiros e Séniores)

### b) Maneio

⇒ Apresentar um cavalo ou pônei à mão

### c) Teoria

⇒ Os andamentos: Mecânica do passo, do trote, do galope e do recuar

- ⇒ As transições de um andamento a outro e dentro do mesmo andamento
- ⇒ Andamentos defeituosos (andaduras)
- ⇒ Qualidade dos andamentos
- ⇒ Escala de treino: CONTACTO e IMPULSÃO
- ⇒ Movimentos laterais: cedência à perna
- ⇒ As manqueiras/coxeiras/clauidicações (+)
- ⇒ Critérios de apreciação do estado dos cascos e da ferração
- ⇒ Anatomia do pé (+)
- ⇒ Os tendões (+)

Os aspetos assinalados adiante com (+) não serão pedidos para executar aos menores de 10 anos. Poderão, no entanto, ser questionados em diálogo, ou com o treinador a ajudar na sua execução.

Os aspetos assinalados adiante com (\*) não são aplicáveis aos Praticantes de Ensino (PE).

## SELA 7

O atleta deve dispor de um nível de prática que lhe permita apresentar um cavalo ou um pônei num equilíbrio estável e numa atitude adaptada sobre uma reprise de ensino de grau elementar (Elementar 3) / avançado (Avançada 1), do RN Ensino/FEP, sobre um percurso de salto de obstáculos (tipo Hunter - altura de 1,10 m) (\*) e sobre um percurso de corta mato (este facultativo)

Conhecer o Regulamento da Disciplina da FEP e da FEI, Regulamento Geral da FEP e regulamentação sobre transporte, identificação e vacinação dos cavalos.

### a) Equitação

#### ⇒ ENSINO

- Estabilizar o equilíbrio sentado sobre transições de um andamento para o outro e dentro do mesmo andamento
- Controlar a cadência de cada andamento
- Galopar invertido ou ao revés

- Passagem de mão simples
- Passar de mão a galope
- Variar a amplitude do trote e do galope
- Ligar círculos grandes a galope, mantendo a mesma mão
- Deslocar lateralmente o cavalo, encurvando-o ao lado contrário do movimento, a passo e trote (espádua adentro)

⇒ SALTO DE OBSTÁCULOS (Saltos com altura máxima de 1,10 m) (\*)

- Estabilizar o seu equilíbrio sobre saltos seguidos
- Adaptar o seu equilíbrio ao encadeamento dos saltos
- Adaptar a amplitude da passada ao encadeamento dos saltos
- Conduzir sobre um percurso e adaptar o traçado ao encadeamento dos saltos
- Cumprir um determinado número de passadas numa interdependência

⇒ CORTA-MATO (facultativo) (nível iniciação do Regulamento de CCE/FEP)

- Estabilizar o seu equilíbrio sobre os estribos, encadeando um conjunto de saltos em terreno variado
- Adaptar o seu equilíbrio, sobre os estribos, aos perfis dos obstáculos e/ou aos eventuais declives do terreno
- Adaptar a velocidade em função das dificuldades do percurso
- Conduzir sobre um percurso definido e adaptar o traçado ao encadeamento dos saltos em terreno variado

⇒ TRABALHO A PÉ

- Trabalhar à guia c/ou sem rédeas auxiliares um cavalo ou um pônei

## **b) Maneio**

Para além dos temas referidos nas Selas 5 e 6, mais o seguinte (Só aplicável a Júniores, Jovens Cavaleiros e Séniores):

- ⇒ Colocar ligaduras de trabalho;
- ⇒ Entrançar crinas e cauda;
- ⇒ Embarcar e desembarcar um cavalo ou um pônei.

### c) Teoria

Para além dos temas referidos nas Selas 5 e 6, mais os seguintes:

- ⇒ Os aprumos;
- ⇒ Os diferentes equilíbrios;
- ⇒ Higiene e saúde;
- ⇒ O galope invertido/ao revés;
- ⇒ Escala de Treino: RETITUDE;
- ⇒ A espádua adentro;
- ⇒ Conhecimento das embocaduras e efeito do bridão;
- ⇒ Os diferentes perfis e trajetórias dos obstáculos (\*).

Os aspetos assinalados adiante com (+) não serão pedidos para executar aos menores de 10 anos. Poderão, no entanto, ser questionados em diálogo, ou com o treinador a ajudar na sua execução.

Os aspetos assinalados adiante com (\*) não são aplicáveis aos Praticantes de Ensino (PE).

## SELA 8

Testar o seu cavalo sobre provas desportivas.

### a) Equitação

- ⇒ ENSINO
  - Estabilizar o seu equilíbrio a trote sentado nos movimentos laterais
  - Controlar o ritmo do andamento nos movimentos laterais
  - Galopar invertido (ou ao revés)
  - Controlar a encurvação do seu cavalo a passo e trote sobre linhas curvas
  - Deslocar lateralmente o seu cavalo, encurvando-o ao lado do movimento, (Ladear, Travers e Renvers) a passo e trote.



⇒ SALTO DE OBSTÁCULOS (\*)

- Adaptar o seu equilíbrio sobre os estribos às variações de amplitude da passada
- “Conduzir” na fase de suspensão
- Variar as abordagens (zona de batida) num mesmo obstáculo (isolado)

⇒ CORTA-MATO nível iniciação do Regulamento de CCE/FEP (Facultativo)

- Estabilizar o seu equilíbrio sobre os estribos, em saltos aproximados
- Adaptar o seu equilíbrio, sobre os estribos, às variações de amplitude da passada
- Adaptar a velocidade e equilíbrio aos perfis dos obstáculos e ao declive do terreno

⇒ TRABALHO A PÉ

- Trabalhar um cavalo ou pônei sobre saltos à guia (\*)
- Trabalhar um cavalo ou pônei em liberdade, controlando tecnicamente os seus ajudantes (dando indicações)

**b) Maneio e Teoria**

⇒ Cuidados e tratamento de:

- Assentaduras;
- Feridas ligeiras.

⇒ Sintomas de:

- Parasitação;
- Cólica;
- Temperatura;
- Aguamento.

⇒ Saber calcular a ração diária do seu cavalo em função da atividade, da idade e do peso.

### **c) Ensino do cavalo ou do pônei:**

- ⇒ Características do cavalo bem trabalhado – Escala de Treino (Revisão e Conclusão)
- ⇒ Ritmo
- ⇒ Flexibilidade
- ⇒ Contacto
- ⇒ Impulsão
- ⇒ Retitude
- ⇒ Concentração
- ⇒ A passagem de mão a galope
- ⇒ Ladear, Travers e Renvers
- ⇒ A flexibilidade longitudinal

Os aspetos assinalados adiante com (+) não serão pedidos para executar aos menores de 10 anos. Poderão, no entanto, ser questionados em diálogo, ou com o treinador a ajudar na sua execução.

Os aspetos assinalados adiante com (\*) não são aplicáveis aos Praticantes de Ensino (PE).

## **SELA 9**

O atleta deve dispor de um nível de prática que lhe permita preparar o seu cavalo para as exigências das provas desportivas.

Provas:

- ⇒ De Ensino
  - Reprise de ensino de grau médio / avançado, (mínimo 55%), do RN Ensino/FEP
- ⇒ De Obstáculos
  - Estilo e condução (Tipo Hunter) com 1,20 m de altura e com um mínimo 110 pontos. (\*)

## a) Equitação

### ⇒ ENSINO

- Utilizar o seu equilíbrio a trote levantado para trabalhar o seu cavalo
- Utilizar o seu equilíbrio sentado para intervir no equilíbrio do cavalo
- Controlar a cadência de cada andamento sobre figuras em marcha direta ou em duas pistas
- Concentrar os três andamentos (reunir)
- Passar de mão a galope (passagem de mão "no ar")
- Conduzir sobre voltas a galope
- Deslocar lateralmente o cavalo, encurvado ao lado do movimento (Ladear, Travers e Renvers), nos três andamentos

### ⇒ SALTO DE OBSTÁCULO (\*)

- Utilizar o seu equilíbrio sobre os estribos para variar as abordagens (zona de batida)
- Utilizar o seu equilíbrio para intervir sobre o equilíbrio do seu cavalo
- Adaptar a abordagem (regular zona de batida) em função do perfil do obstáculo e do tipo de prova
- Conduzir sobre voltas a galope
- Conduzir sobre um traçado sinuoso

### ⇒ CCE Nível preliminar (\*) (\*\*)

- Utilizar o seu equilíbrio para regular as diferentes abordagens
- Utilizar o seu equilíbrio para intervir no equilíbrio do seu cavalo
- Adaptar a abordagem em função da velocidade, do traçado, dos declives e do perfil dos obstáculos

(\*\*) Nível Iniciação - obrigatório terminar o Cross

## b) Maneio

Para além do exigido na Sela 8, mais o seguinte:

⇒ Controlar o ritmo cardíaco

⇒ Controlar a frequência respiratória

⇒ Controlar a temperatura

Os aspetos assinalados adiante com (+) não serão pedidos para executar aos menores de 10 anos. Poderão, no entanto, ser questionados em diálogo, ou com o treinador a ajudar na sua execução.

Os aspetos assinalados adiante com (\*) não são aplicáveis aos Praticantes de Ensino (PE).

## 6. CARACTERIZAÇÃO DOS “PINGALINS”

Em todos os “Pingalins” e desde que não esteja especificado, os exercícios no simulador ou no carro de cavalos realizam-se sempre com um pingalim na mão. Quando for prevista a sua execução sem pingalim, este aspeto seja assinalado adiante com (\*).

### PINGALIM 1

É composto pela componente específica mais a parte comum da “Sela 1”.

#### a) Componente específica - Prática de Atrelagem

⇒ No simulador (\*)

- Tomar, ajustar e segurar as guias, simulando a condução com uma guia em cada mão
- Simular a condução com as guias devidamente seguras na mão, na posição base e na posição de ajuda (ou posição de trabalho)
- Encurtar e alongar as guias na posição base

⇒ No carro

- Subir e descer do carro, com o groom à frente, a segurar no cavalo, e eventualmente com ajuda
- Tomar e segurar as guias, no carro
- Ficar sentado e manter uma boa postura no assento do carro
- Realizar transições simples e espaçadas entre o parar, o passo e o trote
- Conduzir a passo. Trotar sobre um percurso simples
- Realizar um percurso do tipo “Pingalim 1”

⇒ Com o cavalo

- Ajudar a aparelhar
- Ajudar a desengatar
- Desaparelhar (incluindo a cabeçada e embocadura)

⇒ Conhecimentos teóricos específicos

- Reconhecer as partes principais do arreio e saber explicar a sua função.
- Saber quais as regras de segurança a colocar em prática na atrelagem.
- Saber descrever o papel do groom.
- Explicar como e quando se utiliza a voz, as mãos e o pingalim.
- Compreender o vocabulário específico das orientações de preparação para o “Pingalim 1”

## **b) Componente comum com a “Sela 1”**

Saber limpar um cavalo, conduzi-lo à mão, com cabeção ou com a cabeçada de trabalho, e ser capaz de se deslocar a passo e a trote.

⇒ Prática equestre

- A pé
  - Saber posicionar-se ao lado do cavalo
  - Conduzir o cavalo à mão, a passo, sobre um trajeto simples, alternando linhas a direito e linhas curvas para os dois lados
  - Parar
  - Saber afastar o cavalo de si
- Com o cavalo

Saber:

- Observar o cavalo e interpretar o seu comportamento;
- Tratar do cavalo antes e depois de ter sido montado ou atrelado;
- Captar a atenção do cavalo e saber abordá-lo na boxe ou quando atrelado, mudando de lado, em segurança;
- Acariciar o cavalo;
- Afastar o cavalo de si;
- Colocar um cabeção;
- Realizar os cuidados de limpeza básicos (ferro, cardoa, brussas, esponjas, pentes, ferro de cascos);
- Lavar a embocadura e arrumar o material na sala de arreios;

- Fazer um nó de prisão.

⇒ Conhecimentos teóricos sobre o cavalo

- Estar sensibilizado para o respeito e bem-estar do cavalo.
- Saber explicar as características principais do comportamento do cavalo.
- Saber identificar as expressões e as posturas principais do cavalo e aquilo que exprimem.
- Saber os nomes das diferentes partes da cabeça.
- Saber quais são e saber reconhecer os três andamentos: passo, trote e galope.
- Saber reconhecer as pelagens.
- Saber indicar as principais regiões do exterior do cavalo.
- Saber definir o que são ajudas naturais e artificiais.

⇒ Conhecimentos gerais

- Saber quais as regras elementares de segurança a pé.
- Saber descrever os espaços do seu centro equestre e as suas funções.

## PINGALIM 2

O Pingalim 2 é composto pela componente específica do Pingalim 2 “Praticante de Atrelagem” mais a parte comum à Sela II de “Praticante Geral” e de “Praticante de Ensino”.

### a) Componente específica - Prática de Atrelagem

⇒ No simulador

- Simular a condução com as guias apenas numa mão e sem pingalim.
- Tomar, ajustar e segurar as guias apenas numa mão e sem pingalim.
- Encurtar e alongar as guias segurando apenas com uma mão e sem pingalim.
- Conduzir segurando as guias na posição base.
- Conduzir segurando as guias apenas numa mão, sem pingalim.
- Simular a condução com as guias na posição de ensino, sem pingalim.

⇒ No carro

- Subir e descer do carro de forma autónoma, com o groom à frente, a segurar no cavalo, e eventualmente com ajuda.
- Sentar-se corretamente no lugar do condutor, tendo especial atenção para a posição das pernas, tronco, ombros e cabeça, bem como a correta afinação no comprimento da pega nas guias, posição das mãos e pega e posição do pingalim.
- Tomar, segurar e ajustar as guias na posição base e na posição de ajuda.
- Encurtar e alongar as guias na posição base e de ajuda, sem pingalim.
- Conduzir segurando as guias na posição de ensino, sem pingalim.
- Utilizar a parte superior do corpo nas transições para diminuição do andamento (e.g. trote ao passo; passo à paragem).
- Sair a galope a partir do trote, numa volta e manter o galope durante algumas passadas. Passar ao trote.
- Mudar de andamento com transições simples e progressivas: paragem ↔ passo; passo ↔ trote.
- Ficar parado.
- Conduzir a passo e a trote sobre um percurso definido, incluindo: círculos, voltas, diagonais, linhas do meio, inversão de sentido sobre curvas largas.
- Fazer algumas portas de cones (largura do carro + 40 cm).
- Realizar um percurso do tipo Pingalim 2

⇒ Com o cavalo

- Aparelhar o cavalo com um arreio já devidamente ajustado (exceto a embocadura).
- Ajudar a engatar o cavalo ao carro.
- Desaparelhar.
- Saber fazer a manutenção das partes do arreio que estiveram em contacto com o cavalo.

⇒ Conhecimentos teóricos específicos

- Reconhecer e saber explicar quais são as partes principais dos carros de duas e de quatro rodas.
- Explicar a progressão da utilização da voz (entoação e ordens específicas) e do pingalim (função dos diferentes toques).

## **b) Componente comum com a “Sela 2”**

Saber limpar um cavalo, conduzi-lo à mão, com cabeção ou com a cabeçada de trabalho, e ser capaz de se deslocar a passo e a trote.

⇒ Prática equestre

- A pé
  - Saber fazer recuar o cavalo à mão (pelo menos dois passos).
  - Conduzir o cavalo à mão, sobre um trajeto específico, alternando linhas a direito e linhas curvas para os dois lados.
  - Andar com o cavalo a trote à mão durante algumas passadas.
  - Saber mover as espáduas ou a garupa do cavalo, um passo no mínimo, a partir da posição de parado.
  - Saber mover a cabeça do cavalo para a direita e para a esquerda, para cima e para baixo.

- Com o cavalo

Saber:

- Abordar o cavalo: na boxe, no paddock ou na pastagem;
- Soltar o cavalo: na boxe, no paddock ou na pastagem;
- Interpretar o comportamento dos cavalos entre eles;
- Colocar uma cabeçada (com embocadura);
- Retirar e colocar um cobrejão;
- Realizar os cuidados de limpeza completos (utilizando o ferro, a cardoa e a brussa);
- Limpar os cascos dos membros anteriores e tomar os cascos dos membros posteriores;

- Fazer um nó de prisão;
- Distribuir os alimentos.

⇒ Conhecimentos teóricos sobre o cavalo

- Saber descrever as características principais dos cinco sentidos do cavalo.
- Saber descrever a forma como se comportam em grupo.
- Saber descrever o comportamento alimentar do cavalo.
- Saber descrever as principais características físicas da boca do cavalo e a forma como se alimenta.
- Saber reconhecer quais são os alimentos base de um regime alimentar: erva, forragens (fenos, palha, etc.), cereais, alimentos compostos (rações).
- Conhecer as suas necessidades em água e as formas de abeberamento.
- Descrever e reconhecer outras pelagens para além das pelagens base. Saber reconhecer e descrever as particularidades da pelagem com sede fixa (principais tipos de malhas).
- Descrever e indicar as partes principais dos membros: joelho, curvilhão, canela, boleto, quartela, coroa e casco.
- Indicar e reconhecer três raças de cavalos ou de pôneis presentes no Centro Equestre.

⇒ Conhecimentos gerais

- Saber quais as regras de circulação no picadeiro ou na carriére.
- Indicar e descrever os instrumentos utilizados na higiene e limpeza dos cavalos.
- Saber caracterizar os diversos tipos de alojamento para cavalos: a campo/pasto /paddock, estabulação/boxe, etc.

## PINGALIM 3

O Pingalim 3 é composto pela componente específica do Pingalim 3 “Praticante de Atrelagem” mais a parte comum à Sela III de “Praticante Geral” e de “Praticante de Ensino”.

### a) Componente específica - Prática de Atrelagem

⇒ A pé

- Conduzir o cavalo a passo, em rédeas longas, num recinto limitado.

⇒ No simulador

- Simular a condução com as guias apenas numa mão.
- Tomar, ajustar e segurar as guias apenas numa mão.
- Conduzir segurando as guias apenas numa mão.
- Tomar, ajustar e segurar as guias na posição de ensino, sem pingalim.

⇒ No carro

- Encurtar e alongar as guias na posição base e de ajuda.
- Conduzir segurando as guias na posição de ensino.
- Simular a condução, segurando as guias apenas numa mão, sem pingalim
- Tomar, ajustar e segurar as guias apenas numa mão, sem pingalim.
- Conduzir segurando as guias apenas numa mão, sem pingalim.
- Adaptar o equilíbrio da atrelagem e a utilização do travão às variações do terreno.
- Mudar de andamento com transições progressivas: paragem ↔ passo; passo ↔ trote, com precisão.
- Mudar de andamento com transições progressivas: trote ↔ galope;
- Manter o galope;
- Andar a passo e a trote em terreno variado.
- Conduzir em curvas apertadas a passo.
- Alternar a condução em curvas largas e com inversão do sentido, a trote e com precisão.

- Desenhar um círculo com mais de 30 m, a trote.
- Fazer um obstáculo do tipo maratona, a passo e em terreno plano.
- Fazer um percurso de cones de forma encadeada (largura do carro + 30 cm).
- Realizar um percurso do tipo Pingalim 3 (Prova de iniciados da APA).

⇒ Com o cavalo

- Aparelhar.
- Ajustar o arreio.
- Engatar o cavalo ao carro.
- Ajustar um arreio com retranca, ao carro.
- Montar e desmontar todas as partes de um arreio conhecido.

⇒ Conhecimentos teóricos específicos

- Designar e reconhecer 3 tipos de embocadura mais comuns.
- Explicar a progressão da utilização das mãos, da posição do condutor no assento e do travão.

## **b) Componente comum com a “Sela 3”**

Depois de ter verificado o bom estado geral do cavalo/pónei e ter ajustado o respetivo arreio e cabeçada, ser capaz de o conduzir nos três andamentos, sobre pequenos saltos isolados e em terreno variado.

⇒ Prática equestre

- A pé
  - Conduzir o cavalo ou pónei à mão, a passo, em curvas apertadas e para os dois lados.
  - Recuar com o cavalo alguns passos numa linha direita.
  - Saber mover as espáduas ou a garupa do cavalo, dando alguns passos.

- Com o cavalo

Saber:

- Realizar uma limpeza completa ao cavalo;
- Limpar os cascos dos membros posteriores;

- Lavar os membros;
- Untar os cascos;
- Limpar e manter a cama;
- Limpar o bebedouro ou o local de abeberamento.
- Conhecimentos teóricos sobre o cavalo
- Saber explicar o comportamento e atividades do cavalo em estado natural.
- Saber explicar os conceitos de: manada, hierarquia, dominância, afinidades, instinto gregário e as consequências deste tipo de interação no comportamento do cavalo.
- Saber descrever quais os diferentes tipos de cama que podem ser utilizados.
- Nomear e indicar as zonas do exterior do cavalo.
- Nomear e indicar as diferentes zonas e partes do casco.
- Saber explicar a importância da manutenção adequada dos cascos e da ferração.
- Explicar os movimentos do passo e do trote.
- Reconhecer e indicar o nome das diferentes particularidades naturais de pelagem com sede fixa. Na cabeça: testa (sombra de estrela, estrelinha, estrela, luzeiro e estrela corrida ou luzeiro corrido), cordão (largo, interrompido, mesclado, arredondado) e beta (sombra de beta, pequena beta, beta e grande beta). Nos membros: calças (calçado cobrindo joelho/curvilhão, calçado cobrindo a canela, calçado a meia cana, calçado cobrindo o boleto, calçado a meio do boleto, calçado cobrindo a quartela, princípio de calça, traço de calça).
- Reconhecer e indicar o nome dos diferentes tipos de rodopios e espigas: na cabeça e na crineira (espada romana).
- Reconhecer, indicar o nome e descrever as variedades da pelagem castanha: claro, comum e pezenho; do baio: claro, comum, escuro e lobeiro; do lazão: lazão claro, comum ou torrado; do pardo: rato, amarelo e vermelho e do palomino.

- No mínimo, saber indicar e reconhecer três raças de cavalos e três raças de pôneis.
- Conhecimentos gerais
  - Saber explicar qual a ação das ajudas: atuar, resistir, ceder.
  - Indicar e descrever algumas disciplinas equestres desportivas praticadas no seu Centro Equestre e as suas características.

## PINGALIM 4

O Pingalim 4 é composto pela componente específica do Pingalim 4 “Praticante de Atrelagem” mais a parte comum à Sela IV de “Praticante Geral” e de “Praticante de Ensino”.

### a) Componente específica - Prática de Atrelagem

⇒ A pé

- Saber passar um cavalo à guia, nos três andamentos, deslocando o círculo ao longo do picadeiro.

⇒ No simulador

- Segurar nas guias na posição de ajuda.
- Tomar, ajustar e segurar nas guias na posição de ajuda.
- Encurtar e alongar as guias na posição de ajuda.
- Simular a condução com as guias na posição de ajuda.
- Simular uma paragem de emergência.

⇒ No carro

- Simular a condução, segurando as guias apenas numa mão.
- Tomar, ajustar e segurar as guias apenas numa mão.
- Conduzir segurando as guias apenas numa mão.
- Parar com precisão e manter a imobilidade durante alguns segundos.
- Variar a velocidade de forma controlada no passo e no trote.
- Manter uma velocidade regular a galope.

- Saber realizar uma paragem de emergência.
- Saber manter o equilíbrio num carro de 2 rodas.
- Conduzir em curvas apertadas a trote.
- Fazer um obstáculo do tipo maratona, a trote e em terreno plano.
- Desenhar um círculo de 20 m, a trote.
- Desenhar um círculo de 30 m, a galope.
- Conduzir a passo e a trote com uma flexão do pescoço (para dentro).
- Manter um contacto permanente e suave com o cavalo ou pônei, a passo e a trote.
- Realizar um percurso do tipo Pingalim 4 (Prova ensino 1\*B)

⇒ Com o cavalo

- Saber colocar e retirar as proteções de trabalho: caneleiras, cloches e protetores de boleto.

⇒ Conhecimentos teóricos específicos

- Saber fazer a listagem do material específico a considerar para uma saída (a campo) com uma atrelagem.
- Saber quais as regras de segurança para atravessar uma estrada com e sem visibilidade.
- Saber qual o equipamento específico e quais as proteções do condutor.
- Saber explicar qual o papel do groom ou grooms e saber dar-lhe indicações adequadas.
- Saber reconhecer um percurso de cones e decorar as trajetórias.

## **b) Componente comum com a “Sela 4”**

⇒ Prática equestre

- A pé
  - Fazer recuar o cavalo ou pônei segurando na guia a alguma distância.
  - Fazer com que o cavalo se aproxime, à voz.
  - Obter uma flexão lateral do pescoço para os dois lados.

- Saber trotar à mão em linhas direitas e sobre curvas largas.
- Conseguir passar sobre pequenos “obstáculos” a passo: entre eles poças de água, lonas, rampas inclinadas, rampa do atrelado ou camião de transporte.
- Com o cavalo
  - Saber colocar e retirar as proteções de transporte.
  - Inspeccionar e cuidar dos membros antes e depois do trabalho.

⇒ Conhecimentos teóricos

- Sobre o cavalo
  - Saber explicar as consequências da estabulação para o cavalo.
  - Conseguir realizar a identificação básica de um cavalo ou pônei:
    - Sexo;
    - Pelagem;
    - Particularidades da pelagem;
    - Rodopios e espigas.
  - Saber quais as diferentes partes do documento de identificação.
  - Saber quais são os cuidados periódicos obrigatórios: vacinas; e quais os cuidados periódicos recomendados: desparasitações e cuidados dentários.
  - Conhecer os principais parâmetros fisiológicos do cavalo: temperatura, pulsação, frequência respiratória.
  - Saber identificar os sinais de doença: prostração, agitação, comportamento fora do normal; falta de apetite; corrimentos, etc..
  - Explicar o mecanismo do galope à direita e à esquerda e reconhecer a sequência de apoio dos membros.
  - Saber descrever as necessidades do cavalo em forragens, alimentos concentrados e minerais.
  - Saber reconhecer as grandes famílias de alimentos que se podem usar e distribuir: quais as principais forragens, concentrados e complementos.

- Saber reconhecer quais os alimentos a evitar: algumas plantas tóxicas e contaminantes alimentares.

⇒ Conhecimentos gerais

- Saber explicar a concordância das ajudas.
- Explicar quais as regras gerais de segurança a aplicar nas áreas de trabalho confinadas e no exterior.
- Explicar a diferença entre a flexão do pescoço e a encurvação.

## PARTE II

### EXAMES DE “SELA” E DE “PINGALIM”

#### 1. LOCAIS PARA REALIZAÇÃO DE EXAMES

Os exames de “Sela” ou de “Pingalim” só podem ser realizados em Centros da Rede Nacional de Centros Federados, centros hípicas dotados de estruturas apropriadas ao ensino e à realização das provas, bem como de pessoal docente profissional portador de Título Profissional de Treinador de Desporto (TPTD), nos termos estabelecidos no Plano Nacional de Formação de Treinadores (PNFT).

As 9 “Selas” e “Pingalins” agrupam-se em ciclos ou escalões.

O primeiro escalão inclui, respetivamente, as “Selas” e “Pingalins” 1, 2, 3 e 4.

As primeiras 3 “Selas” e “Pingalins” são realizados e avaliados em Centros de Formação de 1 Estrela, bastando para o efeito a presença de um Treinador de Grau II, que pode ser formador do próprio estabelecimento.

A “Sela” e “Pingalim” 4 (final deste primeiro ciclo) pressupõe a realização de um exame especial, que só pode ser realizado em Centros de Formação e Exame, classificados com 2 ou mais Estrelas.

É um nível base da carreira pois constitui *condição necessária* para a obtenção da Licença de participação em Provas Oficiais Nacionais, ao qual corresponde o direito ao uso de um cartão específico de atleta federado, obrigatório para quem pretender participar nesse tipo de provas.

A aprovação no exame de “Sela 4”, dá ainda direito à atribuição do Diploma de Estribo de Bronze, emitido pelo Centro Hípico.

O segundo escalão é composto pelas “Selas 5, 6 e 7”, cujas provas de avaliação são realizadas em Centros de Formação e Exame, classificados com 3 ou mais estrelas.

O Exame de “Sela 7” constitui o nível base deste ciclo, pois é *condição necessária (mas não suficiente)* para a obtenção da licença de participação em provas internacionais com direito ao respetivo cartão anual (online), bem como a atribuição do Diploma de Estribo de Prata, emitido pelo Centro Hípico.

O terceiro e último ciclo é constituído pelas “Selas 8 e 9”, cujas provas de avaliação são realizadas em Centros de Formação e Exame classificados com 4 ou 5 estrelas. O Exame de “Sela 9” demarca um nível base e constitui o final da carreira de praticante.

A aprovação neste exame dá direito a receber o Diploma de Estribo de Ouro, emitido pelo Centro Hípico.

O número máximo de candidatos submetidos a exame no mesmo dia é 12.

Os Centros e praticantes que pretendem levar a cabo os exames, têm que ter a sua situação regularizada na FEP, à data do pedido de exame.

Os exames essenciais, que definem os principais graus da carreira de Praticante são, deste modo, os das “Selas 4, 7 e 9”.

## **2. O JÚRI DE EXAME DE “SELA”**

Os examinadores das provas da “Sela 4” constituem-se em Júri, que deverá conter dois ou três treinadores de Equitação, com TPTD válido e situação regularizada na FEP, sendo pelo menos um deles detentor do grau II.

O Presidente do Júri, mínimo grau II, será nomeado pela FEP, de entre os treinadores que constituem a bolsa de treinadores.

O Júri de Exame de “Sela 7” será composto por três treinadores, com TPTD válido e situação regularizada na FEP. O Presidente do Júri será nomeado pela FEP, de entre os treinadores que constituem a bolsa de treinadores, deverá ser no mínimo Treinador de grau III, podendo os restantes Treinadores ser de grau II.

O Júri de Exame da “Sela 9” deverá ser composto por três treinadores, com TPTD válido e situação regularizada na FEP, O Presidente do Júri será nomeado pela FEP, de entre os treinadores que constituem a bolsa de treinadores, deverá ser treinador de grau IV, devendo ser os restantes Treinadores de grau III.

### 3. O JÚRI DE EXAME DE PINGALIM

Os examinadores das provas de Pingalim 4, constituem-se em Júri, que deverá conter, dois Treinadores Equitação, com valência para a disciplina de Atrelagem e um Juiz Nacional de Atrelagem da lista da FEP, nomeado pela FEP.

A aprovação no exame de Pingalim 4 dá ainda direito a receberem o Diploma de Pingalim de Bronze, emitido pelo Centro Hípico.

O segundo escalão é composto pelos Pingalins 5, 6 e 7, cujas provas de avaliação são realizadas em Centros de Formação e Exame, classificados com 3 ou mais estrelas.

O Exame de Pingalim 7 constitui o nível base deste ciclo, pois é *condição necessária (mas não suficiente)* para a obtenção da Licença de participação em Provas Internacionais com direito ao respetivo cartão anual (online), bem como a atribuição do diploma de Pingalim de Prata, emitido pelo Centro Hípico.

O número máximo de candidatos a este exame por dia é de 8.

## 4. IDADES MÍNIMAS DE ACESSO AOS EXAMES

As idades regulamentares mínimas para admissão aos exames de “Selas”, são as seguintes:

Sela 1 e 2	No ano civil em que faz 7 anos
Sela 3 e 4	No ano civil em que faz 8 anos
Sela 5	No ano civil em que faz 9 anos
Sela 6 e 7	No ano civil em que faz 10 anos
Sela 8	No ano civil em que faz 16 anos
Sela 9	No ano civil em que faz 18 anos

As idades regulamentares mínimas para admissão aos exames de “Pingalim”, são as seguintes:

Pingalim 1, 2 e 3	No ano civil em que faz 8 anos
Pingalim 4, 5 e 6	No ano civil em que faz 12 anos
Pingalim 7, 8 e 9	No ano civil em que faz 16 anos

## 5. CALENDARIZAÇÃO E MARCAÇÃO DE EXAMES

Os Centros que pretendam realizar exames de “Sela” ou de “Pingalim” devem requerer a sua calendarização no site da FEP 20 dias antes da realização dos mesmos, por forma a proceder-se à sua divulgação e nomeação do Presidente do Júri.

Para os exames de “Selas” e de “Pingalins” 1, 2, 3, 5, 6 e 8 os critérios são bastante descentralizados nos Centros de Formação.

Assim, até à “Sela” e ao “Pingalim” 3, inclusive, qualquer Centro de Formação de 1 Estrela pode realizar os exames, sem informar a FEP, desde que disponha nos seus quadros de um Treinador, que por tal se responsabilize.

Para os exames de “Selas” e de “Pingalins” 5 e 6 terá na mesma que dispor de um Treinador, contudo o Centro já terá de ter, no mínimo, 2 Estrelas.

Para o exame de “Sela” e de “Pingalim” 8 o Centro deverá ter 3 Estrelas e dispor no seu quadro de um Treinador que se responsabilize pela proposta.

Os exames de “Selas” e de “Pingalins” 4, 7 e 9 obrigam a que os Centros de Formação e Exame proponham e acordem previamente a sua realização e nomeação de Júri com a Direção da FEP.

No caso destes exames, os Centros devem confirmar a data da realização do exame, solicitando no site da FEP o pedido para a realização do exame com a antecedência mínima de 20 dias.

## 6. PUBLICAÇÃO DOS RESULTADOS

As pautas com os resultados dos exames realizados, devem ser retiradas do site da FEP e imediatamente enviadas onde conste, para cada candidato, a nota obtida em cada prova, bem como a nota final.

A pauta deve ser assinada (original) por cada membro do Júri, com o respetivo nome datilografado sob a assinatura, datada, elaborada na forma de um quadro datilografado, em papel timbrado com a identificação do Centro de Formação e Exame e deverá ser sempre acompanhada das fotocópias dos diplomas entregues e dos registos de avaliação da prova de Ensino, de todos os juízes.

Para a atribuição das classificações parciais e globais os Júris deverão utilizar obrigatoriamente as Tabelas de Classificação anexas, devendo arquivar em local disponível, mas seguro, as avaliações atribuídas por cada membro.

A FEP poderá, em qualquer altura, exigir-las para consulta, com o objetivo de, na medida do possível, apreciar os critérios utilizados e agir no sentido de procurar uniformizá-los.

## 7. PROVAS DE EXAME DE SELA

O Programa estabelece apenas as regras relativas aos Exames de Selas 4, 7 e 9, onde a FEP tem intervenção direta.

Os restantes exames deverão ser executados pelos Centros para tal qualificados, segundo a mesma estrutura, mas tendo em conta o nível de exigência de cada Sela, estabelecido no Programa.

### Sela 4 para Praticantes Gerais (PG)

- **Prova de Maneio**

Prova prática sobre os temas das Selas 1, 2, 3, e 4 (ou oral para o caso dos praticantes com idade inferior a 10 anos).

- **Prova de Teoria**

Prova escrita sobre os temas referidos nas Selas 1, 2, 3, e 4 (ou oral para o caso dos praticantes com idade inferior a 10 anos).

Teste escrito disponibilizado pela FEP.

- **Prova de Ensino**

Execução da reprise “Preliminar 3”, do Regulamento Nacional de Ensino.

- **Prova de Saltos**

Prova de técnica e estilo Hunter, conforme Anexo B do RNFP e RNSO/FEP, na parte aplicável, com 8 saltos isolados, com 0,80 m de altura (pelo menos 5 saltos devem estar na altura máxima). Um deles deve ser uma cruz com vara de marcação para ser transposto a trote. Estão excluídas as valas, fossos e interdependências inferiores a 25 m. No caso da utilização de pôneis as distâncias dos saltos devem ser devidamente adaptadas à dimensão destes.

## Sela 4 para Praticantes de Ensino (PE)

- **Provas de Maneio e de Teoria**

Iguais às antes referidas para Praticantes Gerais, mas sem perguntas específicas sobre Saltos de Obstáculos e C.C.E.

Teste escrito disponibilizado pela FEP.

- **Prova de Ensino**

Execução da reprise “Preliminar 3” do Regulamento Nacional de Ensino para atletas Iniciados e Juvenis.

Execução da reprise “Elementar 1” do Regulamento Nacional de Ensino para os restantes atletas.

## Classificação

Para a Prova de Ensino será usado o protocolo respetivo, cujos modelos se encontram disponíveis no site da FEP.

Para a Prova de Saltos serão usadas as folhas de pontuação da Prova Hunter do Regulamento Nacional de Saltos de Obstáculos da FEP, em vigor, de acordo com a regulamentação constante do Anexo B do RNFP, na parte aplicável.

A Classificação será obtida pela aplicação da Tabela de Classificação de Exame de Sela 4, seguidamente apresentada:

NOTAÇÃO (0 A 10)	% ENSINO	Pontos HUNTER	EXAME TEÓRICO		RESULTADO (Média aritmética)
			Escrito	Oral	
0 a 2	≤ 34.9	< 70	< 40	0 a 2	<b>INAPTO</b>
3	35 a 42.9	70 a 84.9	40 a 49.9	3	<b>INAPTO</b>
4	43 a 49.9	85 a 99.9	50 a 59.9	4	<b>INAPTO</b>
5	50 a 53.9	100 a 111.9	60 a 67.9	5	<b>SUFICIENTE</b>
6	54 a 57.9	112 a 123.9	68 a 74.9	6	<b>REGULAR</b>
7	58 a 61.9	124 a 134.9	75 a 84.9	7	<b>BOM</b>
8	62 a 65.9	135 a 147.9	85 a 89.9	8	<b>MUITO BOM</b>
9	66 a 69.9	148 a 159.9	90 a 94.9	9	<b>EXCELENTE</b>
10	70 ou mais	160 ou mais	95 a 100	10	<b>EXCELENTE</b>

**OBS.:** Independentemente da média aritmética obtida, qualquer nota igual ou inferior a 3, acarretará a eliminação do Examinando (INAPTO)

Independentemente da média aritmética, duas notas 4 ou mais, acarretarão igualmente a eliminação do Examinando (INAPTO)

## **Sela 7 para Praticantes Gerais (PG)**

- **Prova de Maneio**

Prova prática sobre os temas das Selas 5, 6, e 7

- **Prova de Teoria**

Prova escrita sobre os temas referidos nas Selas 5, 6 e 7.

Teste escrito disponibilizado pela FEP.

- **Prova de Ensino**

Execução da reprise “Elementar 1” do Regulamento de Ensino da FEP para atletas Iniciados.

Execução da reprise “Elementar 3” do Regulamento de Ensino da FEP para os restantes atletas.

- **Prova de Saltos**

Prova de técnica e estilo Hunter conforme Anexo B do RNFP e RNSO/FEP, na parte aplicável, altura de 1,10m, (oito esforços, 5 deles na altura/largura máxima), incluindo um duplo a duas passadas, R/V e uma interdependência de 5 ou 6 passos. No caso da utilização de pónéis as distâncias dos obstáculos devem ser devidamente adaptadas à dimensão destes.

## Sela 7 para Praticantes de Ensino (PE)

- **Provas de Maneio e de Teoria**

Iguais às antes referidas para Praticantes Gerais mas sem perguntas específicas sobre Saltos de Obstáculos e C.C.E.

Teste escrito disponibilizado pela FEP.

- **Prova de Ensino**

Execução da reprise “Avançado 1” do Regulamento de Ensino da FEP.

Mediante apreciação caso a caso, baseada em bons resultados obtidos em provas oficiais com nível superior ao exigido, alguns candidatos poderão ser dispensados da realização desta Prova, desde que, para tanto, tenham parecer favorável da Comissão Técnica de Ensino/FEP.

## Classificação

Para a Prova de Ensino será usado o protocolo respetivo do RNE/FEP em vigor.

Para a Prova de Saltos serão usadas as folhas de pontuação da prova Hunter do RNSO/FEP em vigor, de acordo com a regulamentação constante do Anexo B do RNFP, na parte aplicável.

A Classificação será obtida pela aplicação da Tabela de Classificação de Exames de Sela 5 a 9, seguidamente apresentada no ponto “Classificação de Exames de Sela 5 a 9”.

## Sela 9 para Praticantes Gerais (PG)

- **Prova de Maneio**

Prova prática sobre os temas das Selas 8 e 9

- **Prova de Teoria**

Prova escrita sobre os temas referidos nas Selas 8 e 9.

Teste escrito disponibilizado pela FEP.

- **Prova de Ensino**

Execução da reprise “Média 3” do Regulamento de Ensino da FEP.

- **Prova de Saltos**

Prova de técnica e estilo Hunter conforme Anexo B do RNFP e RNSO/FEP, na parte aplicável, altura de 1,20 m (oito esforços, 5 deles na altura/largura máxima), incluindo um duplo a uma passada, V/R e duas interdependências. No caso da utilização de pónéis as distâncias dos obstáculos devem ser devidamente adaptadas à dimensão destes.

## Sela 9 para Praticantes de Ensino (PE)

- **Provas de Maneio e de Teoria**

Iguais às antes referidas para Praticantes Gerais mas sem perguntas específicas sobre Saltos de Obstáculos e C.C.E.

Teste escrito disponibilizado pela FEP.

- **Prova de Ensino**

Execução da reprise “Avançado 3” do Reg de Ensino da FEP.

## Classificação de Exames de Sela 5 a 9

Para a Prova de Ensino será usado o protocolo respetivo do RN Ensino/FEP em vigor.

Para a Prova de Saltos serão usadas as folhas de pontuação da prova Hunter do RNSO/FEP em vigor, de acordo com a regulamentação constante do Anexo B do RNFP, na parte aplicável.

A Classificação será obtida pela aplicação da Tabela de Classificação de Exames de Sela 5 a 9, seguidamente apresentada:

NOTAÇÃO O (0 A 10)	% ENSINO	Pontos HUNTER	EXAME TEÓRICO		RESULTADO (Média aritmética)
			Escrito	Oral	
0	≤ 29.9	< 60	< 30	0	<b>INAPTO</b>
1	30 a 37.9	60 a 69.9	30 a 34.9	1	<b>INAPTO</b>
2	38 a 44.9	70 a 79.9	35 a 44.9	2	<b>INAPTO</b>
3	45 a 49.9	80 a 99.9	45 a 54.9	3	<b>INAPTO</b>
4	50 a 54.9	100 a 109.9	55 a 59.9	4	<b>INAPTO</b>
5	55 a 56.9	110 a 119.9	60 a 67.9	5	<b>SUFICIENTE</b>
6	57 a 59.9	120 a 129.9	68 a 74.9	6	<b>REGULAR</b>
7	60 a 62.9	130 a 139.9	75 a 84.9	7	<b>BOM</b>
8	63 a 65.9	140 a 149.9	85 a 89.9	8	<b>MUITO BOM</b>
9	66 a 69.9	150 a 159.9	90 a 94.9	9	<b>EXCELENTE</b>
10	70 ou mais	160 ou mais	95 a 100	10	<b>EXCELENTE</b>

**OBS.:** Independentemente da média aritmética obtida, qualquer nota igual ou inferior a 3, acarretará a eliminação do Examinando (INAPTO)

Independentemente da média aritmética, duas notas 4 ou mais, acarretarão igualmente a eliminação do Examinando (INAPTO)

## **ANEXOS (exames de SELA):**

- Folhas de pontuação de Provas tipo Hunter

Todas os exames de Sela podem ser realizados utilizando cavalos ou pôneis, podendo devendo o Júri adaptar a dimensão dos obstáculos e o grau de dificuldade à utilização de pôneis.

Na realização de qualquer exame os candidatos e suas montadas, devem apresentar-se com o vestuário e equipamento correto e adequado. Para as Selas 1, 2 e 3 as embocaduras e os arreios são deixados ao critério do Júri. Para as restantes Selas o vestuário e embocaduras deverão ser as previstas nos regulamentos das provas que fizerem parte do exame.

## 8. PROVAS DE EXAME DE PINGALIM

O Programa estabelece apenas as regras relativas aos Exames de Pingalim 4, 7 e 9, onde a FEP tem intervenção direta. No presente documento e numa primeira fase estabelecem-se as regras relativas ao Exame de Pingalim 4.

Os restantes exames deverão ser executados pelos Centros para tal qualificados, segundo a mesma estrutura, mas tendo em conta o nível de exigência de cada Pingalim estabelecido no Programa.

### a) Pingalim 4 para Praticantes de Atrelagem (PA)

- **Prova de Maneio:**

Prova prática sobre os temas dos Pingalins 1, 2, 3, e 4.

- **Prova de Teoria:**

Prova escrita sobre os temas referidos nos Pingalins 1, 2, 3, e 4 (ou oral para o caso dos praticantes com idade inferior a 10 anos).

- **Prova de Ensino:**

Execução da prova de ensino 1\*B da FEI, em vigor.

- **Prova de Cones:**

Prova por faltas. O percurso deverá ter 8 obstáculos tipo cones e um obstáculo tipo maratona com um máximo de 4 portas. Deverá ter ainda um obstáculo múltiplo aberto (e.g. zig-zag).

### Classificação

Para a Prova de Ensino será usado o protocolo respetivo, acima referido. Este protocolo encontra-se disponível no portal da FEP e da Associação Portuguesa de Atrelagem.

A Classificação será obtida pela aplicação da Tabela de Classificação de Exame de Pingalim 4, seguidamente apresentada:

NOTAÇÃO (0 A 10)	ENSINO	PROVA DE CONES	EXAME TEÓRICO		MANEIO	RESULTADO (Média aritmética)
	Pontos	Pontos	Escrito	Oral	Nota	
0 a 2	128 a 144	36 + 40	< 40	0 a 2	0 a 2	<b>INAPTO</b>
3	112 a 127,9	24 + 40	40 a 49.9	3	3	<b>INAPTO</b>
4	96 a 111,9	21 + 20	50 a 59.9	4	4	<b>SUFICIENTE (-)</b>
5	80 a 95,9	18 +20	60 a 67.9	5	5	<b>SUFICIENTE</b>
6	64 a 79,9	15	68 a 74.9	6	6	<b>REGULAR</b>
7	48 a 63,9	12	75 a 84.9	7	7	<b>BOM</b>
8	32 a 47,9	9	85 a 89.9	8	8	<b>M BOM</b>
9	16 a 31,9	6	90 a 94.9	9	9	<b>EXCELENTE</b>
10	0 a 15,9	0 a 3	95 a 100	10	10	<b>EXCELENTE</b>

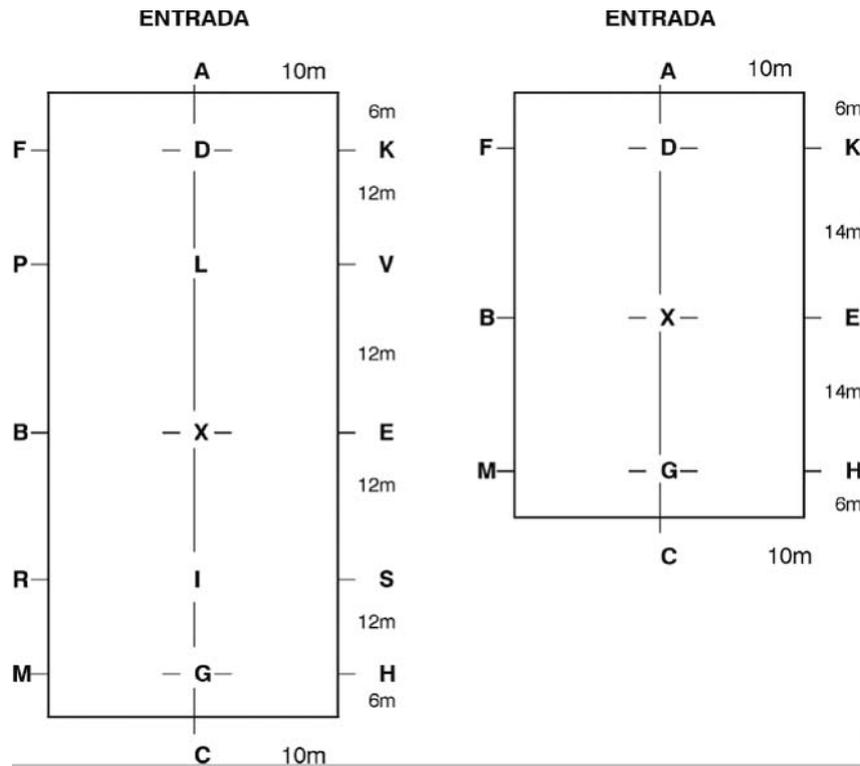
Na realização de qualquer exame os candidatos e os seus grooms devem apresentar-se com o vestuário correto e adequado. O uso de avental, luvas e pingalim é obrigatório para o condutor. Os arreios deverão ser adequados ao tipo de carro. Os carros poderão ser de maratona, com ou sem pneumáticos, e deverão possuir uma largura mínima de 125 cm, medidos ao nível do eixo traseiro.

Na prova de cones considera-se uma penalização máxima de 36 pontos por derrubes nos cones mais 40 pontos por um máximo de dois erros corrigidos no obstáculo tipo maratona.

# ANEXOS

## ANEXO A

### DIMENSÃO DAS PISTAS



## ANEXO B

### REGULAMENTO DAS PROVAS DE TÉCNICA E ESTILO – "HUNTER"

#### FINALIDADE DA PROVA

Trata-se de uma prova para julgar a técnica e o estilo do conjunto Atleta/cavalo, sobre um percurso de obstáculos.

Para a Categoria de Iniciados a prova é simplificada nas dimensões dos obstáculos e não tem compostos nem interdependências.

#### JULGAMENTO E CLASSIFICAÇÃO

1. O julgamento da prova tem em conta os seguintes aspetos:

- a. A apresentação do cavalo e do Atleta;
- b. O comportamento do conjunto no plano (entre os obstáculos);
- c. O estilo do cavalo no salto;
- d. O estilo do Atleta no percurso;
- e. As faltas cometidas no percurso.

2. A pontuação dos vários aspectos é efetuada por 3 Juízes:

- a. O primeiro julga a apresentação do Atleta e do cavalo, bem como o estilo do cavaleiro no percurso;
- b. O segundo julga o comportamento do conjunto sobre o plano;
- c. O terceiro julga o estilo do cavalo no salto e deduz as faltas cometidas no percurso.

3. Em cada aspeto a pontuar, o Juiz atribui uma nota entre 0 e 10, segundo o seguinte critério:

10 / 9: Excelente; Muito Bom

4: Mediocre

8 / 7: Bom

3: Mau

6: Suficiente

2: Muito Mau

5: Sofrível (ainda positivo)

1 / 0: Péssimo

4. Podem ser usadas todas as “meias” notas de 0.5 a 9.5 para pontuar.
5. Esta nota multiplicada pelo coeficiente respectivo dá o resultado desse aspecto.
6. A classificação final é estabelecida pela pontuação mais alta obtida na soma dos resultados dos três Juízes, sendo o máximo possível de 200 pontos (ver Folha de Pontuação dos Juízes). Em caso de igualdade pontual para o primeiro lugar pode estar previsto no Programa uma barrage, que é efetuado sobre o mesmo percurso com alguns obstáculos elevados e/ou alargados. Toda a prova é novamente pontuada, incluindo a apresentação do cavalo e Atleta.
7. No caso de não estar prevista uma barrage, a igualdade para o primeiro lugar é desfeita pelo melhor resultado do "estilo do Atleta no percurso" e se subsistir a igualdade, pelo melhor resultado do "comportamento do conjunto no plano".

## **CONSTITUIÇÃO DA PROVA**

1. Após a entrada do Atleta em campo e a saudação ao Júri, é julgada a apresentação do cavalo e do Atleta. Seguidamente é executado o percurso onde são julgados os restantes aspetos. Caso se pretenda acelerar o andamento da prova a apresentação pode ser julgada no Paddock, imediatamente antes da entrada em campo.
2. O percurso, sem velocidade estabelecida, tem oito esforços podendo incluir um duplo. Os obstáculos devem ser simples e convidativos (alguns verticais marcados, rias de varas desiguais). Não são permitidos a vala e os fossos. Nos compostos e entre alguns obstáculos interdependentes, é imposto um número determinado de passadas, o que tem que estar indicado no Plano do Percurso.
3. Para o escalão dos Iniciados o percurso é simplificado. As dimensões dos obstáculos serão as máximas permitidas nas provas do seu escalão. Não são autorizados compostos, utilizam-se apenas 8 obstáculos isolados. Não são autorizadas as interdependências a menos de 25 m, nem é estabelecido número de passadas obrigatório entre obstáculos.

## **APRESENTAÇÃO DO ATLETA E DO CAVALO**

1. Após a entrada em campo do Atleta e da sua saudação ao Presidente do Júri, o Juiz encarregado desta pontuação solicita-lhe que se aproxime da tribuna, ou se

necessário, desce ao campo para lhe atribuir a pontuação. Este julgamento pode ser efetuado no Paddock, imediatamente antes da entrada, por decisão do Júri.

2. É atribuída uma nota pela apresentação do Atleta e outra pela apresentação do cavalo, sendo cada nota afetada pelo coeficiente 2, pelo que a pontuação máxima é de 40 pontos.

### 3. Apresentação do Atleta

#### a. Vestuário

i. Para os civis é obrigatório um traje reconhecido pela FEP. Outras cores de botas têm que ter autorização da FEP.

ii. Membros das Forças Armadas ou Militarizadas, alunos ou empregados de estabelecimentos militares e da Coudelaria Nacional podem usar traje civil ou uniforme.

iii. Em más condições atmosféricas, o Júri de Terreno pode autorizar o uso de impermeável. Sob temperatura elevada o Júri de Terreno pode autorizar os Atletas a saltar sem casaca.

iv. É obrigatório para todos o uso de uma proteção rígida de cabeça (toque) com arnês de fixação em 3 pontos, devidamente apertado, e durante todo o tempo que esteja montado.

b. Não é autorizado o uso de esporas de roseta.

c. Às amazonas com o cabelo comprido é exigido que este seja "apanhado".

d. É exigido o uso de luvas.

e. O critério de julgamento baseia-se na estética de apresentação, tendo em atenção a limpeza e o talhe do vestuário.

### 4. Apresentação do cavalo

a. Neste aspecto aprecia-se a apresentação do cavalo e dos seus arreios.

b. O cavalo

i. A apresentação do cavalo deve ser perfeita.

ii. O cavalo deve apresentar boa forma física estando bem musculado. Deve estar bem limpo, e apresentar um pêlo brilhante.

- iii. A crina ripada, igualizada, eventualmente entrançada (elásticos e fitas adesivas de cor e tufo de lã são de excluir) e rapada na região da nuca para permitir o ajuste da cabeçada.
  - iv. A cauda lisa, tratada e eventualmente entrançada.
- c. Os arreios e embocaduras
- i. O cavalo tem que ser montado com bridão simples ou bridão de bocado inteiro, freio e bridão ou Pelham, estes com duas rédeas (sem francalete), excepto no escalão de iniciados e juvenis em que pode ser utilizado uma rédea com francalete.
  - ii. Nas cabeçadas de bridão são autorizadas as focinheiras por baixo do ferro (alemãs ou cruzadas), bem como o uso de gamarra de argolas, desde que larga.
  - iii. São autorizadas as cloches, caneleiras e ligaduras.
  - iv. O arreio da cabeça e o arreio do dorso têm que ser de tipo apropriado, estar adaptados à morfologia do cavalo, ser do mesmo tipo e estarem perfeitamente limpos e conservados.
  - v. O xairel tem que ser adaptado ao arreio.
  - vi. As extremidades dos loros e as pontas da cilha não devem ultrapassar as abas do arreio.
  - vii. As pontas das faceiras têm que estar passadas nos passadores.

## **COMPORTAMENTO DO CONJUNTO NO PLANO**

1. Trata-se de julgar o comportamento do conjunto antes e depois de cada obstáculo, tendo em vista que este comportamento deve visar a correta execução do salto.
  - a. O percurso tem que ser iniciado obrigatoriamente por um círculo, antes dos visores, onde o Atleta deve estabelecer o galope que mais convém ao cavalo para o tipo de prova, galope esse que deve ser mantido durante todo o percurso.
  - b. Após o último obstáculo e depois dos visores, o Atleta tem também que fazer um novo círculo completo a galope, para passar progressivamente ao trote e depois ao passo de rédeas longas para sair.

- c. Cada um destes círculos, bem como todas as zonas entre obstáculos seguidos, ou seja, desde a receção dum salto até à batida para o salto seguinte, mesmo nos compostos, são zonas de classificação. Cada uma destas zonas tem uma nota e há também uma nota de conjunto pelo que a pontuação máxima possível é de 100 pontos (ver Folha de Pontuação).
2. Como critério de julgamento devem ser tidos em atenção os seguintes pontos:
- a. O cavalo deve apresentar o resultado de um trabalho bem conduzido. Assim, deve estar calmo, direito e impulsionado, ter uma atitude correta e fixa, e apresentar um galope com passadas amplas unido e equilibrado, isto é, com o ante-mão ligeiro, obedecendo prontamente às discretas ações do Atleta;
- b. Deve manter o mesmo galope durante todo o percurso. Velocidade excessiva é pesadamente penalizada, do mesmo modo que um excessivo apoio sobre os ferros ou de defesas contra a mão. O cavalo não deve em nenhum caso, abordar os obstáculos com o pescoço contraído e/ou invertido, fugindo à mão do Atleta;
- c. Nas voltas o cavalo deve manter o galope direto, unido e equilibrado, com a correta incurvação. Se na receção de um salto o cavalo cair na mão contrária à volta que se segue e a iniciar em galope invertido, tem uma boa nota se efetuar uma correta passagem de mão a galope, menos boa se fizer a passagem de mão através do trote e é mal classificado se fizer a volta em galope invertido ou desunido;
- d. A colocação da batida do cavalo à correta distância do obstáculo, consoante a sua natureza, é também julgada. Batidas muito longe ou demasiado perto do obstáculo, que obriguem a saltos irregulares, devem ser penalizadas;
- e. Nas zonas em que está determinado um certo número de passadas entre obstáculos, mesmo nos compostos, este número deve ser respeitado sob pena de uma má classificação, mas também é levado em conta a correta colocação da batida após esse número de passadas;
- f. Na nota de conjunto é julgado o domínio do Atleta sobre a velocidade, impulsão, equilíbrio e regulação da batida, bem como as qualidades do contacto ao longo de todo o percurso, tendo em atenção a maior descrição das ajudas e a obediência do cavalo.

## **ESTILO DO CAVALO NO SALTO**

1. Trata-se de julgar o estilo do cavalo no salto apreciando todos os saltos do percurso. É julgado o estilo do cavalo em todos as fases do salto: preparação da batida, batida, voo e recepção.
2. Nas últimas passadas antes do salto o cavalo deve estender o pescoço e abrir o ângulo da ganacha para facilitar a entrada dos posteriores e a batida. Batidas hesitantes ou em desequilíbrio devem ser penalizadas.
3. No alto do salto toda a linha de cima deve ser arredondada, como que inscrita na trajetória. O dorso e o rim direitos ou invertidos serão penalizados. O pescoço deve estender-se e o ângulo da ganacha abrir-se. O pescoço não arredondado, encolhido, contraído ou invertido, são considerados defeitos graves. Os anteriores devem ser corretamente encolhidos sob os joelhos subidos. Anteriores pendentes ou colocados de lado são defeitos graves. Os posteriores também devem ficar ligeiramente encolhidos sem serem postos de lado.
4. A recepção deve ser fluente, primeiro sobre as anteriores e depois sobre os posteriores. Recepção a quatro patas deve ser fortemente penalizada.
5. Os obstáculos devem ser saltados a meio e perpendicularmente à sua frente.
6. No fim do percurso o Juiz atribui uma nota. A esta nota aplica-se o coeficiente 3 o que permite uma pontuação máxima de 30 pontos.

## **ESTILO DO ATLETA**

1. Trata-se de julgar a atitude do Atleta durante todo o percurso, tanto no plano como no salto. A posição do Atleta deve aproximar-se tanto quanto possível da posição clássica, dando-lhe o à vontade e equilíbrio necessários para comandar perfeitamente o cavalo sobre o plano e acompanhá-lo sem o prejudicar sobre o salto. Assim, o Atleta deve:
  - a. Ter o olhar dirigido para a frente, com a cara levantada, tanto no plano como durante o salto;
  - b. Após cada salto deve olhar para o obstáculo seguinte, nomeadamente durante as voltas;

- c. Manter-se em equilíbrio sobre os estribos com as costas direitas, embora ligeiramente inclinado à frente; o períneo próximo do arreio e a parte interior e plana das coxas viradas para o arreio;
  - d. Ter os joelhos a trabalhar como amortecedores sem se afastarem do arreio;
  - e. Ter a perna fixa com a sua parte interna em contacto com a barriga do cavalo, ligeiramente atrás da cilha;
  - f. Ter os calcanhares descidos com o tornozelo flectido e servindo de amortecedor;
  - g. A partir da batida, o tronco deve inclinar-se mais à frente, regressando progressivamente à posição normal durante a receção, de modo a absorver as reacções do salto sem prejudicar o cavalo;
  - h. Durante o salto o Atleta deve acompanhar a extensão do pescoço do cavalo com os braços de modo a manter um contacto permanente e suave, não prejudicando o gesto do cavalo, isto é, dando liberdade ao cavalo para utilizar o seu pescoço e cabeça. Por isso deve idealmente conservar na mesma linha os antebraços, mãos, rédeas e boca do cavalo, colocando as mãos ligeiramente afastadas de cada lado do pescoço. A cedência de mão sobre a crineira, desde que proporcione ao cavalo a necessária liberdade, também será bem classificada mas com nota inferior à anteriormente descrita.
2. As ajudas do Atleta devem ser permanentemente discretas, mas eficientes, comandando o cavalo sem movimentos bruscos e excessivos. O contacto com a boca do cavalo deve ser permanente, simétrico, elástico e ligeiro.
3. A execução do percurso deve deixar uma impressão de harmonia, suavidade e fluidez.
4. São considerados defeitos de estilo, nomeadamente:
- a. O dorso mergulhado sobre o salto;
  - b. As costas ou rim para fora;
  - c. O rim selado;
  - d. Olhar para baixo;
  - e. A posição assimétrica em relação ao eixo do cavalo;
  - f. Subir os calcanhares;



- g. Pôr a ponta do pé demasiado para fora;
  - h. A falta de contato ou de fixidez da perna, nomeadamente balançar a perna em torno do joelho;
  - i. Atrasar-se no salto;
  - j. Adiantar-se no salto.
5. No fim do percurso o Juiz atribui uma nota. Esta nota tem o coeficiente 3 permitindo um máximo de 30 pontos.

## **FALTAS**

1. O valor de cada falta é:
- Derrube: 3 pontos
  - 1ª desobediência: 3 pontos
  - 2ª desobediência: Eliminação
  - Queda: Eliminação
2. Estas faltas são penalizadas independentemente dos defeitos de estilo do cavalo ou da atitude do Atleta que as originam.
3. O total das faltas cometidas penalizam o concorrente sendo deduzidas às notas obtidas nos restantes aspectos (ver Folha de Pontuação).

## PROVA HUNTER

1. Folha de pontuação do comportamento do conjunto sobre o plano

Nº \_\_\_\_\_ CAVALO \_\_\_\_\_

ATLETA \_\_\_\_\_

	NOTA 0 a10	OBSERVAÇÕES
ZONA 1 – Círculo de partida a galope Equilíbrio – Cadência		
ZONA 2 – Plano entre o 1º e 2º esforço		
ZONA 3 – Plano entre o 2º e 3º esforço		
ZONA 4 – Plano entre o 3º e 4º esforço		
ZONA 5 – Plano entre o 4º e 5º esforço		
ZONA 6 – Plano entre o 5º e 6º esforço		
ZONA 7 – Plano entre o 6º e 7º esforço		
ZONA 8 – Plano entre o 7º e 8º esforço		
ZONA 9 – Círculo de chegada Cadência – Calma		
NOTA DE CONJUNTO – Regulação da velocidade, impulsão, equilíbrio e batida. Qualidades do contacto e descrição das ajudas. Obediência do cavalo		
		Máximo possível 100

3. Folha de pontuação do estilo do cavalo sobre o obstáculo e faltas cometidas no percurso

Nº \_\_\_\_\_ CAVALO \_\_\_\_\_

ATLETA \_\_\_\_\_

	NOTAS DE 0 A 10	COEFICIENTE	TOTAL	OBSERVAÇÕES
Estilo do cavalo		3		
Faltas a deduzir				
3 pontos cada derrube				
3 pontos pela 1ª desobediência				
		TOTAL		Máximo possível
				30

#### 4. Folha de pontuação do estilo do cavaleiro e apresentação

Nº \_\_\_\_\_ CAVALO \_\_\_\_\_

ATLETA \_\_\_\_\_

	NOTAS DE 0 A 10	COEFICIENTE	TOTAL	OBSERVAÇÕES
Estilo do Atleta		<b>3</b>		
Apresentação do cavalo		<b>2</b>		
Apresentação do Atleta		<b>2</b>		
TOTAL				Máximo possível 70

4. Folha de pontuação da prova Hunter

Nº	Cavalo	Estilo do Atleta	1º Juiz	2º Juiz			3º Juiz			Pontuação Final (1)+(2)+(3)	Classi- ficação	
			No plano	Estilo do	Faltas	Total	Estilo do Estilo do Atleta	Apresentação				Total (3)
			(1)	Cavalo		(2)		Cavalo	Estilo do Atleta			

## ANEXO C

### PAUTAS DE EXAMES

C1 - Pauta de exames Sela 4

C2 - Pauta de exames Sela 7

C3 - Pauta de exames Sela 9

C4 - Pauta de exames Pingalim 4

## ANEXO C1

**FEDERAÇÃO EQUESTRE PORTUGUESA**  
**REDE NACIONAL DE CENTROS FEDERADOS**  
 (Identificação do Centro de Formação)  
**EXAME DE SELA 4 EM \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ RESULTADOS FINAIS**

Identificação (examinados)		ENSINO		OBSTÁCULOS		EXAME TEÓRICO		MANEIO	MÉDIA	RESULTADO
NOME	Nº FEP	%	Nota	Pontos	Nota	%	Nota			

O PRESIDENTE DO JÚRI

O JÚRI

\_\_\_\_\_  
 (Nome datilografado)  
 CTD n°

\_\_\_\_\_  
 (Nome datilografado)  
 CTD n°

O JÚRI

\_\_\_\_\_  
 (Nome datilografado)  
 CTD n°

## ANEXO C2

FEDERAÇÃO EQUESTRE PORTUGUESA  
REDE NACIONAL DE CENTROS FEDERADOS  
(Identificação do Centro de Formação)  
EXAME DE SELA 7 EM \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ RESULTADOS FINAIS

Identificação (examinados)		ENSINO		OBSTÁCULOS		EXAME TEÓRICO		MANEIO	MÉDIA	RESULTADO
NOME	Nº FEP	%	Nota	Pontos	Nota	%	Nota			

O PRESIDENTE DO JÚRI

O JÚRI

\_\_\_\_\_  
(Nome datilografado)  
CTD nº

\_\_\_\_\_  
(Nome datilografado)  
CTD nº

O JÚRI

\_\_\_\_\_  
(Nome datilografado)  
CTD nº

## ANEXO C3

FEDERAÇÃO EQUESTRE PORTUGUESA  
REDE NACIONAL DE CENTROS FEDERADOS

(Identificação do Centro de Formação)

EXAME DE SELA 9 EM \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ RESULTADOS FINAIS

Identificação (examinados)		ENSINO		OBSTÁCULOS		EXAME TEÓRICO		MANEIO	MÉDIA	RESULTADO
NOME	Nº FEP	%	Nota	Pontos	Nota	%	Nota			

O JÚRI

\_\_\_\_\_  
(Nome datilografado)  
CTD nº

O PRESIDENTE DO JÚRI

\_\_\_\_\_  
(Nome datilografado)  
CTD nº

O JÚRI

\_\_\_\_\_  
(Nome datilografado)  
CTD nº

## ANEXO C4

**FEDERAÇÃO EQUESTRE PORTUGUESA**  
**REDE NACIONAL DE CENTROS FEDERADOS**  
 (Identificação do Centro de Formação)  
**EXAME DE PINGALIM 4 EM \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ RESULTADOS F**

Identificação (examinados)		ENSINO		CONES		EXAME TEÓRICO		MANEIO	MÉDIA	RESULTADO
NOME	Nº FEP	%	Nota	Pontos	Nota	%	Nota			

O JÚRI

---

(Nome datilografado)  
CTD nº

O JÚRI

---

(Nome datilografado)  
CTD nº

