

EQUITAÇÃO

Conceção de Instalações



*Regina Rezende
Alexandra Frazão*



Divisão de Infraestruturas Desportivas
Instituto Português do Desporto e Juventude, I. P.

Índice

1. Introdução	3
2. Escolha do local	3
2.1. Localização	3
2.2. Áreas a prever	3
3. Concepção e organização funcional	4
3.1. Os intervenientes	4
3.2. Instalações de um Centro Equestre e Organização funcional	5
3.3. Requisitos comuns a todos os Centros Equestres	6
4. Áreas de actividades	8
4.1. Picadeiros	8
4.1.1. Picadeiros cobertos	9
4.1.2. Picadeiros ao ar livre, campos de treino	12
4.2. Guias	12
4.3. <i>Paddocks</i>	14
5. Cavalariças	15
5.1. Baias e Boxes	15
5.2. Outros locais	17
6. Pavimentos	21
6.1. Das áreas de actividades	21
6.2. Das cavalariças e serviços anexos	23
7. Rega e drenagem dos picadeiros	23
8. Instalações destinadas aos cavaleiros, aos dirigentes e ao pessoal	24
9. Manutenção	24
Bibliografia	26
Anexo - A equitação e os desportos equestres	27

1. Introdução

O presente documento, que tem como objetivo abordar algumas das questões gerais que se colocam na programação e concepção das instalações para equitação, comumente designadas por Centros Equestres, não se sobrepõe a normas ou legislação específicas que venham a ser publicadas sobre esta matéria, sendo antes um contributo complementar ao desenvolvimento de um projeto.

Dada a diversidade dos objetivos e das disciplinas equestres, dos locais de implantação e outras variáveis que condicionam qualquer projeto, pretende-se apenas exemplificar as soluções mais frequentes, que não devem coibir as entidades que participam na promoção, concepção e gestão destas instalações de encontrarem outras propostas mais adequadas aos fins específicos e às características locais, tendo sempre presente que "cada caso é um caso".

No que se refere às instalações destinadas aos cavaleiros, aos técnicos, ao pessoal de manutenção e ao público em geral, apresenta-se somente uma lista dos locais que deverão ser contemplados e adaptados para cada situação, uma vez que estas instalações serão desenvolvidas noutros documentos direcionados para essas áreas.

2. Escolha do local

2.1. Localização

A localização dos recintos equestres obedece aos critérios exigidos para a generalidade das instalações desportivas, designadamente:

- Conformidade com os instrumentos legais de ordenamento do território, de proteção ambiental, de salubridade e saúde animal;
- Afastamento adequado da influência de instalações insalubres, tóxicas e geradoras de ruídos e das áreas de proteção a aeroportos, vias ferroviárias ou rodoviárias e linhas aéreas de transporte de energia;
- Existência de vias de acesso concebidas para permitir a aproximação, o estacionamento e a manobra dos veículos ligeiros, pesados, de socorro e de emergência. As áreas de estacionamento devem considerar os diversos tipos de veículos, de acordo com as atividades, os níveis de utilização e a ocupação previstos.

Para o bem-estar dos cavalos e o desenvolvimento das disciplinas equestres é essencial que estas instalações se situem, preferencialmente, em espaços naturais ou espaços verdes urbanos, mas afastadas de zonas habitacionais ou ruidosas, garantindo, sempre, a facilidade de acesso às localidades próximas por meio de transportes públicos.

Também é importante acautelar ligações aos espaços exteriores sem cruzamento com vias de grande circulação e ter em conta os percursos de serviço para os veículos de transporte dos cavalos, de abastecimento de forragens e de evacuação de estrumes.

2.2. Área a prever

A área a afetar depende das seguintes variáveis:

- disciplinas equestres a desenvolver (V. Anexo);

- nível de prática (recreação, aprendizagem, treino, competição/número de provas oficiais);
- número de cavalos (do centro e, eventualmente, tomados em pensão);
- número de utentes: cavaleiros (alunos e/ou outros); monitores e instrutores; tratadores; pessoal encarregado da manutenção das instalações;
- número de espetadores e de público em geral.

É conveniente que a conceção inicial considere o faseamento dos objetivos, no tempo e na obra, e a ampliação do Centro Equestre em função do seu possível desenvolvimento, assegurando que as limitações do local não venham a restringir futuramente o ajustamento a novas atividades.

A escolha do local de implantação é determinante, visto que a área necessária para o efeito poderá ser substancialmente reduzida se se enquadrar ou se situar na proximidade imediata de zonas verdes utilizáveis para as atividades equestres previstas.

Para a previsão de áreas de implantação recomenda-se, genericamente, os seguintes valores:

- instalações até 20 cavalos: mínimo de 1,5 hectares;
- instalações com mais de 20 e até 60 cavalos: mínimo de 3 hectares;
- instalações com mais de 60 cavalos: mínimo de 3 hectares, acrescido de 1 hectare por cada 20 cavalos ou fração.

No entanto, como os centros equestres não têm todos os mesmos objetivos, o número de cavalos não deve ser o único critério; devem ser consideradas outras particularidades: facilidade de acessos; relevo e orientações do terreno; necessidade de alojamento de pessoal; etc.

3. Concepção e organização funcional

3.1. Os intervenientes

Não obstante os objetivos que vierem a ser definidos para qualquer instalação destinada à equitação, há aspetos de conceção, funcionamento, gestão e segurança que são comuns a todas e que resultam da particularidade desta modalidade envolver uma dupla de atletas – cavalo e cavaleiro – pelo que importa traçar o “perfil” de cada um.

O cavalo

O cavalo é um animal gregário e de pradaria que originalmente vivia em liberdade. Tem, pois, necessidade de ar fresco, de sociabilidade, de tranquilidade e de um ambiente agradável e distrativo.

O cavalo não é um veículo que se guarda na garagem quando se acaba de usar: não deve estar confinado a espaços muito fechados.

Por outro lado, é um animal robusto que escoiceia as paredes e as portas das boxes, destrói as peças desencaixadas e salientes, morde e rói a madeira das portas e das divisórias, deposita excremento sobre objetos salientes (canalização dos bebedouros, por exemplo), transpira abundantemente e a sua urina liberta vapores ácidos.

A conceção e a escolha dos materiais das cavaleriças devem ser judiciosas e responder àquelas necessidades.

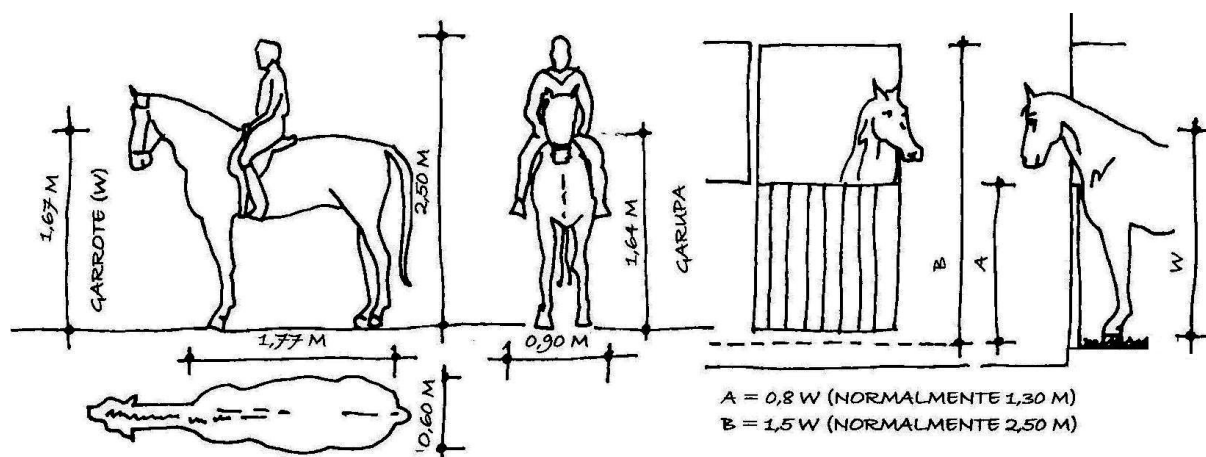


Fig. 1. Dimensões padrão

O cavaleiro

A equitação pode ser exercida em todas as idades (há cavaleiros com mais de 80 anos e crianças que se iniciam com 4 a 5 anos) e, dado que a avaliação numa prova é feita ao conjunto cavalo/cavaleiro, homens e mulheres participam nas competições em igualdade de condições. Este desporto é também acessível a pessoas com deficiências motora, visual e mental.

Temos, assim, que as instalações deverão servir, em simultâneo, um leque muito variado de praticantes, garantindo a participação de todos, independentemente de suas características pessoais, idade ou capacidades individuais.

3.2. Instalações de um centro equestre

O quadro abaixo enumera os principais espaços de atividades e de instalações de apoio de um centro equestre, que devem ser adaptados e ajustados aos objetivos e à dimensão do mesmo. As relações entre estes espaços estão indicadas na fig. 2.

ESTRUTURAÇÃO GERAL	INSTALAÇÕES
A. ÁREAS DE ACTIVIDADES	<ul style="list-style-type: none"> • Picadeiro (s) • Campo (s) de treino • Paddock (s) • Guia (s) • Campos diversos/espacos verdes no exterior do centro • Anexos: Tribunas de júri Arrecadações (de obstáculos, de material de manutenção das áreas de actividades)
B. CAVALARIÇAS	<ul style="list-style-type: none"> • Boxes/baias • Box (s) de isolamento para cavalos doentes • Zonas de: enfermaria e tratamento; banho e limpeza; tosquia; ferração • Armazém de forragens e rações • Armazéns de palha ou aparas para camas • Casa de arreios • Arrecadações de material diverso • Estrumeira

C. RECEPÇÃO E ADMINISTRAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • Átrio de receção e controle de acessos • Sala(s) para os serviços de secretaria e administração • Sala (s) de monitores e de tratadores • Local de primeiros socorros • Vestiários, balneários e instalações sanitárias para o pessoal (tratadores, condutores das carrinhas de transporte dos cavalos, pessoal de limpeza e manutenção, etc.) • Alojamento para tratador/guarda • Garagem para os veículos de serviço e manutenção
D. INSTALAÇÕES DE APOIO PARA OS PRATICANTES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Club House</i> (zonas de convívio/estar e de restauração) • Vestiários, balneários e instalações sanitárias
E. ÁREAS DE PÚBLICO E COMUNICAÇÃO SOCIAL	<ul style="list-style-type: none"> • Átrios/zonas de estar • Tribunas e instalações sanitárias de apoio • Local(is) de restauração • Cabina (s) de bilheteira • Sala(s) para uso das autoridades policiais e de proteção civil
F. ÁREAS PARA ESTACIONAMENTO	<ul style="list-style-type: none"> • Estacionamento para viaturas ligeiras • Estacionamento para viaturas de transporte dos cavalos (com área associada p/ lavagem e desinfecção das viaturas)

3.3. Requisitos comuns a todos os centros equestres:

a) Conforto e Qualidade

Um centro equestre deverá ser um local agradável, limpo, atrativo, arejado e luminoso; numa palavra, confortável para utentes e cavalos.

Para tanto, deverá promover o asseio e a limpeza das instalações, evitando a lama e o pó nas zonas de atividades e de circulação de cavalos mediante a escolha criteriosa do tipo de pavimentos, dos sistemas de drenagem e rega associados e da sua manutenção regular.

A vertente desportiva do centro dependerá em grande medida, além das dimensões e dos requisitos definidos nos regulamentos associativos, da qualidade dos pavimentos dos picadeiros e das zonas de trabalho.

Os seus espaços interiores – picadeiros, cavalariças e anexos – deverão ser convenientemente dimensionados e arejados, preferencialmente de forma natural, e dispor de boa iluminação natural e artificial, que evite zonas de grande contraste luz/sombra.

A previsão de zonas sociais (*Club House*), de adequadas instalações de apoio para os praticantes (vestiários, balneários, etc.), de tribunas que facultem o “contacto” entre os espetadores e os cavaleiros; a harmonização entre várias funções – ensino, lazer, desporto – e, por consequência, a diversificação do tipo de cavaleiros e dos grupos etários permitirão o convívio e a troca de experiência entre os diferentes utentes e uma maior atratividade do centro.

b) Segurança

Várias medidas concorrem para garantir a segurança:

- A escolha de um local que permita o acesso aos espaços exteriores sem cruzamento de vias muito movimentadas;

- A separação entre a circulação dos veículos, dos cavalos e dos visitantes no interior do Centro;
- A aplicação rigorosa da legislação e das medidas de segurança contra incêndios, tais como: a qualidade das instalações elétricas e a proteção destas instalações contra as ações dos cavalos (mordeduras, membros, cascos); a escolha dos materiais; a previsão de separadores rígidos e portas corta-fogo nos locais de armazenamento das forragens; a presença de extintores em número suficiente e bem localizados;
- A não existência de partes salientes e perigosas que possam colidir, quer com os cavaleiros, quer com os cavalos, tanto nos recintos de atividades como nas vias de circulação e nas cavalariças.

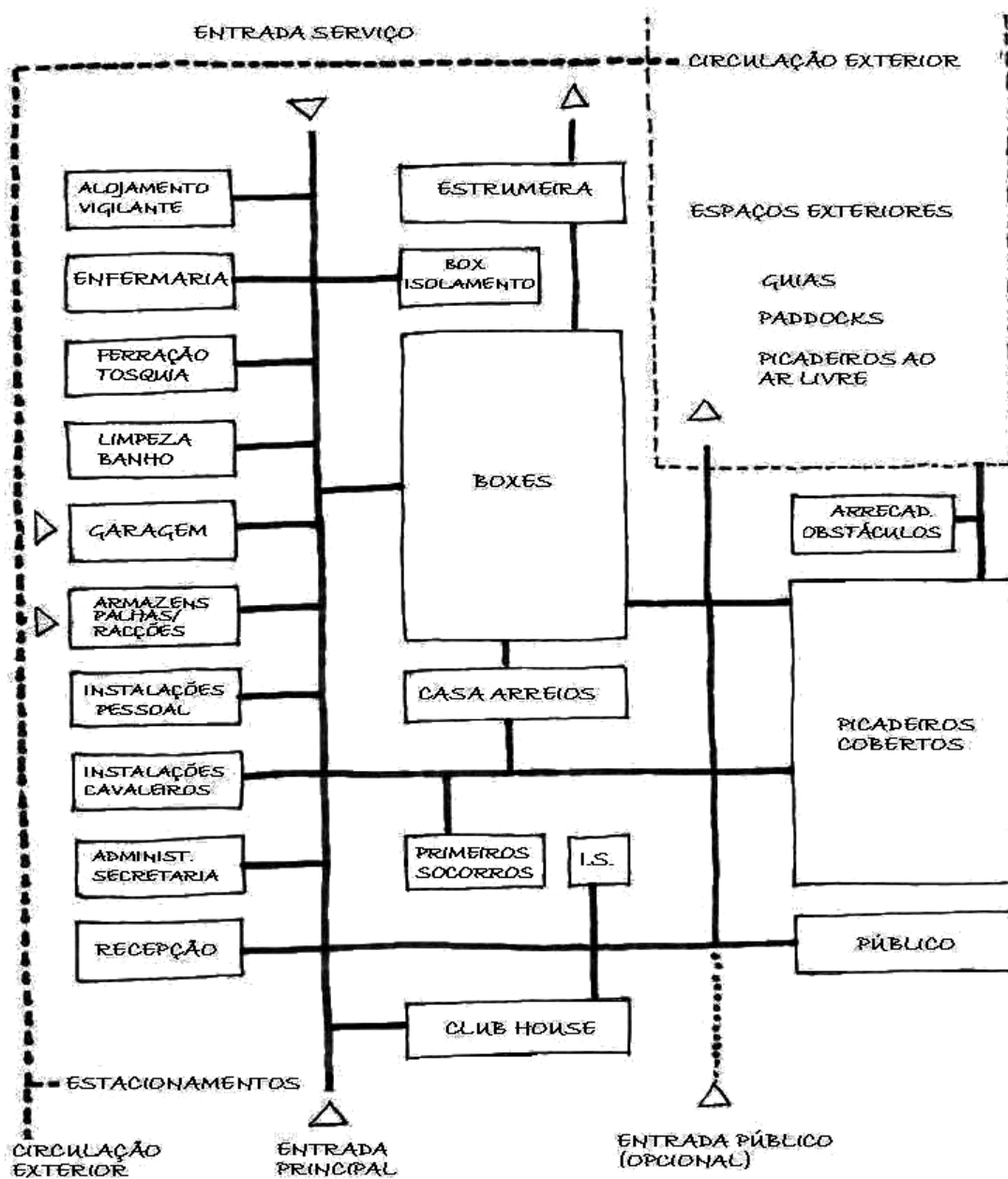


Fig. 2. Organização funcional de um Centro Equestre

c) Infraestruturas

A infraestrutura geral deverá considerar:

- Vias e circulações independentes:

Via principal de acesso e ligação entre as diversas componentes do centro. Deverá ser o mais curta possível, permitindo aceder às cavaliças (bombeiros, transporte de um cavalo ferido), às áreas de atividades (camiões de manutenção do pavimento), aos armazéns de forragens e rações e à estrumeira.

Tanto quanto possível, deverá separar-se as vias de circulação dos cavalos dos trajetos do público e visitantes.

- Drenagem

Uma boa drenagem é fundamental para a atratividade e a salubridade de um centro equestre e para garantir a consistência dos pavimentos; qualquer economia neste aspecto é geralmente contraproducente.

- Sistema de rega

Para os espaços verdes, mas também para os campos ao ar livre e picadeiros, tendo em vista criar a coesão entre as partículas do pavimento, proporcionando a este uma boa consistência e que evite a formação de poeiras.

- Sistema de aquecimento

A prever nos locais destinados à receção e administração, às instalações de apoio aos praticantes e técnicos e às áreas de público e comunicação social (vestiários, balneários, *Club House*,....).

Aquecimento moderado na sala de arreios, unicamente para desumidificar o ambiente.

- Instalações elétricas

Potência suficiente para a iluminação do(s) picadeiro(s) coberto(s) e ao ar livre, de todas as instalações de apoio, das vias de circulação e das zonas de estacionamento.

- Sistema sonoro

Indispensável em instalações vocacionadas para o desporto e a competição. É uma exigência regulamentar para a realização de provas oficiais, devendo abranger as áreas de competição, de aquecimento e boxes. Nos restantes centros recomenda-se a adoção de sistema apropriado aos tipos de atividades predominantes.

4. Áreas de atividades

4.1. Picadeiros

Entende-se por picadeiro um recinto coberto ou ao ar livre, normalmente retangular, onde podem ser desenvolvidas as atividades de:

- iniciação do cavaleiro nas primeiras noções de equitação e volteio;
- a prática do desbaste, ensino e trabalho do cavalo;
- o treino, a prática e a competição das disciplinas equestres (Ver Anexo).

Quando nos objetivos de um picadeiro se incluir a competição desportiva, a sua tipologia (dimensões, concepção geral, localização do júri e do público/zonas de

segurança) deve respeitar as exigências específicas e os níveis de prestação estabelecidos nos Regulamentos das respetivas disciplinas.

4.1.1. Picadeiros cobertos

Os **paramentos** da envolvente do recinto de atividades devem respeitar os seguintes requisitos:

- Paredes lisas ou revestimentos sem juntas aparentes até uma altura mínima de 3 m, com supressão de elementos salientes. Acima desta altura não existem constrangimentos para a instalação dos elementos de iluminação ou de rega, das galerias de acesso, etc;
- Previsão de teia com 1,30/1,50 m de altura e inclinação vertical de 12°.

O objetivo da teia é afastar o cavalo da parede limitando, desse modo, os acidentes, nomeadamente luxações dos pés e joelhos do cavaleiro.

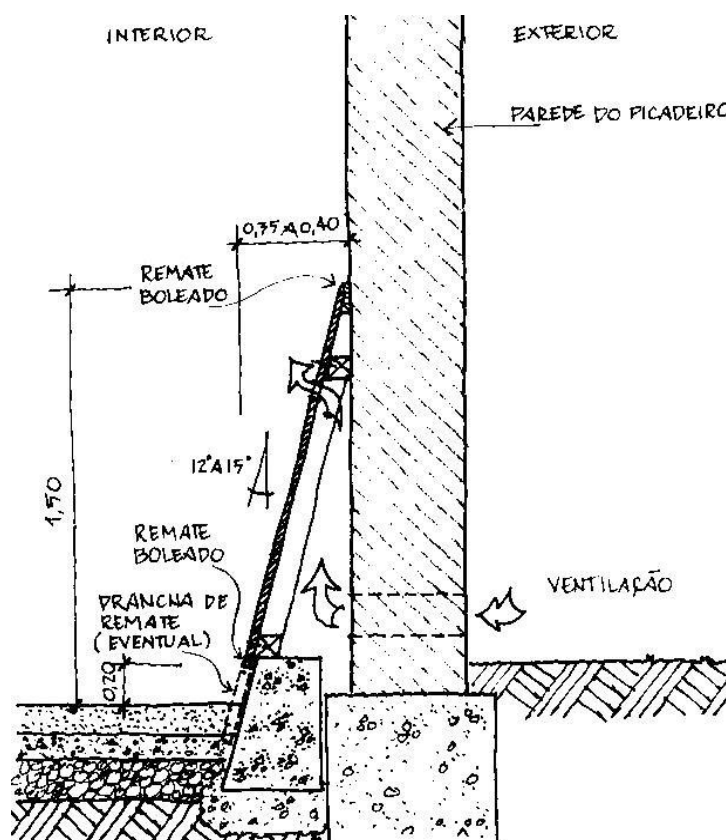


Fig. 3. Exemplo de solução teia (Corte)

Habitualmente os picadeiros estão equipados com **espelhos** que permitem ao cavaleiro controlar a sua postura e observar o cavalo tanto de lado como de frente. Os espelhos, colocados preferencialmente nas paredes opostas às entradas e fixados a uma altura mínima de 2 m, não podem constituir-se como factor de risco para cavalos e cavaleiros, devendo ser emoldurados e instalados sem arestas e saliências. Para maior segurança, embora com menor capacidade refletora, poderá ser utilizada chapa de alumínio polido em substituição do vidro espelhado tradicional.

As **portas** de acesso, que serão no mínimo duas - ver legislação e os regulamentos de segurança contra incêndios -, devem estar alinhadas com a face interior das paredes, serem munidas de teia e abrirem para o exterior. As dimensões recomendadas para a porta principal, geralmente prevista numa das paredes de topo do picadeiro, alinhada com o eixo longitudinal do campo, são 3 m largura e 3 a 4 m de altura, de maneira a permitir a passagem de um camião e de cavaleiros montados.

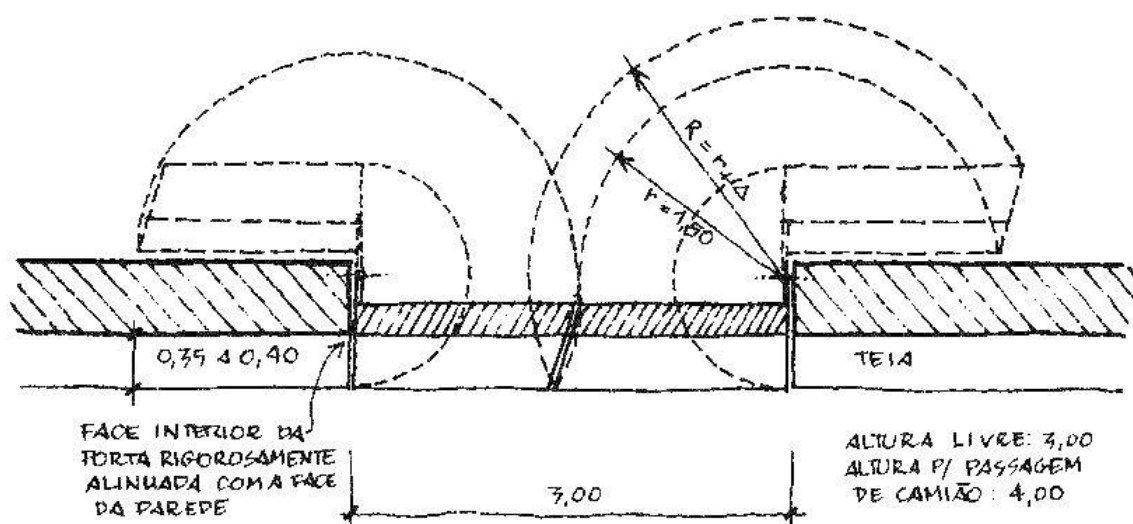


Fig. 4. Exemplo – porta principal do picadeiro (Planta)

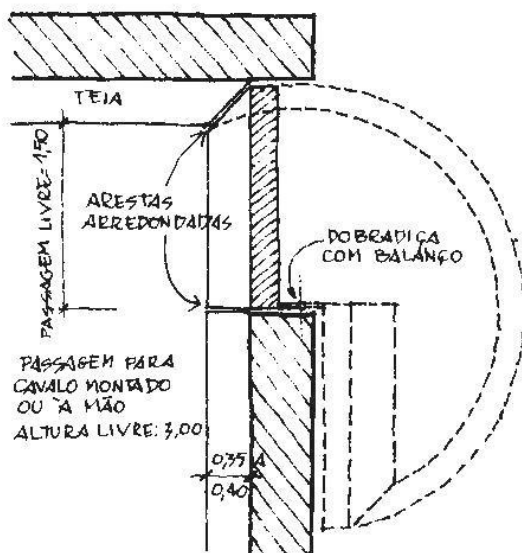


Fig. 5. Exemplo – porta secundária do picadeiro (Planta)

As características requeridas para o **pavimento** do picadeiro estão descritas no ponto 6.1.

A **iluminação natural** deve ser abundante sem ser ofuscante e uniformemente repartida de maneira a evitar zonas de sombra ou de contraste claro-escuro. As sombras projetadas no pavimento podem assustar o cavalo.

Recomenda-se uma orientação Este-Oeste (eixo longitudinal do picadeiro), sendo a iluminação natural preferencialmente assegurada por superfícies transparentes ou translúcidas dispostas na parede da fachada Norte (acima dos 3 m) ou na cobertura.

Os vãos existentes na parede oposta (ventilação transversal) poderão ser protegidos da incidência direta da luz solar por meio de estores de lâminas orientáveis ou de vidros fumados.

A superfície envidraçada deve ser, aproximadamente, 1/9 da superfície interior do picadeiro.

A **iluminação artificial** é directa e assegurada por um grande número de fontes luminosas, de forma a evitar fenómenos de encadeamento. O nível mínimo de iluminação é de 120 lux, ao nível do solo, mas é aconselhável acautelar 280 lux; os cones de luz devem encontrar-se a 2,5 m ou 3 m acima do piso.

A **renovação do ar** do picadeiro deve ter em conta que a respiração/transpiração de um só cavalo em trabalho corresponde aproximadamente à de dez desportistas. Deverá ser assegurada uma ventilação natural permanente, complementada por um conjunto de vãos (janelas e outros) de abertura regulável em função do ambiente de conforto pretendido para os cavaleiros e os cavalos, ao qual deve corresponder um grau higrométrico de cerca de 65% e temperatura mínima superior a 8/10°C.

A envolvente construída do picadeiro – paredes, vãos e cobertura – deverá ser concebida de modo a garantir um bom comportamento térmico e higrométrico do edifício, com inércia e capacidade de isolamento que assegure, em conjunto com a ventilação natural permanente, uma qualidade ambiental adequada às atividades que alberga.

Embora a capacidade e a localização das **tribunas** dependam da utilização do picadeiro, é sempre útil prever uma bancada de, pelo menos, 50 lugares na parede de topo para o acesso de visitantes e alunos.



Fig. 6. Picadeiro coberto

4.1.2. Picadeiros ao ar livre/campos de treino

Os espaços de prática/treino ou competição ao ar livre, salvo no caso das infraestruturas equestres localizadas nos centros urbanos que geralmente se encontram limitadas na sua implantação, ocupam uma superfície francamente mais importante do que a dos picadeiros cobertos.

As dimensões dos picadeiros e campos de treino ao ar livre são variáveis segundo as disciplinas praticadas e para a sua **implantação** recomenda-se que o eixo longitudinal se situe, de preferência, no sentido Norte-Sul, sem prejuízo de ajustamentos às características locais e aos ventos dominantes.

As **tribunas** de público devem estar implantadas no lado poente do campo, obedecendo aos afastamentos indicados nos regulamentos associativos.

Prevendo-se competições desportivas, a concepção, a localização em relação às áreas de competição e a altura das **vedações** estão definidas nos regulamentos das respetivas disciplinas, consultáveis no sítio da Federação Equestre Portuguesa.

Para as competições noturnas, o nível de **iluminação artificial** deve ser, no mínimo, de 240 lux, se possível, 300 lux. É recomendável utilizar lâmpadas de vapor de sódio que emitem uma luz monocromática de uma grande eficácia luminosa e permitem uma melhor perceção com chuva ou nevoeiro.

Tal como para o picadeiro coberto, a gradagem e a rega são necessárias e devem ser realizadas com frequência para manter as qualidades do pavimento requeridas (V. pontos 6.1 e 7).



Fig. 7. Picadeiro ao ar livre

4.2. Guias

O trabalho de manutenção do cavalo à guia, de forma mecânica ou manual, é utilizado para o aquecimento do cavalo antes do trabalho ou para o seu arrefecimento após um esforço árduo, acostumá-lo à sela depois de um longo tempo em repouso, alongar os membros no dia de descanso ou secá-lo depois do banho. As guias são, ainda, úteis nos casos em que o cavaleiro, por alguma

razão, não está apto a montá-lo, quando os animais precisam de ser acalmados antes de montados ou por recomendação veterinária.

No trabalho à guia o cavalo move-se num círculo à volta da pessoa que o exercita e é controlado através de uma guia comprida que está ligada ao cabeção.



Figs.8. Passar o cavalo à guia

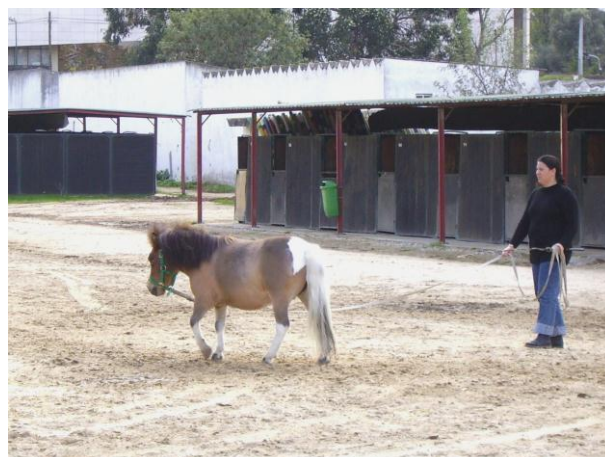


Fig. 9. Passar o cavalo à guia

As guias mecânicas são estruturas vedadas, com divisórias individuais para os cavalos, que giram à volta de um eixo. Existem de diversos tamanhos e formas e podem ser erguidas numa zona coberta ou ao ar livre, em terreno plano e com boa drenagem.

De acordo com a dimensão do centro equestre e o nível de atividades pretendido poderá ser necessário reservar espaço exclusivo para uma ou mais guias.



Figs. 10. Guia mecânica

4.3. Paddocks/pastos

Os *paddocks* são espaços ao ar livre, vedados mas sem dimensões pré-determinadas, destinados à recreação e aquecimento dos cavalos.

Podem, eventualmente, ser equipados com bebedouro, manjedoura portátil e suporte para blocos de sal.

Estes espaços, desde que dimensionados para tal, poderão ser utilizados como campos de iniciação/treino e para o volteio ou, ainda, como campos de aquecimento nas competições.

Para a sua **vedação** são utilizadas diversas soluções:

- sebes – funcionam também como barreira de proteção contra os ventos dominantes, mas devem ser tomados os devidos cuidados para não incluir espécies tóxicas ou venenosas para os cavalos;
- vedações em madeira – devem ser resistentes, previamente tratadas e apresentar uma continuidade rigorosa e sem saliências;
- vedações em madeira (ou metal) e arame (exceto arame farpado) ou rede metálica – o arame ou rede deve estar bem tensionado entre os postes e o arame inferior não deve estar a mais de 0,50 m do solo;
- vedação elétrica – de preferência em material colorido de maneira a ser facilmente perceptível, é uma forma expedita de realizar uma vedação que pode ser facilmente desmontada ou modificada. O fio pode tornar-se mais visível mediante a colocação de fitas plásticas coloridas em intervalos regulares. Os postes de fixação devem ser resistentes, igualmente bem visíveis e não constituir um perigo para os cavalos e cavaleiros.



Fig.11. *Paddock*



Fig. 12. *Paddock* sem sistema de drenagem A utilização depende das condições climáticas

5. Cavalariças

A cavalaria, uma das instalações mais importantes do Centro Equestre, é composta por um conjunto de espaços e serviços de que depende não só o seu bom funcionamento, mas também o equilíbrio e a saúde dos cavalos.

A disposição das boxes e baias, o posicionamento das zonas de lavagem, de tosquia, de ferragem, da enfermaria e demais serviços de apoio devem ser cuidadosamente estudados de modo a garantir uma boa funcionalidade, economia e facilidade de manutenção e vigilância, sem descuidar as exigências de tranquilidade, de ventilação e de conforto atrás mencionadas.

A estrumeira e os armazéns devem estar localizados adequadamente em relação às boxes, antecipando a possibilidade de uma possível mecanização e a redução da circulação dos carrinhos de mão.

Nas cavalariças devem ser contempladas, essencialmente, as seguintes disposições:

- Instalação de sistemas de prevenção e combate a incêndios;
- Instalação de ventilação adequada, que garanta a remoção da humidade e dos vapores nitrosos e evite as correntes de ar;
- Boa iluminação natural e instalação de iluminação artificial com armaduras e aparelhos estanques;
- Sistema de abastecimento de água dimensionado para assegurar a eficiente lavagem das instalações e com qualidade adequada para a abeberação dos equídeos;
- Proteção de todos elementos salientes (torneiras, manjedouras, bebedouros, tomadas elétricas, arestas, ...), visando prevenir acidentes com os animais;
- Pavimento com revestimento rígido e antiderrapante, com drenagem eficaz (V. ponto 6.2);
- A altura pode variar conforme a dimensão da cavalaria, mas sempre com um mínimo de 2,90 m;
- Dispositivos de proteção dos cavalos contra os insectos (moscas, mosquitos,...)

5.1. Baias e Boxes

A **baia** é uma instalação económica, de dimensões restritas (largura de 1,50 m ou 1,80 m), onde o cavalo, preso a uma argola com a cabeça virada para a parede, não pode virar-se. Este facto tem por consequência a eliminação do risco de agitação (daí a baixa altura das divisórias entre as baias), a inutilidade das portas, a facilidade de vigilância. Por outro lado, uma tal disposição apresenta muitos inconvenientes: imobilidade do cavalo, riscos de acidentes tanto para o cavalo como para o pessoal obrigado a abordá-lo por trás, e a necessidade de vigiar permanentemente as cavalariças.

As baias permitem a acomodação de um maior número de animais numa mesma área mas, pelas desvantagens apontadas, tem caído em desuso e deve ser desencorajada como solução definitiva em novas construções.

A **box** é uma instalação de maiores dimensões que possibilita acomodações mais satisfatórias: o cavalo tem maior liberdade de movimentos, é encorajado a deitar-se e está, conseqüentemente, mais confortável do que numa baia.

As dimensões das boxes devem ser adaptadas às diversas raças de cavalos ressaltando-se que, nas instalações direcionadas para competições, no âmbito da Federação Equestre Internacional, as mínimas requeridas são 3 m x 3 m.

As paredes divisórias devem ter uma altura mínima de 2,40 m para evitar o contacto entre os focinhos (transmissão de doenças).

A largura mínima da porta é de 1,20 m e deve abrir para o exterior da *box*. Em alternativa, pode adotar-se com vantagem portas de correr fixas pelo lado de fora. As portas devem ser em madeira dura (carvalho ou similar) ou em contraplacado suficientemente resistente. É indispensável reforçar ou proteger os ângulos salientes das carpintarias com cantoneiras metálicas.

Quando as boxes estão no exterior – isoladas dos outros edifícios – as suas dimensões e características gerais serão semelhantes, mas a orientação tem uma importância determinante, de modo a protegê-las dos ventos dominantes e garantir uma boa exposição solar. A sua cobertura deve projetar-se sobre a zona frontal à entrada, para a abrigar da chuva e da incidência directa do sol no verão. Na maioria dos casos, a orientação sudeste é considerada favorável.

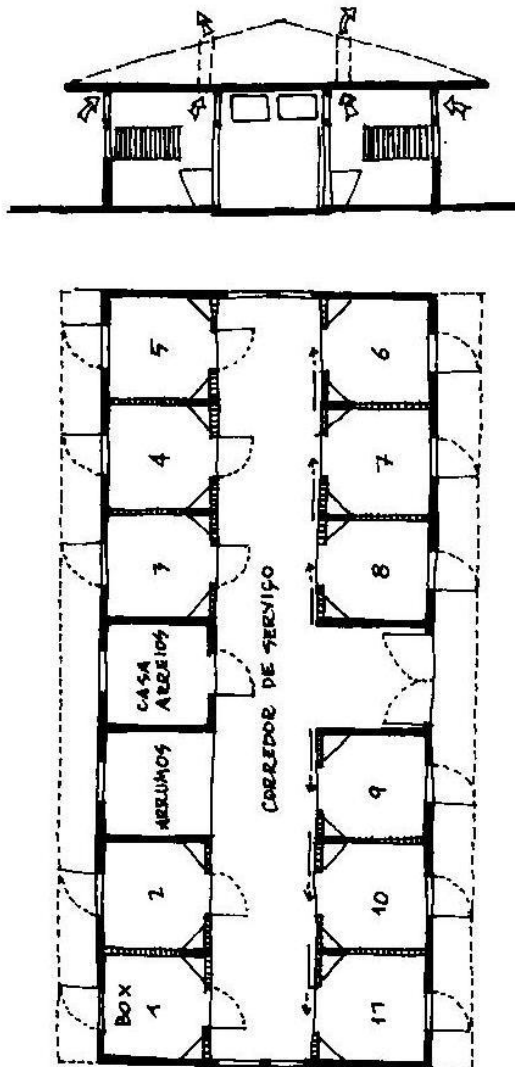


Fig.13. Exemplo de organização das boxes

Quer se prevejam baias ou *boxes* a sua pormenorização responde aos mesmos princípios:

- paredes – lisas e reforçadas até uma altura mínima de 1,40 m com as arestas arredondadas e os componentes metálicos não oxidáveis;
- pavimento - resistente, antiderrapante, impermeável e a cota superior às áreas envolventes para facilitar a manutenção (ver ponto 6.2);
- iluminação e ventilação - abundantes mas sem provocar encandeamentos ou zonas de sombra nem correntes de ar. As janelas devem situar-se acima do dorso dos equídeos para garantir que a ventilação não incida diretamente sobre os mesmos.

A condensação pode ser evitada, por um lado, prevendo uma ventilação adequada e, por outro, pela escolha de materiais que assegurem uma conveniente inércia térmica, nomeadamente na cobertura;

- Instalações elétricas, tomadas e aparelhos de iluminação – situados no exterior das baias e boxes, afastados do alcance dos animais;
- Equipamento – argolas metálicas fixas para prender o cavalo, bebedouro, manjedoura e suporte para blocos de sal. A manjedoura e o bebedouro devem estar afastados para que este não se suje nem entupa com a palha.

Existem no mercado diversas soluções prefabricadas, que podem facilitar a conceção e a construção de boxes e de outras instalações das cavalariças.

5.2. Outros locais destinados aos cavalos e à sua manutenção

• Boxes de isolamento

Os centros com alguma importância dispõem de uma ou mais boxes, com cerca de 4 m x 5 m, para receber cavalos doentes, que devem ficar situadas na proximidade do local de tratamentos/enfermaria.

• Enfermaria/Local de tratamento

Espaço equipado com *tronco* amovível, bancada de trabalho e pia com água quente/fria, tomadas elétricas para ligação de equipamentos (autoclave, rx ...) e armários para medicamentos, este local deve ter boa iluminação natural e artificial e ainda especiais cuidados com os materiais de revestimento das paredes e pavimentos de maneira a facilitar a sua limpeza e desinfeção.

A área mínima recomendada é de 30 a 35 m² e, caso o número de cavalos o justifique, poderá estar associado a uma sala que servirá exclusivamente para o armazenamento de medicamentos. Deve ser complementado com boxes para o isolamento dos cavalos doentes.

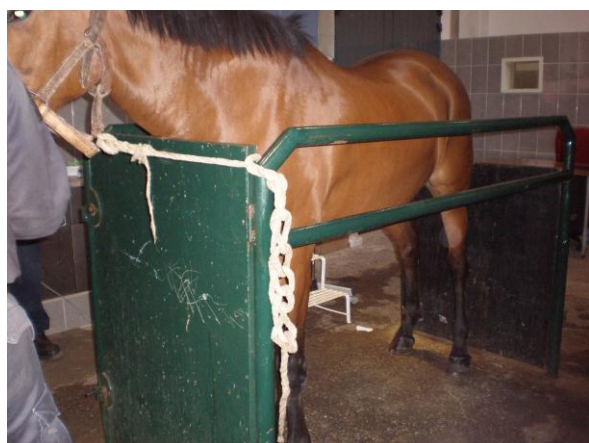


Fig. 14. Tronco

• **Local de banho e limpeza**

Abrigado do vento e da chuva, equipado com água fria e, eventualmente, água quente, com pavimento antiderrapante e drenagem eficaz.

Em instalações já existentes, admite-se que se adapte uma box para este efeito. As figuras 15, 16 e 18 mostram alguns exemplos e na fig.17 estão indicadas as áreas mínimas recomendadas.



Fig. 15. Local de banho

Fig.16. Local de banho

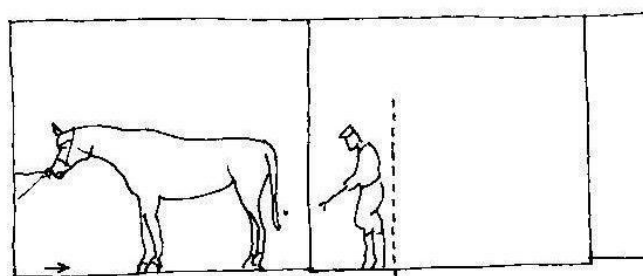


Fig. 17. Local de banho

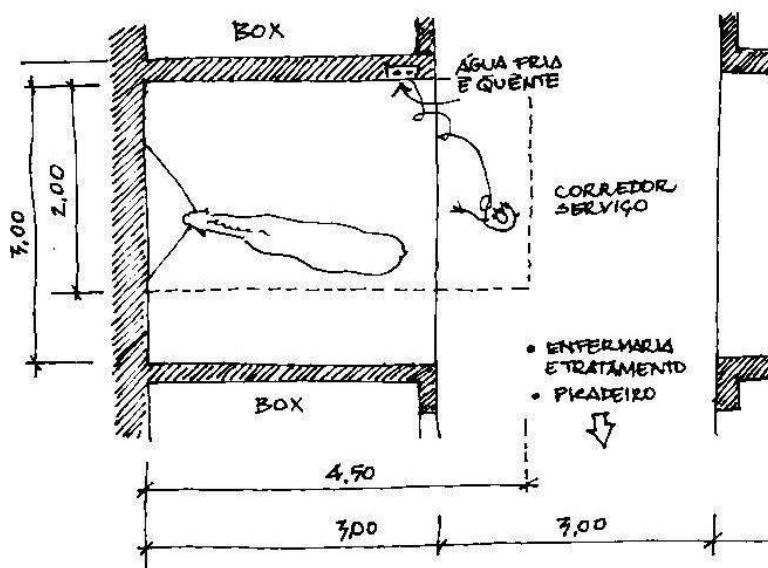




Fig. 18.
Local de
banho

- **Local para a tosquia**

Estes locais devem dispor de boa iluminação natural e artificial e tomadas de energia para os aparelhos de tosquia, garantindo instalações elétricas seguras e drenagem adequada.

Nalguns centros a tosquia é realizada na zona de ferração e/ou na de enfermaria/ tratamento dos animais.

- **Local destinado à ferração**

Os cavalos são ferrados com uma frequência muito variável, podendo nalguns animais ser quadrimestral e noutros, de 30 em 30 ou de 40 a 40 dias. Nos centros de pequena dimensão este trabalho é assegurado pela contratação de um serviço externo, mas, sempre que se justifique, recomenda-se a previsão de uma zona própria que poderá também servir para a tosquia.

O pavimento deverá estar perfeitamente regularizado para possibilitar a avaliação do aprumo do cavalo, ter características antiderrapantes e uma boa drenagem.

A ferração pode ser realizada a *frio* ou a *quente*, sendo que esta última técnica carece de um local para a montagem de uma forja ou de um equipamento similar móvel.

- **Armazém para palhas e rações**

Localizado de forma a garantir o acesso fácil aos corredores de distribuição das boxes e ao exterior, a largura da porta (mínimo de 2,20 m) deve permitir a circulação de veículos de carga/transportes. Recomenda-se a sua instalação ao nível do solo para facilitar o manuseamento dos fardos de palha e demais produtos.

São necessárias precauções especiais contra os riscos de incêndios, as infiltrações e a humidade e, ainda, as poeiras, os insetos, as pragas e os roedores.

• Casa de arreios

Eventualmente dividida em diversos locais, bem arejada e ventilada para uma boa conservação dos couros que são suscetíveis de se deteriorar com a humidade, poderá ser complementada por um atelier de correaria/selaria.

O equipamento necessário inclui: bancada/lavatório para lavagem de ferros e arreios; cavaletes para selas e cabides para cabeçadas; prateleiras para proteções e ligaduras; armários para xairéis e artigos de vestuário dos animais (cobrejões, mantas, cilhas mestras, ...).

Sempre que possível, e dependendo da dimensão do Centro, é aconselhável garantir a separação entre as zonas de lavagens (zonas húmidas) e de arrecadação (zonas secas). A casa dos arreios pode também incluir armários individuais devidamente ventilados.



Fig. 19. Casa de arreios - zona de lavagem



Fig. 20. Casa de arreios – armários individuais



Fig. 21. Casa de arreios

• Estrumeira

A localização deve levar em consideração os ventos dominantes, a necessidade de afastamento em relação às zonas sociais do centro, sem descuidar uma evacuação fácil e rápida do estrume por veículos de recolha e transporte para depósito.

6. Pavimentos

6.1. Das áreas de Actividades

A **camada de fundação** deve ser dotada de um sistema de drenagem que garanta a proteção da camada de revestimento, permitindo a remoção eficaz das águas freáticas, de rega e, no caso de instalações ao ar livre, pluviais. O sistema de drenagem deve ser dimensionado em função das condições geológicas e geográficas do local e da utilização prevista para a infraestrutura, não deve facilitar a perda de finos do terreno nem da camada de fundação e deve impedir a impermeabilização progressiva do conjunto.

A camada de fundação, seja qual for a sua natureza e situação, em toda a sua extensão, deverá resistir à atuação de cargas normais de utilização e assegurar a distribuição das cargas que lhe são transmitidas. A sua espessura depende, para além das cargas atuantes previstas, da qualidade do terreno de fundação e das ações construtivas previamente nele induzidas, como por exemplo, estabilização e compactação.

As espessuras das várias camadas, bem como a sua aplicação, variam em função da qualidade do terreno de fundação, das ações construtivas previamente nele induzidas e dos materiais utilizados para a construção do revestimento.

A **camada de revestimento** a construir deve ser permeável, flexível, coerente e resistente às cargas e ações previstas durante a utilização.

Esta camada, cuja espessura depende da qualidade dos materiais constituintes e das condições de utilização, pode ser formada por vários tipos de materiais, tais como:

- relva natural (só em instalações ao ar livre);
- areia;
- areia com fibras sintéticas;
- fibra de madeira dura;
- aparas de cascas de árvores;
- materiais sintéticos (borracha,...);
- combinação de alguns dos materiais anteriores.

Para instalações cobertas são possíveis, entre outros, os seguintes tipos de revestimento:

- **aparas de madeira** - camada de 15 cm de espessura constituída por mistura de 2/3 de aparas de madeira, isentas de serradura, e de 1/3 de areia 0/3, com grão redondo;
- **areia** -camada de 12 cm de espessura constituída por areia 0/4, não abrasiva e um pouco friável;
- **fibra de madeira dura** - camada de 20 a 30 cm de espessura.

Para instalações ao ar livre são possíveis, entre outros, os seguintes tipos de revestimentos:

- **areia** - camada de 12 cm de areia fina 0/3;
- **fibra de madeira dura** - camada de 25 cm.

Nas instalações desportivas para saltos de obstáculos, a camada de revestimento não deverá ser demasiado macia, para evitar o cansaço excessivo do cavalo e o decréscimo do seu desempenho desportivo.

Quando o pavimento for constituído essencialmente por areia, deverão ser utilizadas várias granulometrias para obter um pavimento consistente, não devendo, contudo, as dimensões dos grãos ser demasiado elevadas, para evitar que a sua projeção possa por em causa a segurança dos utilizadores ou dos espectadores. A disposição das várias camadas deve ser feita dos grãos de maior para menor dimensão. Na camada mais superficial deverão ser aplicadas areias compostas por materiais brandos.

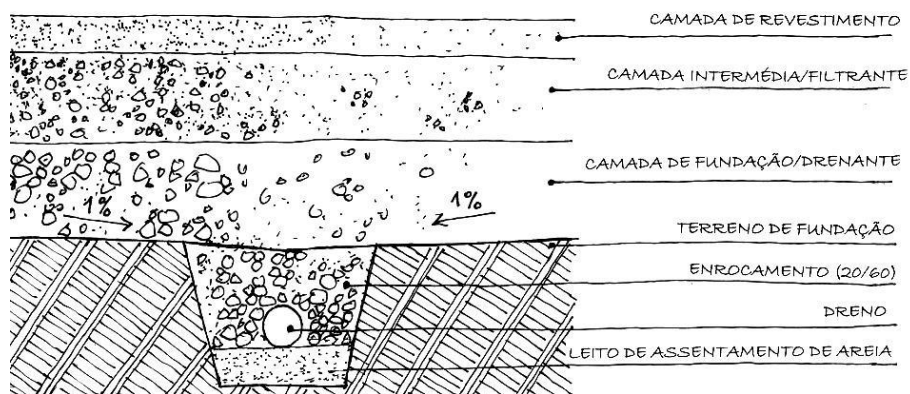


Fig.22. Pormenor esquemático do pavimento - Instalações cobertas

Para as instalações cobertas, a camada de fundação pode ser em areia de granulometria 0/8, 0/40 ou areia levemente argilosa, devendo garantir a não contaminação do revestimento. A execução ou não de camada intermédia depende da qualidade do terreno e das ações nele perpetradas (compactação, etc.).

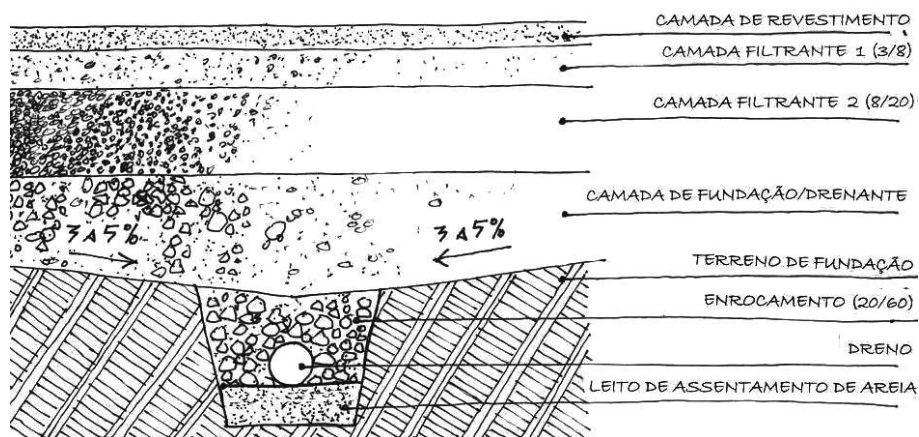


Fig. 23. Pormenor esquemático do pavimento - Instalações ao ar livre

6.2. Das cavaliças e serviços anexos

A **base de assentamento** dos pavimentos das cavaliças e dos serviços anexos deve ser dotada de um sistema de drenagem que garanta a proteção do pavimento a aplicar, permitindo a remoção eficaz das águas freáticas. Este deve ser dimensionado em função das condições geológicas e geográficas/climatéricas do local.

Complementarmente, deve assegurar a estanquidade à humidade ascendente do solo através de disposições construtivas adequadas, de forma a evitar danos no pavimento ou a acumulação de água de origem freática sob, sobre ou no pavimento.

A base de assentamento, em toda a sua extensão e de forma a assegurar a indeformabilidade do pavimento, deverá resistir à atuação de cargas normais de utilização, transmitidas por veículos, máquinas, equipamentos, materiais ou produtos a utilizar na construção, na instalação, na manutenção e no funcionamento. Para além disso deve apresentar-se isenta de fissuras, depressões, saliências, desagregações ou quaisquer irregularidades que possam vir a danificar o pavimento e apresentar pendentes com inclinações adequadas e compatíveis com as que se pretendem obter para o pavimento a aplicar.

Tal como a base de assentamento, o **revestimento de pavimento** a aplicar nas cavaliças deverá, em toda a sua extensão, resistir à atuação de cargas normais de utilização, já descritas no ponto anterior, sem sofrer danos nem deformações permanentes.

O pavimento deverá apresentar-se isento de fissuras, desníveis, ondulações, depressões, saliências, bolhas, desagregações, material não curado, substâncias estranhas, elementos cortantes ou perfurantes ou de quaisquer irregularidades suscetíveis de causar lesões nos utilizadores e deve ser, ainda, impermeável e, preferencialmente, contínuo e sem emendas.

As pendentes, necessárias para drenagem de águas de lavagem, deverão ser superiores a 0,5 % e inferiores a 2%.

Por razões de segurança, o pavimento deve apresentar características antiderrapantes, que impeçam quedas acidentais dos utilizadores, mas, simultaneamente, permitam o escoamento regular das águas de lavagem.

O pavimento deve ser constituído por material (is) e produto (s) que permitam limpeza, conservação e reparação de fácil execução e, ainda, o tratamento sanitário com produtos esterilizantes.

7. Rega e Drenagem dos Picadeiros

O sistema de rega deve ser dimensionado em função das necessidades (intensidade de utilização, nível de competição, etc.) da infraestrutura desportiva de maneira a garantir uma molha eficaz (nem excessiva nem insuficiente) e uma cobertura uniforme da área de atividade.

Por razões de segurança, o sistema de rega não deverá estar integrado na camada de revestimento.

Nas instalações desportivas cobertas as pendentes a adotar para a camada de fundação devem ter uma inclinação de cerca de 1%, para facilitar o escoamento de águas de rega e evitar a escorrência dos materiais que constituem o pavimento a aplicar; nas instalações ao ar livre as pendentes a adotar para a base de assentamento devem ter uma inclinação entre 3 e 5 %, para facilitar o escoamento de águas pluviais.

8. Instalações destinadas aos cavaleiros, aos dirigentes e ao pessoal

Os recintos equestres deverão, tendo em conta a utência máxima prevista, dispor de instalações de apoio aos praticantes, à administração e aos serviços auxiliares, designadamente:

- Átrio de receção e controle dos acessos;
- Salas da administração, dos tratadores e dos monitores localizadas de forma a permitir acesso rápido às cavalariças e às zonas de atividades.

Nos centros de importância média é frequente que o seu responsável/gestor exerça várias funções (instrução, receção e distribuição dos cavalos que serão montados, vigilância das cavalariças, ...). Importa, portanto, que a localização da sua sala de trabalho lhe permita visualizar a maior parte dos locais onde exerce as suas tarefas e que as suas deslocações sejam reduzidas e simplificadas.

- Vestiários, balneários e instalações sanitárias para os cavaleiros;
- Local de primeiros socorros;
- Alojamento, vestiários, balneários e instalações sanitárias para os tratadores localizados próximo das cavalariças e dimensionados considerando 1 tratador por cada 10 cavalos;
- Vestiários, balneários e instalações sanitárias para o pessoal dos serviços de manutenção e serviços auxiliares, eventualmente comuns às instalações dos tratadores nas infraestruturas de pequena dimensão.

9. Manutenção

O pavimento das cavalariças e das instalações de apoio deve ser periodicamente limpo e conservado e, sempre que necessário, devem ser realizadas ações de reparação para evitar lesões nos utilizadores e a sua degradação precoce.

Todos os espaços cobertos de permanência dos cavalos e de armazém de alimentos e equipamento em geral devem ser alvo de desratização periódica. A exterminação de roedores garante a não transmissão de leptospirose, tanto para os humanos como para os cavalos, e evita a degradação prematura das edificações associada aos roedores (urina, fezes e elementos construtivos roídos).

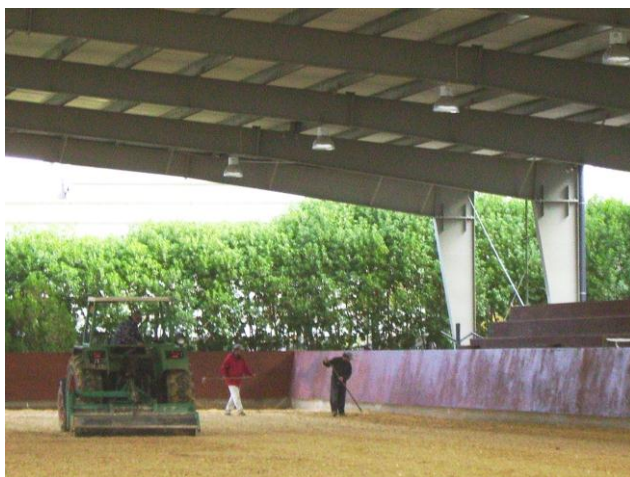


Fig. 24. Manutenção do pavimento do picadeiro



Fig. 25. Manutenção do pavimento do picadeiro

À semelhança dos roedores, os insetos são, também, veículos de transmissão de doenças, para além do desconforto que provocam. A introdução de dispositivos de eliminação eficaz contra moscas e mosquitos, em especial nas cavalariças, é fundamental para a obtenção de um ambiente de boa qualidade.

A manutenção da camada de revestimento das áreas de atividades é tão importante quanto a sua construção.

A execução periódica de ações de manutenção, como rega, nivelamento, remoção de dejetos sólidos, passagem de grade e de rolo ou reposição de materiais constituintes, é indispensável à conservação das características funcionais desportivas e técnicas e de segurança, salubridade e conforto ao longo do tempo. A frequência de realização destas ações depende da intensidade de utilização do espaço.

A teia, constituída por materiais flexíveis e resistentes, deve ser periodicamente observada e mantida em perfeito estado de conservação, pois quando deteriorada pode provocar ferimentos graves no cavalo ou no cavaleiro.

Bibliografia

BALLEREAU, Jean-François. *A Equitação. A Técnica. A Competição*. 1.^a ed., tradução de Nathalie Silva, revisão de Coronel Martins Abrantes e Dr. Soares Cruz, Editorial Estampa, Lisboa, 1997.

LE MONITEUR DE TRAVAUX PUBLICS ET DU BATIMENT, Mission Technique de L'Équipement du Ministère de la Jeunesse et des Sports, *Équipements Sportifs et Socio-éducatifs*. Vol. II, 11.^a ed. rev. e aum., Le Moniteur, Paris, 1993.

POMBEIRO, Joaquim Rodrigo Nest Arnaut, ALMEIDA, Eduardo Vaz Netto e SEQUEIRA, João M. Bilstein de Menezes Luiz de Sequeira. *Manual Oficial de Formação Equestre*. Vol. I – *Selas 1,2,3 e 4*, 1.^a ed., col. «Formação», Instituto do Desporto de Portugal, 2005.

SB – *Sport Facilities and Swimming Pools*, IAKS – International Association for Sport and Leisure Facilities, 1993

SPORTS COUNCIL, Technical Unit for Sport. *Handbook of Sports and Recreational Building Design*. Vol. IV – Sports Data, The Architectural Press, London, 1981.

THE PONEY CLUB. *Manual Prático de Equitação*. 4.^a ed. rev. e aum., Tradução de Lina Arsénio da Silva e Inês Amorim, prefácio e revisão de Balula Cid, Major de Cavalaria. col. «Habitat», Editorial Presença, Lisboa, 2005.

VAULX, Maurice. *Aménagement et Équipement des Centres Équestres*, Service des Haras et de L'Équitation, Section Technique des Equipements Hippiques, Ministère de L'Agriculture, Paris, s/d [anos 80 do séc. XX].

Fotografias: Instalações equestres da GNR; Hipódromo do Campo Grande

Contactos

FEI - Fédération Equestre Internationale
Avenue Rumine, 37
1005 Lausanne
Suíça

tel: 41 21 310 47 47
fax: 41 21 310 47 60
e-mail info@fei.org
Website <http://www.fei.org/>

FEP - Federação Equestre Portuguesa
Av. Manuel da Maia, 26 - 4º Dtº
1000-201 Lisboa

tel: 21 847 87 73/4/5/6, 21 845 59 56,
21 845 59 47
tm: 96 881 69 56, 96 881 6996
fax: 218474582
Website <http://www.fep.pt/>

Autoria

Regina Rezende, Alexandra Frazão

Colaboração

Cabral Faria, João Augusto, João Corrêa, Olga Calhas

ANEXO – A equitação e os desportos equestres

A relação do homem com o cavalo perde-se no tempo. As gravuras de Foz Côa e de outras estações paleolíticas da Europa – como a apresentada na capa deste documento – atestam a importância desta relação e do complexo esquema de representações e produções simbólicas a ele associado.

O início da sua domesticação não está estabelecido, admitindo-se que tal tenha acontecido cerca de 2000 anos a.C.

Entre os séculos VI e IV a.C. o cavalo montado começou a ser empregue para fins militares, desenvolvendo-se verdadeiramente a partir de então a Arte Equestre que se foi diferenciando em várias disciplinas.

Depois de alguns ensaios em edições anteriores como modalidade de demonstração, a equitação foi incluída definitivamente nos Jogos Olímpicos de 1912 com as disciplinas de Ensino, de Salto de Obstáculos e de Concurso Completo de Equitação, tendo sido criada a Federação Equestre Internacional em 1921 e a Portuguesa em 1927.

Até 1952, quando um civil – Pierre Jonquieres d’Oriola – ganhou uma prova, em Helsinquia, as competições foram dominadas por militares.

Em 1956, em Estocolmo, Patricia Smythe foi a primeira mulher a obter uma medalha (bronze, por equipas em Salto de Obstáculos).

Foi com a equitação, na disciplina de Salto de Obstáculos e por equipas, que Portugal conquistou a sua primeira medalha olímpica (bronze), nas Olimpíadas de Paris em 1924.

Breve resumo das principais disciplinas

Ensino (*Dressage*) – Disciplina Federada Olímpica

A finalidade desta disciplina é atingir a união perfeita entre cavalo e cavaleiro: a atitude do cavalo, a submissão ao cavaleiro, a calma, a correção e amplitude dos movimentos correspondentes aos diversos exercícios e o comportamento do cavaleiro, perfeita postura e exercendo as ações de comando de uma forma quase impercetível.

As provas de Ensino disputam-se num retângulo de 40 m x 20 m ou de 60 m x 20m devidamente demarcados por uma vedação baixa (de 0,30 m) e referenciadas por um conjunto de letras colocadas fora da vedação a 0,50 m desta. Deve existir um campo de aquecimento com as mesmas dimensões, interdito ao trabalho de cavalos à guia, pelo que é necessário prever local apropriado para este fim. O afastamento dos juízes em relação à vedação é de 5 m; o público deve ficar afastado 15 m.

Concurso de Saltos de Obstáculos – Disciplina Federada Olímpica

O objetivo desta disciplina é demonstrar a atitude do cavalo (franqueza, potência, obediência, velocidade e o respeito pelo obstáculo) e a destreza do cavaleiro. Sempre que é cometido um erro (derrube de um obstáculo, recusa, excesso de tempo, erro de percurso, queda do cavalo e/ou do cavaleiro, ajuda não autorizada) o conjunto incorre numa penalidade. Existem diversos tipos de provas: sem cronómetro; ao cronómetro; com *barrage*; de potência; dificuldades progressivas; estafetas e muitas outras.

Num concurso *indoor* a área mínima é de 1200 m², com largura mínima de 20 m. Nas competições ao ar livre a área mínima é de 4000 m² e a largura mínima 50 m. Outras dimensões deverão ser autorizadas pela FEP. Deve ainda ser previsto um ou mais campos de aquecimento.

Concurso Completo de Equitação – Disciplina Federada Olímpica

O Concurso Completo de Equitação (C.C.E.) é uma prova de 3 dias que combina o Ensino, a Resistência Equestre e o Salto de Obstáculos, pelo que exige do cavaleiro experiência nas 3 disciplinas equestres e do cavalo um grau de aptidão diversificado.

Equitação Adaptada – Disciplina Federada Paralímpica

É a vertente competitiva da **Equitação Terapêutica** nas disciplinas de Ensino e Atrelagem.

A **Equitação Terapêutica** refere-se ao ensino e prática da equitação por pessoas portadoras de deficiências diversificadas ou com necessidades especiais, sem ser de forma passiva, e exige para a sua prática o acompanhamento de uma equipa multidisciplinar.

Esta disciplina diferencia-se da **Hipoterapia** que é caracterizada pela ação passiva de quem está a montar e traduz-se no aproveitamento dos estímulos recebidos através do andamento do cavalo como instrumento para resolver problemas motores, cognitivos, comportamentais e sociais.

Atrelagem – Disciplina Federada não Olímpica

As competições de atrelagem são efectuadas por equipas compostas por um, dois ou quatro cavalos (ou pôneis). Existem 3 tipos de competições que podem ser combinadas: Ensino, Maratona e Condução em Obstáculos.

A Maratona é um circuito de, no máximo, 22 km dividido em 5 secções, incluindo obstáculos naturais (curvas apertadas, água e descidas de inclinação acentuada, etc.) e obstáculos artificiais.

A Condução em Obstáculos tem lugar numa arena ao ar livre, vedada, e testa a condição física dos cavalos depois da Maratona, num circuito que inclui um máximo de 20 obstáculos (cones). Dimensões da arena para o Ensino: 100 m x 40 m ou 80 m x 40 m conforme o nível da competição; para Obstáculos: 120 m x 70 m.

Equitação de Trabalho – Disciplina Federada não Olímpica

A Equitação de Trabalho baseia-se na equitação tradicional de cada país, mantendo e conservando as suas diferentes tradições, em que o cavaleiro utiliza apenas uma mão na condução da sua montada. Um concurso de Equitação de Trabalho prolonga-se normalmente por três dias e é constituído por diferentes etapas. A primeira é uma prova de Ensino, a segunda de maleabilidade (superação de obstáculos) e a terceira de velocidade. A quarta (opcional), disputada exclusivamente por equipas, é a "prova da vaca" onde um grupo de cavaleiros tira de uma manada de bezerras um animal previamente sorteado e coloca-o numa zona demarcada para o efeito.

O campo para a prova de ensino tem 40 m x 20 m e será delimitado por uma vedação com 0,30 a 0,50 m de altura. As provas de maleabilidade e de velocidade disputam-se, de preferência, num campo de 70 m x 40 m com uma vedação de 0,50 a 1,50 m de altura. Para as 3 provas recomenda-se que o público mantenha um afastamento de 5 m. Para a prova da vaca a dimensão do campo é de 70 m x 30 m e deve ser cercado por grades de proteção para bovinos. Devem ser previstos campos de aquecimento.

Horseball - Disciplina Federada não Olímpica

O objetivo do jogo é apanhar a bola (com 6 pegadas de couro) sem nunca descer do cavalo e marcar um golo na *baliza* adversária (que está suspensa). Cada equipa é formada por 6 jogadores mas apenas 4 podem estar em campo, cuja dimensão é de 65 m x 25 m.

Resistência Equestre (*Raides*) - Disciplina Federada não Olímpica

A Resistência Equestre ou *Raide de Endurance* testa a habilidade do concorrente para, em percursos de longa distância cronometrados, gerir em segurança o esforço do seu cavalo. As provas são disputadas ao ar livre num itinerário pré-determinado com ou sem obstáculos naturais. Os *Raides* realizam-se em 1, 2 ou 3 dias, com percursos que variam entre 50 a 160 km.

Turismo Equestre (*Randonnée*) - Disciplina Federada não Olímpica

Esta disciplina tem como objetivo desenvolver o ensino do cavalo e conferir aos cavaleiros (com idades entre os 12 e os 75 anos) uma maior autonomia que lhes permitam andar e passear a cavalo em segurança.

Turismo Equestre de Competição (TREC) - Técnicas de passeios a cavalo (*Randonnées*) em competição

As competições efetuam-se em vários dias e contam com 3 exercícios: o Percurso de Orientação e Regularidade (onde os cavaleiros, com a ajuda de um mapa e uma bússola, devem percorrer um trajeto entre 12 e 60 km); o Percurso por Terreno Variado (disputado parte a cavalo e parte a pé, ao longo de 2 a 5 km, ultrapassando 12, 16 ou 18 dificuldades) e o Percurso de Medição de Andamentos (teste de domínio de velocidade em que se alternam o passo - mais amplo e rápido - e o galope - mais lento e concentrado).

Volteio - Disciplina Federada não Olímpica

O volteio é uma disciplina essencial à iniciação dos cavaleiros e que permite que estes adquiram confiança, segurança e à-vontade em cima de uma montada.

As competições de volteio envolvem exercícios característicos da ginástica artística combinados com elementos de dança sobre o cavalo a galope. Consistem numa variedade de exercícios obrigatórios e livres, executados tanto individualmente como em duplas ou trios.

As séries de volteio seguem um critério estético em que a realização da técnica correta dos exercícios deve estar em plena harmonia com a interpretação coreográfica e o acompanhamento musical.

A área de competição deve ter no mínimo 25 m x 20 m e no caso de competições em picadeiro coberto a altura livre mínima deverá ser de 5 m. O público deve estar pelo menos a 11 m do eixo do círculo de volteio (nos Campeonatos do Mundo e Continentais a 13 m). Um campo de aquecimento semelhante ao local de competição é obrigatório, mas recomenda-se prever 3 ou mais círculos de prática (nos Campeonatos do Mundo e Continentais são obrigatórios 3 campos). Nas competições *indoor* as áreas de aquecimento também devem ser cobertas.

Nota: A informação acima disponível não dispensa a consulta dos regulamentos das respetivas disciplinas, disponíveis nos sítios da Federação Equestre Portuguesa e/ou da Federação Equestre Internacional.

Competições não Federadas

Corrida Plana; Corrida de Sebes (*Steeple*); Corrida de Trote Atrelado; Corrida de Trote Montado; Pólo.