

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

## REGULAMENTO NACIONAL DE PARAQUEDISMO

### CAPÍTULO I

#### NORMAS E PROCEDIMENTOS PARA A PRÁTICA DO PARAQUEDISMO

##### 1.1 - DEFINIÇÃO

A actividade de Paraquedismo compreende toda a evolução descrita por um elemento desde que se lança de uma aeronave, em pleno voo, até que atinge a superfície, bem como todos os procedimentos anteriores e posteriores a essa evolução que a ela se encontram ligados e que concorrem para a sua realização.

Essa evolução compreende :

- a) Saltos de abertura automática
- b) Saltos de abertura comandada

##### 1.2 – LIMITAÇÕES E RESTRIÇÕES

- a) A pratica do paraquedismo só poderá ser exercida por elementos devidamente qualificados pela Federação Portuguesa de Paraquedismo ou Entidade Estrangeira equivalente.
- b) Os equipamentos e materiais utilizados no paraquedismo deverão estar certificados nos Países de origem.
- c) Os cursos de paraquedismo só podem ser ministrados em Escolas de Paraquedismo aprovadas pelo Director Técnico Nacional da FPPq.

##### REQUISITOS NECESSÁRIOS PARA APROVAÇÃO DA MESMA:

- Utilizar equipamento necessário, para um salto de aluno em paraquedas e sua instrução, de acordo com o método de iniciação.

##### SALTO:

- Paraquedas de instrução com dispositivo de segurança, capacete, altímetro, rádio e raquetes ( estes dois últimos facultativos).

##### LOCAL DO SALTO:

- Declaração de autorização da utilização das instalações e espaço, do Director do Aeródromo e do Director do Centro de Paraquedismo, onde a Escola vai exercer a sua actividade.
- Modelo e matrícula da aeronave a utilizar

##### AULAS TEÓRICAS:

- Local da instrução teórica (sala de aulas). Seguir as matérias de instrução da Federação, para que a mesma seja igual em todos os Centros.
- Material necessário auxiliar: sistema de vídeo para apresentação de incidentes em paraquedas.
- Arnês suspenso para instrução.
- Maquete ou aeronave, para treino de saída

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

O Director responsável pela escola terá que ter no mínimo (dois) anos de licença válida de instrutor.

O referido instrutor, não pode ser responsável por mais que 2 (duas) Escolas.

Tem que ter sempre a auxilia-lo na instrução (Teórica e saltos), no mínimo, um instrutor ou atleta com Licença D da Federação.

## SUSPENSÃO DA ESCOLA:

- Se não ministrar, no mínimo, durante o ano anterior (Janeiro a Dezembro), 3 (três) cursos básicos de Iniciação ao Paraquedismo, formando no mínimo 10 (dez) alunos licença Elementar.
- Se não cumprir com os Regulamentos e todas as instruções da Federação, bem como, do Director Técnico Nacional (DTN)
  - a) A suspensão ser-lhe-à retirada, com um requerimento a apresentar à FPPq. e certificado pelo DTN.
  - b) Os Instrutores responsáveis pela formação, treino e aperfeiçoamento de praticantes de paraquedismo deverão estar certificados pela FPPq.
  - c) É expressamente proibida a prática do paraquedismo a todo o elemento que ingira bebidas alcoólicas, intoxicantes ou outras, causas susceptíveis de afectar as suas faculdades físicas e/ou mentais enquanto durar a sessão de saltos.
  - d) É obrigatório todo o paraquedista e pessoal directamente interveniente na prática da modalidade possuir o Seguro Desportivo de Acidentes Pessoais, um Seguro de Responsabilidade civil válidos e uma Licença de Paraquedista Desportivo a emitir pela FPPq.

## 1.3- FORMAÇÃO TREINO E APERFEIÇOAMENTO

- a) Caberá à FPPq. a Formação de quadros de Paraquedismo, através de cursos programados e organizados para o efeito.
- b) A formação, o treino e o aperfeiçoamento de paraquedistas só poderão ser efectuados em Escolas, Clubes e Associações de Paraquedismo cujas estruturas, programas e garantias de condições de segurança tenham sido previamente aprovadas pela FPPq.

## 1.04- LIMITAÇÕES E RESTRIÇÕES, ZONAS DE SALTOS.

- a) Para garantia de segurança, serão aprovadas zonas de saltos previamente propostas, que deverão obedecer às condições definidas pela FPPq.
- b) Quando se pretender efectuar lançamentos de paraquedistas fora das zonas normais de saltos, deverá a entidade promotora estar certificada pela FPPq. sendo obrigatório o seguinte:

- Presença da entidade técnica responsável.
  - A qualificação de todos os paraquedistas saltadores deverá estar de acordo com as normas definidas pela FPPq.
- Comunicação terra ar.

## 1.05- SALTOS E EQUIPAMENTOS:

- a) Para a realização de saltos em paraquedas é obrigatório a utilização de:

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

- Um equipamento base de paraquedismo, composto de um arnês ao qual estejam convenientemente fixados:

- Um paraquedas principal.
- Um paraquedas auxiliar ou de reserva tipo asa.
- Um altímetro.
- A aplicação de um sistema de abertura automática do paraquedas principal ou de reserva, até obtenção da Licença "A".
- Só é permitida a realização de saltos nocturnos quando o paraquedista dispuser no seu equipamento de um sistema para iluminação do altímetro e de uma segunda fonte luminosa de presença.
- Quando é admitida a hipótese de um paraquedista atingir uma superfície aquática, terá que incluir no seu equipamento um dispositivo de flutuação apropriado.
- É expressamente proibida a utilização de qualquer equipamento ou acessório que possa pôr em risco a segurança do paraquedista ou de outrem.

b) As condições de lançamento serão definidas em normas pela FPPq.

## CAPÍTULO II

### LICENÇAS DE PARAQUEDISMO

#### 2.1 - DEFINIÇÃO

Estas normas regulam tudo sobre a obtenção, validade e âmbito das licenças de Paraquedismo Desportivo pela FPPq.

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

## 2.2- PROCEDIMENTO ADMINISTRATIVO.

a) As licenças serão emitidas unicamente pela FPPq.

b) Todos os saltos efectuados durante o serviço nas Forças Armadas e registados oficialmente contarão para a obtenção das licenças a que correspondam, sempre que tenham sido realizados de acordo com este regulamento.

c) Os saltos realizados para a obtenção de licenças ou para qualificação deverão estar registados por ordem cronológica na caderneta de saltos do interessado e nos registos de uma Escola, Clube ou Associação de Paraquedismo.

d) Toda a solicitação de uma Licença Desportiva de Paraquedismo se realizará pelo interessado através da Escola, Clube ou Associação de Paraquedismo, aprovada pela FPPq.

e) É obrigatório ao atleta, fazer-se acompanhar da sua Licença Desportiva de Paraquedismo, da Caderneta de saltos e Seguro Desportivo válido, sempre que esteja numa zona, para efectuar saltos em paraquedas. Todo o equipamento tem que ter o registo com a data de dobragem do reserva.

## 2.3 - LICENÇAS DESPORTIVAS

### A) Licença Desportiva Paraquedista Elementar.

1) É considerado Paraquedista com Qualificação Elementar todo o Indivíduo que tenha efectuado um curso de paraquedismo e tenha realizado no mínimo 4 (quatro) saltos de abertura automática ou QLA (Queda Livre Acelerada). O portador desta licença apenas pode efectuar saltos sob a supervisão de uma Escola de Paraquedismo reconhecida oficialmente.

## LICENÇA DE PARAQUEDISTA DESPORTIVO QUALIFICAÇÃO "A".

1-A licença qualificação " A " é o certificado que demonstra que o paraquedista está apto a efectuar saltos de queda livre e a dobrar o seu próprio paraquedas principal.

2) O aspirante a esta licença deverá reunir os seguintes requisitos:

- a) Completar 25 saltos de abertura manual.
- b) Efectuar um exame, segundo as normas da FPPq.

3) Para concessão desta Licença é necessária a apresentação de um certificado comprovativo de aptidão creditado por uma Escola de Paraquedismo.

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

## LICENÇA DESPORTIVA QUALIFICAÇÃO "B".

- 1) Os possuidores desta licença terão as mesmas prerrogativas que os da Qualificação " A " e poderão também participar em Campeonatos Nacionais de Estilo, Precisão ou Relativo.
- 2) O aspirante a esta licença deverá reunir os seguintes requisitos:
  - a) Completar 50 saltos controlados de abertura manual.
  - b) Efectuar um exame, segundo as normas da FPPq.
- 3) Para concessão desta Licença é necessária a apresentação de um certificado comprovativo de aptidão creditado por uma Escola ,Clube ou Associação de Paraquedismo.

## LICENÇA DESPORTIVA QUALIFICAÇÃO " C " .

- 1) Os possuidores desta licença terão as mesmas prerrogativas que os da Qualificação " B " e poderão ser responsáveis pelo lançamento de outros paraquedistas.
- 2) O aspirante a esta licença deverá reunir os seguintes requisitos:
  - a) Completar 200 saltos controlados de abertura manual.
  - b) Efectuar um exame segundo as normas da FPPq.
- 3) Para concessão desta licença é necessária a apresentação de um certificado comprovativo de aptidão creditado por uma Escola, Clube ou Associação de Paraquedismo.

## LICENÇA DESPORTIVA QUALIFICAÇÃO " D " .

- 1) Os possuidores desta licença terão as mesmas prerrogativas que os da Qualificação " C " e poderão frequentar o curso de instrutores da FPPq.
- 2) O aspirante a esta licença deverá reunir os seguintes requisitos:
  - a) Completar 500 saltos de abertura manual.
  - b) Efectuar um exame, segundo as normas da FPPq.
- 3) Para a concessão desta licença é necessária a apresentação de um certificado comprovativo de aptidão por uma Escola, Clube ou Associação e o respectivo exame pratico se a FPPq. achar necessário.

## 2.04 - LICENÇAS ESPECIAIS

- 1) As Licenças Especiais de Instrutores, e outras, serão regulamentadas por normas da FPPq.

## **FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO**

2) Qualquer Licença Estrangeira ou de outro tipo, poderão ser validadas unicamente pela FPPq.. Segundo as normas Nacionais e Internacionais em vigor.

3) Estas Licenças serão revalidadas periodicamente, segundo as normas da FPPq.

### **2.05- DIRECTOR TÉCNICO NACIONAL.**

1) O Director Técnico Nacional é responsável pela verificação do cumprimento das Normas Técnicas de paraquedismo e do Regulamento Nacional de Paraquedismo em todo o território Nacional.

### **2.06- SANÇÕES.**

1) Todo o praticante de Paraquedismo licenciado pela FPPq. fica sujeito à obrigatoriedade do cumprimento do Regulamento Nacional de Paraquedismo e das suas Normas Técnicas.

2) O não cumprimento do mesmo poderá dar origem a uma advertência, suspensão periódica ou definitiva, de acordo com a gravidade do seu acto.

3) Sempre que uma Escola, Clube ou Associação de Paraquedismo não cumprir o estipulado neste Regulamento e Normas Técnicas, será suspensa das suas actividades, periódica ou definitivamente.

4) As sanções serão aplicadas pelo Conselho Disciplinar por proposta do Director Técnico Nacional.

### **2.07- NORMAS TÉCNICAS E RECOMENDAÇÕES.**

1) As normas técnicas da FPPq. terão carácter obrigatório.

2) As recomendações terão um carácter de orientação e não serão obrigatórias.

### **PARAGRAFO ÚNICO.**

Tudo o que for omissa neste regulamento, será definido nas normas Técnicas da FPPq.

## CAPÍTULO III

# LICENÇAS DE PARAQUEDISTAS DESPORTIVOS E QUALIFICAÇÕES

### 1. CONDIÇÕES GERAIS.

1.1) As Licenças de Paraquedista Desportivo são emitidas pela FPPq. e são reconhecidas pela FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE AERONÁUTICA (FAI).

1.2) As Licenças da FPPq. só são válidas quando acompanhadas do Seguro Desportivo válido.

1.3) As Licenças são emitidas a pedido do praticante sob proposta de um Instrutor qualificado pela FPPq. e pela prestação de provas em casos específicos.

1.4) Podem ser emitidas Licenças por equivalência de outras entidades Estrangeiras, desde que as mesmas sejam reconhecidas pela FAI, ou entidades Nacionais Militares, devidamente autenticadas.

1.5) As Licenças podem ser recusadas, suspensas ou revogadas pelo Director Técnico Nacional.

### 2- QUALIFICAÇÕES DE PARAQUEDISTAS DESPORTIVOS.

INTRODUÇÃO.

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

2.1) Os Paraquedistas podem ser classificados de acordo com a sua experiência ou em provas específicas que tenham prestado.

2.2) As Qualificações têm como objectivo encorajar os praticantes a melhorar os seus conhecimentos e as suas performances na prática do Paraquedismo Desportivo.

2.3) Qualificação de Equipamento de Tandem – Piloto de Tandem, com licença válida, deve solicitar uma Qualificação sempre que desejar mudar de equipamento, a um outro Piloto de Tandem com Formação nesse equipamento e com bastante experiência no mesmo (um ano e 200 saltos) ou a um Examinador de Tandem Qualificado no equipamento.

2.4) As Qualificações podem servir para avaliação das capacidades de um praticante para realizar determinado tipo de salto, da possibilidade de competir em provas oficiais e ainda de ministrar Cursos de Iniciação ou Aperfeiçoamento.

### 3- OBTENÇÃO DE QUALIFICAÇÕES.

3.1) Os praticantes devem requerer junto da FPPq. a Qualificação a que se julgam aptos, mediante proposta de um instrutor reconhecido pela FPPq. e prestar provas em casos específicos.

3.2) São considerados Saltos Válidos se efectuados segundo as normas do Regulamento Geral Estatutário da FPPq. em vigor à data dos mesmos.

3.3) Os saltos devem ser registados numa Caderneta se saltos onde devem constar por ordem cronológica com a seguinte informação: data, local, tipo de aeronave utilizada, tipo de salto, tempo de queda livre (se aplicável) e ainda em opção a distância de aterragem a um alvo ou manobras efectuadas em queda livre.

3.4) Os saltos efectuados durante a actividade militar são válidos para obtenção de uma qualificação e manutenção, desde que tenham sido efectuados de acordo com o Regulamento Geral Estatutário da FPPq.

### 4-TIPO DE QUALIFICAÇÕES.

4.1) As Licenças de Paraquedistas Desportivos terão as seguintes Qualificações:

- ELEMENTAR
- QUALIFICAÇÃO "A"
- QUALIFICAÇÃO "B"
- QUALIFICAÇÃO "C"
- QUALIFICAÇÃO "D"
- INSTRUTOR
- INSTRUTOR QUEDA LIVRE ACELERADA
- EXAMINADOR QUEDA LIVRE ACELERADA
- PILOTO TANDEM
- INSTRUTOR TANDEM
- EXAMINADOR TANDEM
- DOBRADOR
- TÉCNICO DE MANUTENÇÃO

### REQUISITOS E PRERROGATIVAS DAS QUALIFICAÇÕES

#### 5- Paraquedista Desportivo “Elementar”

##### REQUISITOS:



## **FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO**

5.1) Ter frequentado um curso de paraquedismo em Escola reconhecida pela FPPq.

5.2) Ter efectuado pelo menos 4 (quatro) saltos.

### **PRERROGATIVAS:**

5.3) Efectuar saltos sob responsabilidade de uma Escola reconhecida pela FPPq.

### **6- Paraquedista desportivo qualificação” A**

#### **REQUISITOS:**

6.1) Possuir uma Licença de Paraquedista Desportivo Elementar.

6.2) Ter efectuado pelo menos 25 (vinte e cinco ) saltos de abertura manual dos quais pelo menos 10 (dez) com um retardo superior a 30 (trinta) segundos.

6.3) Ter demonstrado capacidade para dobrar o seu próprio paraquedas.

6.4) Ter efectuado pelo menos 5 (cinco) saltos com aterragem a menos de 20 (vinte) metros de um alvo pré estabelecido, sendo o ponto de saída por si escolhido.

6.5) Ter demonstrado capacidade de manter durante a queda livre uma direcção e efectuar voltas de 360° para ambos os lados.

6.6) Ter sido aprovado num exame escrito e prático por um instrutor reconhecido pela FPPq.

#### **PRERROGATIVAS:**

6.7) Efectuar saltos sob supervisão de um praticante que possua uma Qualificação “C” ou superior.

### **7- Paraquedista Desportivo Qualificação “B”**

#### **REQUISITOS:**

7.1) Possuir uma Licença de Paraquedista Desportivo Qualificação “A”

7.2) Ter efectuado pelo menos 50 (cinquenta) saltos de abertura manual, com o mínimo de 30 (trinta) minutos de Queda Livre.

7.3) Ter participado em pelo menos 5 (cinco) saltos de voo relativo em formações de pelo menos 4 (quatro) elementos ou efectuar uma série de estilo completa em menos de 18 (dezoito) segundos.

7.4) Ter conhecimentos e treino para efectuar saltos para a água.

7.5) Ter sido aprovado num exame escrito e prático por um instrutor reconhecido pela FPPq.

#### **PRERROGATIVAS:**

7.6) Efectuar saltos sem supervisão de outro praticante.

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

7.7) Largar outros Paraquedistas possuidores de Licença válida.

7.8) Efectuar saltos fora de uma zona de Paraquedismo homologadas pela FPPq. sob supervisão de um praticante possuidor de qualificação superior.

7.9) Efectuar saltos nocturnos e para a água.

7.10) Participar em competições.

## **8- Paraquedista Desportivo Qualificação “C”**

REQUISITOS:

8.1) Possuir uma Licença de Paraquedista Desportivo Qualificação “B”

8.2) Ter efectuado pelo menos 200 (duzentos) saltos de abertura manual, com o mínimo de 60 (sessenta) minutos de Queda Livre.

8.3) Ter participado pelo menos em 50 (cinquenta) saltos de voo relativo, 10 (dez) dos quais em formações de pelo menos 4 (quatro) elementos, ou efectuar uma série de estilo em menos de 15 (quinze) segundos.

8.4) Ter conhecimentos e treino para efectuar saltos nocturnos.

### **PRERROGATIVAS**

8.5) Supervisionar os saltos de outros paraquedistas.

8.6) Largar alunos e outros paraquedistas possuidores de Licença válida.

8.7) Efectuar saltos fora de uma zona de Paraquedismo homologada pela FPPq.

8.8) Participar em competições.

## **9- Paraquedista desportivo qualificação “D”**

REQUISITOS:

9.1) Possuir uma Licença de Paraquedista Desportivo Qualificação “C”

9.2) Ter efectuado pelo menos 500 (quinhentos) saltos de abertura manual, com o mínimo 180 (cento e oitenta) minutos de Queda Livre.

9.3) Ter participado em pelo menos 100 (cem) saltos de voo relativo, em formações no mínimo de 4 (quatro) elementos com a execução de pelo menos 4 (quatro) pontos, ou efectuar uma sequência de manobras individuais (looping à retaguarda, looping à frente, volta esquerda, volta direita, tornneux esquerdo e tornneux direito) em menos de 18 (dezoito) segundos.

9.4) Ter efectuado pelo menos 2 (dois) saltos nocturnos.

9.5) Ter sido aprovado num exame escrito e prático por um instrutor reconhecido pela FPPq.

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

## PRERROGATIVAS.

- 9.6) Supervisionar os saltos de outros praticantes incluindo alunos.
- 9.7) Participar em cursos de formação de Instrutores.
- 9.8) Participar como formador em cursos de iniciação ao Paraquedismo.

### **10- Qualificação de “Instrutor”**

#### REQUISITOS:

- 10.1) Possuir uma licença de Paraquedista Desportivo Qualificação “D”.
- 10.2 Ter participado como formador em pelo menos 4 (quatro) cursos de Iniciação ao Paraquedismo.
- 10.3) Ter aproveitamento na avaliação das matérias do Curso, ministrado pela FPPq., sob proposta do Clube, Escola ou Associação.
- 4) Ter a idade mínima de 23 anos e a escolaridade obrigatória.

#### **PRERROGATIVAS**

- 10.5) Ser responsável por cursos de iniciação ao Paraquedismo.
- 10.6) Propor a emissão de Licenças de paraquedismo Desportivo e respectivas Qualificações.
- 10.7) Assumir funções de Director Técnico em Escolas, Clubes ou Associações de Paraquedismo.

#### **MANUTENÇÃO DA LICENÇA**

- 10.8) Para que a Licença se mantenha válida, tem de ministrar pelo menos dois cursos de iniciação ao paraquedismo nos últimos 12 (doze) meses e frequentar a reunião anual de Instrutores.
- 10.9) Se o ponto anterior não for cumprido, o instrutor perde a Qualificação, só lhe sendo atribuída novamente, depois de exame efectuado pelo DTN por proposta da Escola a que o instrutor pertence.

### **11- Qualificação Instrutor de Queda Livre Acelerada (QLA).**

#### REQUISITOS:

- 11.1) Possuir uma Licença de Paraquedismo Desportivo Qualificação Instrutor.
- 11.2) Ter participado como formador em pelo menos 2 (dois) cursos de Iniciação QLA.
- 11.3) Ter frequentado com aproveitamento um curso de QLA, reconhecido pela FPPq., ou possuir um Certificado de Instrutor QLA passado pela Entidade Militar Nacional.

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

## **MANUTENÇÃO DA LICENÇA.**

11.4) A Licença de Instrutor de QLA é válida por um ano.

11.5) Para manutenção da Licença deve ter efectuado pelo menos 10 (dez) saltos como instrutor QLA nos últimos 12 (doze) meses, e frequentar a reunião anual de Instrutores.

11.6-Em caso de caducidade da Licença de Instrutor de QLA poderá ser requerida a sua revalidação à FPPq., sendo o mesmo submetido a um exame prático sob control do Director Técnico Nacional a efectuar por um instrutor QLA com Licença Válida.

## **PRERROGATIVAS:**

11.7) Ser responsável por cursos de Queda Livre Acelerada.

11.8) Propor a Emissão de Licenças de Instruendos de QLA.

## **12- Qualificação "Piloto Tandem".**

### **REQUISITOS:**

12.1) Possuir uma Licença de Paraquedista Desportivo Qualificação "D".

12.2) Possuir 750 (setecentos e cinquenta) saltos de abertura manual.

12.3) Possuir Certificado de Piloto Tandem passado pelo fabricante do equipamento ou por uma Entidade reconhecida pela FAI:

12.4) Ser submetido a exame prático, por examinador de Tandem, nomeado pela Federação.

12.5) Ter idade mínima de 21 (vinte e um) anos e 3 (três) anos como praticante.

## **MANUTENÇÃO DA LICENÇA.**

12.5) A Licença de Piloto tandem é válida por um ano.

12.6) Para manutenção da Licença de Piloto tandem deve ter efectuado pelo menos 8 (oito) saltos de Tandem nos últimos 12 (doze) meses, da validade da Licença.

12.7) Ter efectuado pelo menos 50 (cinquenta) saltos de abertura manual nos últimos 12 (doze) meses.

12.8) Em caso de caducidade da Licença de Piloto Tandem poderá ser requerida a sua revalidação à FPPq., sendo o mesmo submetido a um exame prático, sob control do DTN, a efectuar por um instrutor Tandem com licença válida.

### **PRERROGATIVAS.**

12.9) Efectuar saltos de Tandem com Equipamento Homologado pelo fabricante ou por Entidade reconhecida pela FAI.

## **13- Qualificação "Instrutor Tandem"**

### **REQUISITOS:**

13.1) Possuir uma Licença de Paraquedista Desportivo Qualificação Instrutor

13.2) Possuir uma Qualificação Piloto Tandem há pelo menos um ano.

## **FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO**

13.3) Possuir um certificado de Instrutor Tandem passado pelo fabricante do equipamento ou por uma entidade reconhecida pela FAI.

### **MANUTENÇÃO DA LICENÇA.**

13.4) A Licença de Instrutor de Tandem é válida por um ano.

13.5) Para manutenção da Licença de Instrutor Tandem deve ter efectuado pelo menos 10 (dez) saltos de Tandem nos últimos 12 (doze) meses da validade da Licença.

13.6) Ter efectuado pelo menos 50 (cinquenta) saltos de abertura manual nos últimos 12 (doze) meses.

13.7) Em caso de caducidade da Licença de Instrutor Tandem deverá a mesma ser revalidada de acordo com os critérios do fabricante, ou entidade reconhecida pelo mesmo.

### **PRERROGATIVAS.**

13.8) Efectuar Saltos de Tandem como método de Instrução de Paraquedismo, curso QLA com equipamento de duplo comando, Homologado pelo fabricante, ou entidade reconhecida pelo mesmo.

## **14-EXAMINADOR TANDEM**

### **REQUISITOS:**

14.1) Possuir uma Qualificação Instrutor Tandem à pelo menos um ano.

14.2) Possuir um certificado de Examinador Tandem passado pelo fabricante do equipamento ou por uma entidade reconhecida pela FAI.

### **MANUTENÇÃO DA LICENÇA.**

14.3) a Licença de Examinador Tandem é válida por um ano.

14.4) Para manutenção da Licença de Examinador Tandem deve ter efectuado pelo menos 10 (dez) saltos de Tandem nos últimos 12 (doze) meses da validade da Licença.

14.5) Ter efectuado pelo menos 60 (sessenta) saltos de abertura manual nos últimos 12 (doze) meses.

14.6) Em caso de caducidade da Licença de Examinador Tandem deverá a mesma ser revalidada de acordo com os critérios do fabricante, ou entidade reconhecida pelo mesmo.

### **PRERROGATIVAS.**

14.7) Efectuar saltos de tandem como método de Instrução de Paraquedismo, com Equipamento de duplo comando, Homologado pelo fabricante, ou entidade reconhecida pelo mesmo. Formar pilotos tandem e instrutores tandem com aprovação do fabricante.

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

## 15 - QUALIFICAÇÃO DOBRADOR

### REQUISITOS

**15.1** Ser proposto a exame por uma Escola, Clube ou Associação.

**15.2** Passar no exame prático a efectuar sob supervisão do DTN.

### **MANUTENÇÃO DA LICENÇA**

**15.3** Dobrar no mínimo anualmente 6 (seis) paraquedas de reserva.

**15.4** Proceder a inspecção técnica no mínimo a 6 (seis) equipamentos por ano.

**15.5** Em caso de caducidade da licença de dobrador, poderá ser requerida a sua revalidação á FPPq., sendo o mesmo submetido a um exame prático sob control do DTN.

### **PRERROGATIVAS.**

**15.6** Dobrar paraquedas de reserva.

**15.7** Dobrar paraquedas principais.

**15.8** Proceder a inspecção técnica de equipamentos utilizados no âmbito do Paraquedismo Desportivo.

### **MANUTENÇÃO DE REGISTOS**

**15.9** O dobrador deverá manter de forma adequada registos da inspecção técnica e dobragem de reservas por um período mínimo de 1 (um) ano.

**15.10** Esse registo deverá conter as referências dos equipamentos, o local onde foi efectuada a dobragem e a identificação do proprietário.

**15.11** A cada dobrador será atribuído um número pela Federação, o qual deverá mandar cunhar num selo a instalar nos Paraquedas que dobrar.

## **16-QUALIFICAÇÃO DE TÉCNICO DE MANUTENÇÃO.**

### **REQUISITOS**

**16.1** A Qualificação de Técnico de Manutenção é atribuída pela FPPq. no enquadramento das qualificações atribuídas pela mesma, com o objectivo de certificar

Técnicos de Manutenção e reparação de Paraquedas, seus componentes e acessórios.

## **FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO**

**16.2** São condições necessárias para obtenção desta qualificação, ter passado com aproveitamento na totalidade dos testes teóricos e práticos, inerentes ao curriculum do curso aprovado e estabelecido pela FPPq.

**16.3** A FPPq. pode atribuir por equivalência, ou reconhecer a Qualificação de Técnico de Manutenção proveniente de Entidades Militares Nacionais e Organismos Estrangeiros, bem como, fabricantes de equipamentos usados na prática do Paraquedismo Desportivo.

### **PRERROGATIVAS**

**16.4** Um Técnico de Manutenção qualificado pela FPPq., está capacitado no âmbito das actividades do Paraquedismo Desportivo a executar as seguintes tarefas:

- A- Inspeccionar, montar e dobrar Paraquedas de reserva, e calotes principais.
- B- Inspeccionar, certificar como utilizável, conjuntos arnês, contentor.
- C- Instruir outros Paraquedistas, ou alunos Paraquedistas na dobragem de Paraquedas principais.
- D- Executar manutenção e reparação de conjuntos de Paraquedas, seus componentes e acessórios, em conformidade com as instruções do fabricante e as normas comuns em uso nesta indústria.

### **MANUTENÇÃO DA LICENÇA**

**16.5** Na execução das suas tarefas o Técnico de Manutenção deve dispor de meios próprios ou disponibilizados por um Clube, Escola ou Associação, os quais deve incluir:

- a) Uma área mínima adequada para manutenção e dobragem.
- b) Ferramentas necessárias á execução das tarefas pretendidas.
- c) Manuais específicos dos equipamentos a tratar bem como a informação técnica necessária á execução das acções de manutenção.
- d) No âmbito das suas tarefas o Técnico de Manutenção deve manter o registo das dobragens, manutenção e reparação dos equipamentos, por um período mínimo de 12 (doze) meses.
- e) Este registo deve incluir no mínimo, modelo, marca, tipo e número de série do equipamento reparado, trabalho específico executado, local e data de execução, nome e endereço do proprietário, ou utilizador do equipamento.

## **CAPÍTULO IV**

### **NORMAS SOBRE EQUIPAMENTOS DE PARAQUEDISMO**

#### **01- INTRODUÇÃO**

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

Este capítulo dá orientação no que respeita aos requisitos e utilização de paraquedas e equipamento acessório, utilizado em paraquedismo.

## Estas normas incluem:

- a) Regras da Federação Portuguesa de Paraquedismo.
- b) Descrição do equipamento.
- c) Procedimentos de treino.
- d) Dobragem.
- e) Reparações e alterações.

## 02- Objectivos.

- A- Estes conselhos têm como objectivo servir de linha de orientação para todos os utilizadores de equipamentos de paraquedismo e para todos os envolvidos no uso e desenvolvimento de equipamentos e procedimentos de treino com alunos.
- B- Aplicam-se a todos os paraquedistas, independentemente da sua experiência, capacidade ou tipo de equipamento, a não ser nos casos em que a orientação esteja destinada especificamente a alunos.
- C- Os paraquedas não devem ser alugados ou emprestados a pessoas não qualificadas para com eles saltarem, ou a pessoas cujos conhecimentos se ignorem.  
A utilização de equipamento desconhecido (emprestado, novo etc.) sem a devida preparação, tem sido factor de muitos acidentes.

## 03-Federação Portuguesa de Paraquedismo (FPPq.)

- A- O desenho, manutenção e alterações de equipamento de paraquedismo terão de estar em concordância com as regras dos respectivos fabricantes, e será objectivo de futura regulamentação por parte da FPPq.

### Estas regras deverão abranger as seguintes áreas:

- . Certificado de técnicos de manutenção.
- . Regras do ar.
- . Saltos em paraquedas.
- . Equipamento - manutenção e alterações.
- B- A aprovação de paraquedas é dada aos fabricantes, sob forma de ordens Técnicas, e variam de País para País.
- C- A forma de obtenção destas ordens Técnicas estará especificada na regulamentação do País fabricante.
- D- Alterações a paraquedas aprovados podem ser efectuadas desde que de acordo com a consulta aos respectivos fabricantes. Estas só poderão ser realizadas por técnicos reconhecidos pela FPPq. em Portugal, ou nos representantes legais dos fabricantes, quando por estes reconhecidos.
- E- A FPPq. determina que todos os paraquedistas usem um arnês próprio, dois paraquedas, sendo um deles o principal e outro o de reserva ou emergência, quando em actividade de paraquedismo.



## FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

No caso de equipamento para saltos Tandem, para além dos paraquedas atrás referidos, devem o piloto e o passageiro estar munidos de um arnês cada.

### 04- Equipamento para Alunos.

Há algumas considerações especiais nos equipamentos utilizados por alunos.

- A- Mudanças de tipo de equipamento devem ser evitadas ou minimizadas, durante o treino de alunos. Quando houver lugar a uma mudança do tipo de equipamento, deve ser dado treino adequado.
- B- Os equipamentos para alunos devem ser cuidadosamente tratados.
- C- Aos alunos deve ser fornecido material com equipamento adicional de segurança.
- D- Desde o início, um aluno deve ser ensinado a ser disciplinado e responder rapidamente a situações de emergência.
- E- Equipamentos de emergência devem ser do tipo que só possam ser usados em situações de emergência, caso os alunos falhem aos procedimentos de emergência por si sós.
- F- Um sistema de abertura automática é obrigatório para todos os alunos, o qual inicia a abertura do paraquedas de reserva.
- G- Um sistema de activação do paraquedas de reserva através das tiras de suspensão, (RSL/LORD), actua no reserva na sequência de um corte de suspensão.  
Este sistema é obrigatório ser utilizado em paraquedas para alunos.
- H- Para todos os alunos é obrigatório o uso de paraquedas tipo ASA, de tamanho suficientemente grande, fácil de manobrar e apropriado para o peso do paraquedista.
- I- Um altímetro em posição bem legível é obrigatório, ajuizar da altitude e efectuar os procedimentos de controle da calote em segurança.
- J- Altímetros audíveis só devem ser usados após o aluno ter a noção de altitude.

### 06- Paraquedas de Reserva.

- A- Todos os paraquedistas têm que utilizar um paraquedas de reserva tipo manobrável.
- B- A FPPq. exige que o conjunto do paraquedas de reserva tenha arnês, invólucro, calote, tiras de suspensão, piloto extractor, sistema de abertura e punho.
- C- Um paraquedas de reserva deve ter uma razão de descida que não exceda 18 (dezoito) pés por segundo. De qualquer modo não pode exceder a razão de 25 (vinte e cinco) pés por segundo ao nível do mar.

D - O peso máximo suspenso, anunciado pelo fabricante, nunca deve ser excedido num paraquedas de reserva.

### 07- Paraquedas principal.

- A- O paraquedas principal não carece de aprovação por parte da FPPq, no entanto qualquer alteração deverá reger-se pelas normas em vigor pelos fabricantes. Os paraquedistas que pesem mais de 100kg de peso devem observar cuidadosamente a capacidade do paraquedas com que irão saltar.

### 08- Arnês.

- A- O arnês deverá ser aprovado pelo fabricante.
- B- As ligações do reserva deverão resistir a um esforço de pelo menos 1.500Kgs peso.

## FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

C- Todas as extremidades das tiras dos arneses devem estar dobradas e cosidas, de modo a evitar que os mesmos se escapem durante o salto.

D- Os arneses devem possuir sistemas de libertação da calote principal, de operação fácil.

### 09-Punhos.

A- Seria desejável que a industria produtora de paraquedas standardizasse a localização de todos os controles operacionais.

B- A mudança de localização de um punho, requer um treino adequado no solo, seguido de um salto de familiarização.

C- A traqueia deve estar presa ao arnês, na parte final da mesma.

D- Batentes para cabos de punho de reserva são PROIBIDOS, pois o seu uso pode dar origem a incidentes.

### 10- Dispositivo de Desenvolvimento.

Um destes dispositivos deve ser utilizado para reduzir o choque de abertura e controlar a mesma.

### 11- Piloto Reserva.

Os sistemas dos reservas usam um determinado tipo de piloto. Este deve estar bem localizado e caso haja algum deslize, o paraquedas deverá ser de novo dobrado.

### 12- Abertura Automática.

A- A FPPq. Determina que os sistemas que podem ser utilizados são:

- Saco directo.
- Piloto assistido.

B- O sistema de saco directo é um método mais positivo, pois reduz a possibilidade de um aluno poder interferir no desenvolvimento de abertura do principal.

C- A tira extractora deve estar ligada a um ponto estrutural do avião, devidamente aprovado, e fechar por meio de corredeira.

D- As tiras extractoras devem ter comprimento que não interfira com o leme de profundidade do avião em que estiver a ser usada. Deve ter um fecho de segurança móvel pelo sistema de corredeira, ser feita de tira com resistência atracção de pelo menos 1.800 Kg. peso.

### 13- Equipamentos e Acessórios.

O uso de equipamento pessoal é determinado pelo tipo de salto, experiência do paraquedista, tempo atmosférico e condições na zona de lançamento.

#### A- Equipamento e Vestuário.

- 1- Fato de saltos, capacete, luvas, óculos e calçado apropriado, deve ser usado em cada salto.
- 2- Luvas são aconselháveis, especialmente quando a temperatura for de menos de 0 (zero) graus centígrados.
- 3- Uma faca, protegida, mas de fácil aceso, deve sempre fazer parte do equipamento.
- 4- Um capacete rígido deve ser utilizado em qualquer salto.

#### B- Instrumentos.

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

- 1- É obrigatório o uso de altímetro visual para todos os alunos.
- 2- Um altímetro audível deve ser um instrumento de ajuda.

## 14- DOBRAGENS

- A- O paraquedas principal pode ser dobrado pelo paraquedista que com ele vai saltar, desde que devidamente habilitado para o efeito, ou então supervisionado por um instrutor ou dobrador.
- B- O paraquedas de reserva só pode ser dobrado por um instrutor ou por um técnico dobrador de paraquedas, reconhecido pela FPPq. é obrigatório o registo do dobrador, com data de dobragem e número da Licença. O ciclo de dobragem dos reservas é de 365 dias (trezentos e sessenta e cinco) e é recomendável a utilização do selo de dobragem.
- C- A manutenção deverá ser feita por um técnico reconhecido pela FPPq., ou por qualquer outra pessoa, desde que a responsabilidade de um técnico qualificado.
- D- Todos aqueles que dobrarem paraquedas devem estar conhecedores dos detalhes fornecidos pelos fabricantes, recomendando o uso dos manuais de dobragem.
- E- O uso de pinos de dobragem e fecho devem ser usados apenas para este fim, e devem estar sinalizados com fita de cor berrante, ou alternativamente amarrados ao local de dobragem.
- F- Sempre que se dobra um reserva, deve ser elaborada pelo dobrador uma relação do material utilizado, conferindo-a no final da dobragem.

## 15- Reparações e Alterações.

O equipamento deve ser frequentemente inspeccionado para verificar estragos e desgastes.

As reparações e alterações nos equipamentos só podem ser efectuadas por Técnicos de Manutenção, com qualificação para tal e reconhecida pela FPPq.

## CAPÍTULO V

# NORMAS TÉCNICAS DA FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

### 01- INTRODUÇÃO

As normas técnicas, são estabelecidas como regras obrigatórias para a prática do Paraquedismo como modalidade Desportiva e segundo o princípio da política técnica da Federação Portuguesa de Paraquedismo.

Estas normas representam o modelo exigido como nível mínimo de segurança necessário de acordo com a evolução de todos os componentes que envolvam a prática do paraquedismo. Pesquisa pode ser conduzida para técnicas quando necessário, sendo criadas alterações às normas técnicas, em ordem a estabelecer base justificável para modificar os procedimentos estabelecidos.

### 02- Âmbito.

Esta secção inclui áreas fundamentais.

A- Normas Técnicas da Federação.

B- Alterações às normas Técnicas da Federação

### 03-Normas Técnicas da FPPq.

Referidos às normas técnicas e incluindo estes princípios, descrevem as práticas e condições geralmente consideradas importantes e obrigatórias para um nível mínimo de segurança.

### Finalidade.

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

A razão para as normas técnicas é a necessidade de promover a prática do paraquedismo eliminando os incidentes, tornando o paraquedismo seguro e agradável.

## **Segurança.**

É o acompanhamento e obrigatoriedade da redução dos factores de risco. Isto requiere a todo aquele que esteja envolvido na prática do paraquedismo:

- 1- Adquirir conhecimento e fazer o esforço contínuo de aperfeiçoamento desse conhecimento.
- 2- Praticar e preparar, quer o esperado quer o inesperado.
- 3- Fazer uma avaliação pessoa das capacidades das limitações.
- 4- Estar sempre alerta.
- 5- Ter sempre presente todas as opções.
- 6- Exercitar a boa avaliação das situações.
- 7- Avaliar os factores de risco.

As normas técnicas são estabelecidas pela avaliação de incidentes e identificação das suas causas. O não cumprimento das normas técnicas pode nem sempre resultar em incidente, mas muitos incidentes são o resultado do não seguimento dos procedimentos da redução desses riscos.

Todos os acidentes e incidentes decorrentes da actividade de paraquedismo devem ser obrigatoriamente participados à FPPq. por todos os Clubes, Escolas e Associações no prazo de 8 (oito) dias úteis e, em caso de acidente mortal, de imediato.

## **03- Aprovação das Normas Técnicas.**

As normas técnicas serão aprovadas em Assembleia Geral da FPPq. desde que tenham a maioria simples dos votos expressos. O DTN propõe para aprovação à Assembleia Geral as Normas Técnicas.

## **04- Alterações às Normas Técnicas da FPPq.**

As normas técnicas podem ser modificadas de tempos a tempos por proposta do Director Técnico Nacional da FPPq, de acordo com o desenvolvimento das técnicas, equipamentos, componentes envolventes do Paraquedismo ou procedimentos para documentos de excepção às normas técnicas.

A- Alterações também contribuem para o desenvolvimento de novas técnicas e métodos. As normas técnicas são definidas para estabelecer níveis de segurança para situações iguais e comuns, contudo, circunstâncias locais podem permitir alterações em alguns casos.

B- As alterações deverão ser aprovadas de igual modo que as normas técnicas.

## **05- Arquivo de Normas Técnicas.**

Os serviços da Federação Portuguesa de Paraquedismo, manterão um registo permanente de todas as normas Técnicas.

## **CAPÍTULO VI**

# **NORMAS TÉCNICAS DE SEGURANÇA**

### **01- Aplicação.**

- A- Estes procedimentos aplicam-se a todos os saltos, excepto aqueles realizados sob responsabilidade Militar e aqueles realizados por causa de emergências em voo. Concordância voluntária com estes procedimentos protegerão os melhores interesses, quer dos participantes, quer do público em geral.
- B- Um "salto" é definido como uma descida de um indivíduo para uma superfície, de uma aeronave em voo, quando usar ou tiver intenção de usar um paraquedas durante toda a parte da descida.
- C- Todos os participantes no paraquedismo deverão ser conhecedores de:
  - Regulamento Nacional de Paraquedismo da FPPq.
  - Normas Técnicas do Paraquedismo da FPPq.
  - Alterações às Normas de Paraquedismo da FPPq.
  - Recomendações da FPPq.
  - Todas as regulamentações e regras locais, Nacionais e Internacionais que estejam relacionadas com a prática do Paraquedismo.

### **2- Cumprimento das Regras Aeronáuticas.**

Nenhum salto poderá ser realizado, violando as regulamentações do INAC. Isto inclui o uso de sistemas de limitação na aeronave por todos os saltadores durante o movimento no solo, descolagem e aterragem.

### **03-Condições de Admissão.**

O candidato a paraquedista, deverá entregar no Clube reconhecido pela FPPq., os seguintes documentos:

- 1- Exame de avaliação Médico-Desportiva
- 2- Declaração de responsabilidade civil, de acordo com a FPPq. (anexo 1,2 e 3 ).
- 3- Seguro desportivo válido.
- 4- Fotocópia do Bilhete de Identidade.

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

5- Uma fotografia.

## 04- Condição de Idade.

Paraquedistas civis deverão possuir pelo menos:

- 1- A idade legal de maioridade.
- 2- 16 anos de idade, com autorização escrita paternal ou do tutor e reconhecida pelo notário.

## 05- Paraquedista Aluno.

A – Paraquedista aluno é:

- Todo aquele que não possua a Licença de Paraquedismo, Qualificação “A”
- B – Todos o aluno em instrução, estará sob directa supervisão de um instrutor pertencente a uma Escola de Paraquedismo homologada pela FPPq.
- C- Nenhum aluno poderá mudar de Escola onde iniciou a formação, salvo se a mesma entretanto for extinta ou o aluno manifestar vontade expressa de mudança.
- D- A mudança tem que ser sempre comunicada por ofício à FPPq.
- E- Todo o salto de alunos estará sob a directa supervisão de um instrutor licenciado pela FPPq., até que o aluno tenha obtido a qualificação "A", em que permita largar-se a ele próprio.
- F- Alunos frequentando o curso de Queda Livre Acelerada, nos níveis I, II e III, requerem dois instrutores de QLA licenciados pela FPPq., para acompanhar o aluno em queda-livre. Todos os saltos dos níveis IV a VII, requerem pelo menos um instrutor de QLA licenciado pela FPPq. para acompanhar o aluno em queda-livre.
- G- Nenhum aluno, poderá ser largado por um piloto em funções de Comandante da aeronave.
- H- A violação das alíneas C e D, constitui infracção disciplinar.

## 06- Ventos.

A velocidade máxima do vento no solo:

Para paraquedistas alunos são:

- 8m/s.

Para Paraquedistas qualificados:

- 11m/s

## 07- Alturas Mínimas de Abertura.

As alturas mínimas de abertura do paraquedas acima do solo são:

- A - Saltos de Tandem - 5.000Ft AGL.
- B - Saltos de Instrução de Tandem - 6.000Ft AGL
- C - Alunos Tradicionais - 3.500Ft AGL
- D - Alunos de QLA – 5.000Ft AGL.
- E - Saltadores possuidores de Licença A e B - 2.750Ft AGL.
- F - Saltadores possuidores de Licença C e D - 2.500Ft AGL.

## 08- Condições da Zona de Lançamento.

Todas as zonas de lançamento para a prática de paraquedismo requerem homologação prévia da FPPq.

Áreas usadas para paraquedismo deverão ser desobstruídas, com as seguintes distâncias radiais mínimas ao perigo mais próximo:

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

- 1- Alunos-100 metros.
- 2- Licença A-100 metros.
- 3- Licença B- 50 metros.

4- Licença C- 50 metros.

5 - Licença D- sem limites, sendo da responsabilidade do instrutor o reconhecimento da zona de lançamento.

Perigos são os obstáculos que cubram uma área maior que 3000 metros quadrados, tais como linhas de telefone ou electricidade, torres, edifícios, superfícies de água, estradas, automóveis e árvores.

É obrigatório a comunicação terra-ar (ex.: rádio, painéis, fumos, luzes), presente na zona de lançamento durante a operação da mesma.

## 09- Condições Pré-salto.

Deverão ser determinadas as condições de vento no solo e em altitude, antes do início de qualquer salto em paraquedas.

## 10- Saltos Especiais.

A- Saltos nocturnos, para a água, com oxigénio, e de demonstração deverão ser realizados somente de acordo com as respectivas recomendações da FPPq, e sob a autorização desta.

B- Saltos de corte de suspensão pré-planeados, só poderão ser executados por saltadores possuidores da Licença de Paraquedismo Qualificação "D" válida da FPPq.

C- Recordes Nacionais – Classe de Recordes

### Recordes em Competição

- Precisão de Aterragem
- Estilo
- Voo de Formação (4 e 8)
- Voo de Formação de Calotes
- SkySurf
- Freefly

### Recordes de Performance

- Precisão de Aterragem
- Altitude
- Maiores Formações (Voo de Formação, Voo de Formação de Calotes e Freeflying)
- Pilotagem de Calotes

## Regras Gerais

Todos os recordes têm de ser efectuados seguindo as Regras de Competição da FAI - IPC e da Section 5 do FAI Sporting Code (SC 5 Chapter 3).

Todos os participantes deverão possuir uma Licença válida da FPPq., e estarem dentro das condições previstas para representarem Portugal nas Competições Internacionais.

Os Recordes de Competição terão que ser julgados por um Painel de Juizes, conforme os Regulamentos Nacionais.



## FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

Os Recordes de Performance serão certificados por um Juiz Nacional assessorado por Técnicos julgados convenientes.

A FPPq., irá manter um registo de todos os recordes certificados por um Juiz e Homologado pelo Director Técnico Nacional.

### 11- Equipamento de Paraquedismo.

Cada saltador terá que estar equipado com:

- 1- Equipamento de flutuação, quando intencionalmente o ponto de saída á abertura do saltador é dentro de 1Km de uma superfície de água.
- 2- Um sistema de iluminação do altímetro e de uma segunda fonte luminosa de presença, quando execute saltos nocturnos.

Cada aluno paraquedista é para ser equipado com o seguinte equipamento até que obtenha a Qualificação "A".

- 1- Capacete rígido (excepto aluno de Tandem).
- 2- Um sistema de contentores nas costas que inclua um sistema de libertação de calote por um ponto único e um sistema de ligação de abertura de reserva por tira estática.
- 3- Um altímetro acessível e visível.
- 4- Um dispositivo de abertura automática.
- 5- Uma calote asa como principal, apropriada para alunos.
- 6- Uma calote de reserva manobrável, apropriada ao peso do aluno.
- 7- É obrigatório o uso de dispositivo de abertura automática no Tandem, aplicável e aprovado pelo fabricante.
- 8- É obrigatório o seguro de passageiro Tandem.

Para saltos de QLA:

Cada instrutor de QLA terá que estar equipado com um altímetro acessível e visível.

### 12- Equipamento Especial em Altitude, Oxigénio Suplementar.

É obrigatório o uso de oxigénio suplementar na aeronave aos saltos realizados acima de 15.000Ft (MLS), e deverão ser realizados de acordo com a recomendação da FPPq.

### 13- Recomendações sobre utilização de Paraquedas Rápidos (Asa Principal Reserva).

## ESCOLHA E UTILIZAÇÃO DA ASA PRINCIPAL

1- Existem no mercado variadíssimas asas principais para todas as disciplinas deste desporto, podendo ser agrupados do seguinte modo:

- Treino de Alunos
- Manobras em queda Livre (Relativo, Estilo, Disciplinas Artísticas)
- Precisão de aterragem
- Trabalho relativo calotes
- Saltos Tandem

2 -A escolha da asa principal está directamente relacionada com o tipo de saltos que o seu utilizador normalmente faz. Para o mesmo tipo de asa existem diferentes tamanhos ou áreas que devem condizer com o peso e performance desejada pelo seu

## **FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO**

utilizador. Não esquecer que uma grande carga alar (relação entre o peso do saltador e a superfície da asa), resulta numa grande velocidade e voltas muito rápidas.

Com o objectivo de facilitar o raciocínio por forma a que a decisão da escolha da sua asa principal recaia sobre a que melhor lhe serve, comece por elaborar uma listagem das características desejadas e ordene-as por ordem de prioridade.

Solicite um parecer técnico do seu Instrutor, este poderá ajuda-lo na sua decisão.

Faça uma reflexão sobre algumas questões:

- Qual a minha experiência como Paraquedista?
- Com que frequência salto?
- Quais as características das zonas em que habitualmente salto?
- Que tipo de salto normalmente pratico?
- O que pretendo da asa?
- Que performance procuro obter?

## **POR FIM DECIDA E DECIDA BEM**

A Federação Portuguesa de Paraquedismo, lembra que o número de incidentes na aterragem tem vindo a aumentar com o surgimento da “nova geração de asas rápidas”.

Não queira fazer só mais um salto!

Escolha a asa adequada para si e utilize-a correctamente!

Em caso de dúvida, recorra aos fabricantes, ou consulte os catálogos dos mesmos.

## **EVOLUÇÃO EM CALOTE**

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

Apresentamos em seguida, como **recomendação**, 3 (três) quadros para utilização de asas com o decorrer da evolução do saltador, tendo em atenção a relação entre o peso do mesmo e a superfície da asa.

A tabela foi elaborada, tendo em conta o peso do paraquedista mais 10 (dez) quilos do equipamento, mais o número de saltos.

26 a 100 Saltos	Peso x 2.5	Ex: 70Kg x 2.5 =	175 Pés
101 a 250 Saltos	Peso x 2.3	Ex: 70Kg x 2.3 =	160 Pés
251 a 400 Saltos	Peso x 2.1	Ex: 70Kg x 2.1 =	145 Pés
401 a 500 Saltos	Peso x 1.9	Ex: 70Kg x 1.9 =	135 Pés

26 a 100 Saltos	Peso x 2.5	Ex: 80Kg x 2.5 =	200 Pés
101 a 250 Saltos	Peso x 2.3	Ex: 80Kg x 2.3 =	185 Pés
251 a 400 Saltos	Peso x 2.1	Ex: 80Kg x 2.1 =	170 Pés
401 a 500 Saltos	Peso x 1.9	Ex: 80Kg x 1.9 =	150 Pés

26 a 100 Saltos	Peso x 2.5	Ex: 90Kg x 2.5 =	225 Pés
101 a 250 Saltos	Peso x 2.3	Ex: 90Kg x 2.3 =	205 Pés
251 a 400 Saltos	Peso x 2.1	Ex: 90Kg x 2.1 =	190 Pés
401 a 500 Saltos	Peso x 1.9	Ex: 90Kg x 1.9 =	170 Pés

Estes quadros foram aprovados na Assembleia Geral da Federação, pelos Clubes, Associações e Escolas filiadas, realizada no dia 27 de Novembro de 2004, na sede do Paraclubes Nacional "Os Boínas Verdes", em Vila Nova da Barquinha.

Foi um trabalho elaborado pelo Director Técnico Nacional (DTN), com o apoio de instrutores de vários centros de paraquedismo e fabricantes.

## ANEXO 1

### DECLARAÇÃO DE RESPONSABILIDADE CIVIL

-----Eu-----

portador do B.I.Nº-----emitido em-----/-----/----- pelo

Arquivo de Identificação de-----, ou portador do Passaporte

## FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

Nº-----, válido até-----/-----/-----, declaro por minha honra, ter

Conhecimento dos riscos que o Paraquedismo pode provocar na minha pessoa ou em terceiros-----

-----Mais declaro ainda, tomar conhecimento de que o  
-----

-----  
---

não se responsabiliza por quaisquer danos físicos ou materiais que possam ocorrer durante a instrução nos cursos de paraquedismo que me sejam ministrados pelo referido Aeroclube, bem como assim, nos posteriores saltos que através do mesmo

venha a efectuar.-----

-----,-----de 200----

-----

(Assinatura como no BI, data de emissão, Arquivo)

## ANEXO 2

### DECLARAÇÃO DE RESPONSABILIDADE CIVIL

-----Eu-----

portador do B.I.Nº-----emitido em-----/-----/----- pelo

Arquivo de Identificação de-----, ou portador do Passaporte

## FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

N.º-----, válido até-----/-----/-----, declaro por minha honra, ter

conhecimento dos riscos que o Paraquedismo pode provocar no meu filho ou em terceiros

-----

-----Mais declaro ainda, tomar conhecimento de que o -----

-----

--

não se responsabiliza por quaisquer danos físicos ou materiais que possam ocorrer durante a instrução nos cursos de paraquedismo que lhe sejam ministrados pelo referido Aeroclube, bem como assim, nos posteriores saltos que através do mesmo

venha a efectuar.-----

-----,-----de 200----

-----

(Assinatura como no BI, data de emissão, Arquivo)

### ANEXO 3

## DECLARAÇÃO DE RESPONSABILIDADE CIVIL

-----Eu-----

portador do B.I.Nº-----emitido em-----/-----/----- pelo

Arquivo de Identificação de-----, ou portador do Passaporte

N.º-----, válido até-----/-----/-----, declaro por minha honra, ter

conhecimento dos riscos que o Paraquedismo pode provocar na minha filha ou em terceiros-----

-

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

-----Mais declaro ainda, tomar conhecimento de que o  
-----

não se responsabiliza por quaisquer danos físicos ou materiais que possam ocorrer durante a instrução nos cursos de paraquedismo que lhe sejam ministrados pelo referido Aeroclube, bem como assim, nos posteriores saltos que através do mesmo

venha a efectuar.-----

-----,-----de 200----

(Assinatura como no BI, data de emissão, Arquivo)

## CAPÍTULO VII

# NORMAS TÉCNICAS SOBRE COMPETIÇÃO

### 01- Introdução.

A competição é uma parte importante do Paraquedismo como desporto. De facto, é necessário que se tenha competição para se considerar o Paraquedismo como uma modalidade desportiva. A maior parte dos paraquedistas dedicam-se à competição mais cedo ou mais tarde, no nível a que o País se situa. Assim, esta secção define como a Federação Portuguesa de Paraquedismo estrutura os aspectos relacionados com a competição desportiva, nas várias modalidades reconhecidas pela mesma.

### 02- Âmbito.

Esta secção inclui as seguintes áreas fundamentais:

- a- Competição desportiva da FPPq.
- b- Organização da competição.

### 03- Competição Desportiva da FPPq.

A prática do desporto moderno associa-se a um processo competitivo que por si só constitui uma necessidade para afirmação da modalidade, e o mesmo se aplica ao Paraquedismo. Nas suas modalidades variadas, o Paraquedismo é avaliado pelo que

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

de melhor se executa, pelo que é na competição que se tem o testemunho das capacidades e nível técnico das diversas modalidades do Paraquedismo.

## 03.01 Modalidades.

As modalidades do Paraquedismo reconhecidas pela FAI são:

### PRECISÃO DE ATERRAGEM (PA)

Modalidade individual, onde o saltador sai do avião a 2.500 Ft, abre o paraquedas e procura aterrar o mais próximo possível do disco 3 (três) cm.

- Ver regulamento FAI.

### ESTILO (E)

Modalidade individual, onde o saltador sai da aeronave a 7000 Ft, desce durante 30 segundos executando uma série de manobras no mínimo tempo possível.

- Ver regulamento FAI.

Estas duas modalidades são conhecidas como as modalidades CLÁSSICAS e normalmente são em competição realizadas para uma pontuação absoluta e conjunta.

## VOO EM FORMAÇÃO (VF)

Modalidade colectiva, executada por equipa. Esta modalidade pode ser realizada por equipas de 4 (quatro), 8 (oito) e 16 (dezasseis).

- Ver regulamento específico FAI.

## TRABALHO RELATIVO CALOTES (TRC)

Modalidade colectiva, executada por equipa. Esta modalidade pode ser realizada por equipas de 4 (quatro) e 8 (oito)

- Ver regulamento específico FAI.

## DISCIPLINAS ARTÍSTICAS

SKY SURF  
FREEFLY  
FREESTYLE

## 03.02 Tipos de Competição

À FPPq., como entidade responsável pela prática do Paraquedismo como modalidade desportiva, apresenta os mesmos tipos de competição, aos mesmos níveis que qualquer outra modalidade.

## TORNEIOS DE PARAQUEDISMO

São competições de Paraquedismo, organizados por clubes, Escolas, Associações ou outras Entidades desportivas, de acordo com as normas de segurança da FPPq. e que não obedecem a regulamento imposto nem pela FPPq. ou pela FAI, a não ser aquele que a própria organização defina, devendo o mesmo ser submetido a um parecer do Director Técnico Nacional.

# **FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO**

## **CAMPEONATO NACIONAL DE PARAQUEDISMO**

Esta competição atribui o título de Campeão Nacional de Paraquedismo e selecciona a equipa de Portugal, nas várias modalidades reconhecidas pela FAI. Estes títulos são atribuídos individualmente ou colectivamente conforme a modalidade.

Esta competição é organizada sob a supervisão da FPPq. uma vez por ano. É obrigatório o cumprimento da regulamentação FAI para realização deste tipo de competição.

Deverão realizar-se os Campeonatos Nacionais separados por modalidades conforme prevê o regulamento FAI.

### **CAMPEONATO MUNDIAL DE PARAQUEDISMO**

Esta competição tem lugar todos os anos, mas alternando as modalidades. Neste evento só pode tomar parte uma equipa por País representado, sendo seleccionada a equipa do Campeonato Nacional respectivo. Deverá a FPPq. publicar regulamentação própria para a representação Nacional:

Encontram-se também abrangidos por esta regulamentação todas as representações desportivas que sejam do nível de equipa Nacional.

(Campeonato da Europa, Campeonato Ibérico)

#### **04- Organização da Competição**

A FPPq superintende toda a competição desportiva no âmbito do Paraquedismo em Portugal, pelo que será da sua responsabilidade o planeamento e preparação atempadamente do calendário anual das competições. Para elaboração de calendário anual deve a FPPq. solicitar aos associados colectivos as propostas de candidatura para a aprovação e inseridos no calendário a ser publicado, o mais tardar, no início do ano a que diz respeito.

Assim deverá a FPPq. elaborar, o mais rápido possível, normas reguladoras da organização das competições. Nesta fase de iniciação, deve contudo ser cumprido o seguinte no que se refere ao CAMPEONATO NACIONAL DE PARAQUEDISMO:

- a- Realizar o Campeonato Nacional de Paraquedismo de acordo com a regulamentação FAI e separando totalmente as modalidades.
- b- Executar o número de saltos previstos nestes campeonatos e possuir juizes minimamente capazes de avaliar, nomeadamente na modalidade de voo de formação, para que a verdade desportiva não seja deformada.
- c- Definir local e condições de participação o mais cedo possível para que as participações possam ser encaradas com mais seriedade e antecedência por parte das equipas.

#### **05. Equipa Nacional de Paraquedismo.**

##### **05.01 Representatividade.**

A representação desportiva do País em competição de Paraquedismo a nível de equipa Nacional é da exclusiva responsabilidade e competência da FPPq.

##### **05.02 Selecção dos Competidores.**

A selecção dos competidores para integrarem a equipa Nacional de Paraquedismo far-se-á do seguinte modo:

###### a- Modalidade individual (PA)

São seleccionados os elementos pela ordem de classificação individual do 1º e seguintes no último Campeonato Nacional de Paraquedismo na modalidade respectiva. O número de elementos a seleccionar será sempre o número mínimo



## FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

necessário para se participar na competição. Será também seleccionado o número de elementos necessários para serem reservas da equipa.

### b- Modalidades colectivas (VF,TRC e DA ).

É seleccionada a equipa do Clube, Escola ou Associação vencedor do último Campeonato Nacional de Paraquedismo na modalidade respectiva. Se houver motivos impeditivos de esse Clube, Escola ou Associação participar, nomeadamente, a saída de mais de 25% dos elementos constituintes da equipa vencedora, a FPPq. seleccionará a equipa do Clube, Escola ou Associação classificada em 2º ou 3º lugar. No impedimento destas, caberá à Direcção da FPPq. e DTN. seleccionar a equipa a representá-la e ao País.

### **05.03 Chefe de Delegação.**

O chefe de delegação da equipa Nacional de Paraquedismo é da responsabilidade da FPPq., pelo que é nomeado por esta.

### **05.04 Preparação da Equipa Nacional de Paraquedismo.**

A FPPq. é responsável pela preparação das equipas representativas do País em competições Internacionais, sempre que estas sejam a nível da equipa Nacional de Paraquedismo representando o País ou a FPPq.. Em todo o caso haverá um entendimento entre a equipa e a Federação para o seu treino e modelo de representação.

### **05.05 EQUIPAMENTO E MATERIAL OBRIGATÓRIO PARA SKYSURF E FREEFLY**

- a) Arnês com sistema de abertura “BOC”, ou sistema “Pull Out”.
- b) Um sistema de abertura automática (tipo Cypres). Os sistemas FXC 12000 são proibidos para o Skysurf e Freefly.
- c) Capacete
- d) Altímetro visual
- e) Altimetro sonoro
- f) Faca
- g) Para o Skysurf as Pranchas com uma relação superfície – peso superior a 0.7 gr/cm2 devem ser equipadas com o seu próprio sistema de recuperação, um “drog” que é activado automaticamente quando for accionado o sistema de libertação da Prancha (em caso de emergência).

### **05.06 EQUIPAMENTO E MATERIAL ACONCELHÁVEL PARA SKYSURF E FREEFLY**

- a) Um segundo altímetro sonoro
- b) Um elástico de união entre as tiras de pernas, do arnês.
- c) Um sistema de abertura rápida (em caso de emergência) para os capacetes cm cameras.

### **05.07 EQUIPAMENTO E MATERIAL NÃO ACONSELHÁVEL PARA SKYSURF E FREEFLY**

**06.** O uso de dispositivos “LOR” e “Stevens” não é recomendado.

**06.** Nunca saltar com um capacete equipado com suporte para camera, sem montar a respectiva camera (normalmente o suporte é uma peça fina e afiada, que pode comprometer a segurança).

### **06. Diversos.**

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

A FPPq. regulamentará tudo o que concerne à competição, e nos casos omissos serão pontualmente analisados pela FPPq.

## CAPÍTULO VIII

### RECOMENDAÇÕES PARA TRABALHO DE RELATIVO

#### 01. Introdução.

O trabalho de relativo pode ser descrito como a manobra intencional de dois ou mais paraquedistas para se aproximarem em queda-livre.

O conceito do trabalho de relativo é o voo suave e gracioso de dois ou mais saltadores em harmonia aérea.

Colisões em queda e Formações não sucedidas podem tornar-se perigosas. A colisão de dois corpos sem voo pode causar severas injúrias ou a morte. O maior perigo em trabalho de relativo existe quando saltadores perdem de vista outros saltadores e abrem independentemente, que podem provocar a colisão de um saltador em queda-livre, com a calote aberta. Até após a abertura, existe a possibilidade de colisão entre calotes se os procedimentos correctos de segurança não forem cumpridos.

#### 02. Âmbito.

Esta secção fornece linha mestra para:

- 1- Qualificações
- 2- Treino
- 3- Procedimentos
- 4- Trabalho de relativo de noite

#### 03. Qualificações.

Antes de participar em saltos de trabalho de relativo, o saltador deve:

##### a) Retardos

Ser capaz de executar retardos de 30 (trinta) segundos em queda-livre controlada ou estar num programa de QLA aprovado.

##### b) Perícias Aéreas.

Ter demonstrado capacidade para executar:

- 1- Looping á frente e Looping á retaguarda sem perda de orientação.
- 2- Voltas alternadas de 360°.
- 3- Saídas controladas.
- 4- Deriva e afastamento, após final do trabalho.

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

5-Antes de abrir sinalizar a mesma.

## c) **Conhecimento.**

Ter demonstrado consciência da altitude e do espaço que o rodeia em queda.

## **04. Treino.**

### **a) Instrução:**

O treino inicial de T.R. deve começar o mais cedo possível, logo que o aluno atinja (obtenha) as condições acima mencionadas, para manter o aluno interessado na prática do paraquedismo, para encorajar a sua relaxação no ar, desenvolver coordenação, iniciar a participação em grupo e para encorajar o desenvolvimento de atitudes e procedimentos de segurança.

O treino de T.R. deve começar só com dois saltadores o aluno e o instrutor de T.R.

Inicialmente, o aluno deve sair primeiro com o instrutor saindo seguindo-o de perto a uma distância vertical e lateral com velocidade moderada.

A ênfase do treino deverá ser em manter o conhecimento da altitude acima do solo e da altitude de separação.

### **b) Perfil do Treino:**

O aluno deve receber instrução em posição do corpo, manobras técnicas, procedimentos standard, consciência no ar e procedimentos de segurança. Cada salto deve ser pré-planeado e ensaiado para se obter o máximo de rendimento. Cada uma das seguintes manobras de treino deverá ser praticada uma ou mais vezes até que seja executada correctamente. O T.R. não é difícil de aprender quando um aluno é ensinado correctamente. Os procedimentos aqui apresentados deverão em segurança iniciar o aluno no T.R.

### **Primeira agarragem**

O aluno faz uma saída estável e assume a posição estável e básica de queda-livre observando o instrutor. O instrutor deve ensinar o aluno a evitar a posição de deslizar à retaguarda. O instrutor deve realizar uma aproximação lenta para uma entrada limpa e segura. O aluno deve ser aconselhado que o quer agarrar “esticar os braços para agarrar” causará um deslize à retaguarda. O final do trabalho e a separação será executada a 3.500Ft (pés), fazendo volta de 180° e 3 a 4 segundos de deriva provocando um afastamento.

### **Manobras Verticais e Horizontais.**

É usado o mesmo procedimento de saída, mas o contacto não é realizado. O instrutor pára a cerca de dois metros à frente do aluno e então faz com que o aluno ajuste a posição pela sua. Eles movem-se para cima, baixo, direita e esquerda. A proximidade do instrutor permite ao aluno comparar-se com qualquer coisa e que o leva a aprender o efeito das várias posições do corpo.

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

## **Manobra de Agarragem.**

É usado o mesmo procedimento de saída, mas o instrutor coloca-se em frente do aluno a cerca de 5 metros. O aluno move-se para a frente e agarra o instrutor no local apresentado. Repetição até à separação a 3.500Fts.

## **Agarragens Agressivas.**

O instrutor sai primeiro e o aluno mergulha depois e faz a entrada no instrutor. Prática novas agarragens com voltas e looping entre as mesmas. Neste momento o aluno está apto a começar a saltar com outros e com o instrutor, gradualmente aumentando o número de participantes.

## **05. Procedimentos.**

### **Pré-planeamento do Salto**

O movimento dentro da aeronave, procedimentos de saída, manobras em queda e altitude de separação deverão ser pré-planeadas antes do salto.

### **Colisões**

Os saltadores num percurso de colisão, quer em queda livre ou sob calote, deverão voltar pela direita. A consciência permanente durante todo o salto é absolutamente necessária para evitar colisões. Quer em queda livre quer em calote, as colisões têm resultados potencialmente fatais.

### **Equipamento**

Quer o punho do principal como o do reserva devem estar protegidos.

### **Separação**

a) A altura mínima de separação deve ser:

- 1- 3.500Ft para grupos pequenos.
- 2- 4000Ft para grupos de seis ou mais saltadores.

b) Ao sinal de separação ou ao chegar á altitude de separação cada participante deve:

- 1-Rodar 180° (cento e oitenta) do centro da sua formação.
- 2-Fazer afastamento em máxima tracção (deriva).
- 3-Fazer sinal de abertura antes de abrir o paraquedas. (máxima tracção obtém mais separação que mergulho).

### **c) Abertura**

#### **1) Sinal de Abertura:**

Durante o sinal de abertura, deve olhar para baixo e para os lados para se assegurar que a área em baixo está limpa.

#### **2) Abrir e (Puxar)**

## **FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO**

O puxar deve ser precedido por um sinal distinto de abertura para avisar saltadores que poderão estar em cima.

### **3) Prioridade no Percurso.**

O saltador em baixo tem prioridade de percurso, quer em queda livre quer em calote.

### **06. Trabalho relativo Nocturno**

- a) É recomendado que o trabalho relativo nocturno seja efectuado em noite de lua cheia.
- b) Os participantes deverão usar fatos de salto brancos ou claros.
- c) Luzes:  
Deve ser usado, por qualquer paraquedista que realize um salto enter o pôr do sol e o amanhecer, uma fonte luminosa visível pelo menos em 2 (dois) Km.

1. A luz deve ser ligada desde a saída do avião, até que o saltador atinja o solo.
2. Strobe lights não são recomendadas, porque interferem com a visão nocturna. Luzes constantes são preferíveis.

## **CAPÍTULO IX**

### **RECOMENDAÇÕES PARA SALTOS NOCTURNOS**

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

## 01. INTRODUÇÃO

Para solicitar Licenças e para que sejam considerados, saltos nocturnos, são aqueles que são realizados no período entre uma hora após o pôr do sol oficial e uma hora antes do amanhecer oficial. Saltos nocturnos podem ser por desafio, educacionais e só por divertimento, mas eles requerem adicional pré treino e um aumento de cuidado na sua preparação. A considerável redução da visão cria certos problemas. Ultrapassar estes problemas é o que torna os saltos nocturnos interessantes e agradáveis. Saltos nocturnos não cria só no saltador um aumento de necessidade, mas também no piloto, largador e na equipa de apoio de solo.

## 02. Qualificações

- a) Licenças.  
Os saltadores participantes em saltos nocturnos deverão ter válida no mínimo a Licença de Paraquedista Desportivo Qualificação "B" da FPPq., em uso superior.
- b) Treino.  
Os participantes deverão assistir a um briefing e treino, 60 (sessenta) dias antes da noite intencional do salto. O treino deverá ser conduzido por um instrutor com Licença da FPPq. válida.  
O treino (incluindo a data e local) deverá ser documentado na caderneta de saltos do saltador e assinada pelo instrutor.

## 03. Equipamento Especial

- a) Uma luz visível a 2 Km.
- b) Altímetro iluminado.
- c) Óculos claros.
- d) Manifesto de saltos.
- e) O equipamento de iluminação do alvo. Este deve ser suficiente para iluminar o mesmo. As luzes podem ser de lanternas, holofotes, luzes eléctricas ou outros aparelhos. Velas, sistemas pirotécnicos ou chamas podem ser extremamente perigosos e não devem ser usados.
- f) Lanternas para verificar a calote.

## 04. Treino.

- a) Todo o saltador, apesar da sua experiência, deve participar em treino de salto nocturno para aprender ou rever:
  - 1. Técnicas para evitar a desorientação.
  - 2. Uso da luz de identificação, luz dos instrumentos e lanterna.
  - 3. Iluminação do alvo.
  - 4. Comunicação terra ar.
  - 5. Activação do paraquedas de reserva.
  - 6. Abordagem de obstáculos.
  - 7. Uso de um mapa topográfico ou fotografia com informação meteorológica apropriada com ventos em altitude e com determinação rumo de lançamento, ponto de saída e de abertura.
- b) Tal como todas as fases do paraquedismo, saltos nocturnos tornam-se seguros através de:
  - 1. Treino especial.
  - 2. Equipamento apropriado.
  - 3. Pré- planeamento.

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

4. Bom julgamento e decisão.

## 05. Procedimentos.

### a) Procedimentos gerais:

1. Cada lançamento deverá ter um responsável pela saída do avião e pela reunião após a aterragem.
2. Os saltos nocturnos são um desafio a novas situações que devem ser preparadas por causa de:
  - a) A possibilidade de desorientação.
  - b) O solo tem um novo aspecto e não existem pontos de referência fáceis.
  - c) O sentido visual é grandemente reduzido pela escuridão e pela falta de percepção. Deve-se estar familiarizado com os problemas da visão nocturna.
  - d) Os paraquedistas raramente efectuam saltos nocturnos e estão menos familiarizados e com menos proficiência quando estão em condições de novas execuções.
3. A condução de saltos nocturnos deve ser feita sob supervisão de um instrutor da FPPq., com Licença válida.
4. Os saltos nocturnos deverão ser realizados em condições meteorológicas com ventos fracos e boa visibilidade.

### b) Emergências:

Apagar as luzes indicativas do salto em caso de más condições meteorológicas ou outras condições perigosas, para indicar o cancelamento do salto. Deverá haver comunicação terra ar.

## CAPÍTULO X

### RECOMENDAÇÕES PARA SALTOS DE DEMONSTRAÇÃO

#### 01- Introdução.

Uma das finalidades da FPPq. é promover com sucesso saltos de demonstração, como parte de relações públicas para o desporto.

Estas recomendações dos saltos de demonstração, fornecem um guia e lista de verificação, sugerindo procedimentos para ajudarem os saltadores a atingirem o objectivo.

Um “salto de demonstração” também chamado salto de exibição é aquele que é feito num local fora de uma zona de saltos homologada e para benefício e entretenimento de espectadores.

#### 02. Scope (Âmbito)

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

Estas normas regulam o seguinte:

- Experiência, habilidade e responsabilidade.
- Dimensão da zona de saltos.
- Considerações técnicas.
- Seguro.

## **a) RESPONSABILIDADE:**

A responsabilidade de uma demonstração tem que ser obrigatoriamente de um saltador possuidor de Licença de instrutor válida e sob a supervisão de um Clube, Escola ou Associação de Paraquedismo.

## **b) FINALIDADE.**

Enquanto bons saltadores de demonstração são de grande valor entre a relação público e o desporto (Paraquedismo), uma demonstração pobremente ou deficientemente executada pode provocar certos prejuízos na imagem do Paraquedismo. Assim, é importante reconhecer e compreender que algumas vezes pode ser no melhor interesse do saltador individual e do Paraquedismo em geral não realizar a demonstração.

Como em todos os saltos, a segurança deve ser a primeira consideração seguindo-se que o mais importante aspecto de um salto de demonstração é aterrar na zona do alvo. Bom trabalho aéreo não é impressionante se os saltadores aterram fora.

## **c) EXPERIENCIA E HABILIDADE.**

É recomendado para saltos de demonstração que os praticantes possuam:

- Licença B para zonas abertas, sendo sempre da responsabilidade do instrutor responsável os saltadores intervenientes.
- Licença C e D sem limites, carecendo sempre do reconhecimento da zona de salto, bem como do tipo de equipamento a utilizar, tipo de demonstração a efectuar e experiência dos saltadores

- 1- Ter efectuado pelo menos 40 (quarenta) saltos nos últimos 12 (doze) meses.
- 2- Ter no mínimo 80 (oitenta) saltos efectuados com a calote a utilizar na Demonstração (DMT) ou ser portador de uma calote de área superior.
- 3- Todos os saltadores intervenientes, devem estar conhecedores do tipo de demonstração.
- 4- O responsável deve ter consciência, quando e em que circunstâncias deve cancelar a demonstração.
- 5- As dimensões da zona onde a demonstração se vai realizar, é um factor importante para a efectivação ou cancelamento da demonstração.
- 6- Deve o responsável determinar alturas de abertura, saídas, tendo em consideração, peso dos saltadores, tipo de paraquedas utilizados, eventualmente bandeiras transportadas.
- 7- Fazer um Briefing dos obstáculos existentes nas imediações da zona de aterragem, tendo em especial atenção, uma boa identificação da zona, local de saída em relação ao solo.
- 8- Ter em consideração que a velocidade do vento prevista deve ser respeitada, podendo ter em consideração o tipo de Paraquedas.
- 9- Lembra-se que os ventos para demonstração são de 9m/s como limites de vento ao nível do solo.



# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

## d) SINAIS NO SOLO.

1- A comunicação terra ar é obrigatória: via rádio, telas, fumos ou manga.

## e) SPEAKER (COMENTADOR)

A descrição de um salto de demonstração deverá ser explicada por um saltador experiente, e que tenha conhecimento do evento, num sistema de aparelhagem sonora, pois a sua utilização contribui para uma demonstração de qualidade.

O Speaker deve dar indicação sobre o localização da aeronave, o nome dos saltadores, fase do salto e tipo de Paraquedas. Fornecer uma informação pormenorizada em caso de abertura de um Paraquedas de reserva, ou aterragem fora da zona.

Pedir ao público que não invada a área de aterragem.

## f) CONSELHO E APROVAÇÃO

1- É necessária autorização da FPPq. Para a realização de uma demonstração, fora das zonas de salto não homologadas.

2- O Clube, Escola ou Associação é obrigada a contactar a FPPq., entidade responsável, listando o seguinte:

- Data e hora da demonstração
- Local do salto
- Instrutor responsável

## g) SEGURO

1-O seguro desportivo da FPPq. cobrirá qualquer salto feito para demonstrações, desde que o mesmo seja executado de acordo com as Normas Técnicas da FPPq.

## CAPÍTULO XI

### REGRAS BÁSICAS PARA INICIAÇÃO AO PARAQUEDISMO

#### 01- Introdução.

As regras básicas que se indicam, têm a finalidade de orientar o instrutor na área complexa de iniciação ao paraquedismo. A FPPq. definirá normas e recomendações de complemento.

Esta secção cobre informação e recomendações para o treino do 1º salto.

Há três métodos principais através dos quais uma pessoa pode dar o seu primeiro salto.

A organização desta secção aplica-se a cada método.

#### 02- Organização da Secção.

A organização desta secção cobre:

- Método de treino
- Instalações do pessoal
- Procedimento de inscrição
- Regulamento da FPPq.
- Regras de operação

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

- Equipamento
- Meteorologia
- Aeronave
- Saída
- Abertura
- Procedimentos de emergência
- Descida com Paraquedas aberto
- Aterragem
- Treino recorrente
- Debriefing

## **O3- Opções de treino.**

A maior parte dos/as candidatos/as a Paraquedistas efectua o seu primeiro salto para satisfazer a sua curiosidade, para alguns este é o seu único objectivo.

Muitos outros adoram a experiência de tal forma que querem seguir pela queda livre.

Em cada caso é necessário uma certa quantidade de conhecimentos de capacidades, de forma a oferecer segurança.

A FPPq. reconhece vários métodos de iniciação ao paraquedismo, para o primeiro salto: tira extractora, Queda Livre Acelerada e Tandem. Cada método deverá seguir o programa da FPPq.

## **A – Geral:**

Existem diversos factores que são comuns a todos os métodos. Em cada método o Paraquedista iniciado sairá de uma aeronave em voo e usará um paraquedas manobrável para chegar ao chão. Conjunto Arnês, calotes principal e reserva, ambos tipo asa.

## **D- TIRA EXTRATORA:**

Inclui uma saída individual e aterragem individual.

Este método requer ao aluno lições teóricas e práticas, durante várias horas, dependendo do número de alunos no curso. Tendo início ao começo da manhã e terminando com o primeiro salto ao fim do dia, sempre que as condições o permitam.

No dia seguinte deverá ser dada continuidade à efectivação dos restantes saltos.

Estes saltos não devem ser efectuados abaixo dos 3000Ft AGL 1000 (mil metros) a partir do nível do solo.

Quando o aluno sai do avião, a tira extractora está presa ao avião, que por sua vez vai abrir o contentor, fazer a extracção do saco interior, seguindo-se o desenvolvimento e abertura do paraquedas principal. O aluno inicia a sua descida conduzindo o seu paraquedas para a zona de aterragem.

O aluno deve estar preparado para qualquer situação de emergência.

## **C-QUEDA LIVRE ACELERADA (QLA)**

No treino QLA o aluno recebe instrução dupla em queda livre. O salto é efectuado com dois mestres de salto (Instrutores), que proporcionam a assistência directa à saída em queda livre.

Assim que o paraquedas é aberto os instrutores deixam o aluno que efectuará uma descida individual.

## FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

O aluno deve ser sempre acompanhado até à abertura.  
Este método também obriga a treino no solo antes de cada salto.

A vantagem é que o aluno vai sendo corrigido durante a queda livre.  
Os saltos em QLA são feitos pelo menos a 11.000Ft que possibilita quedas livres de mais de 40 segundos.  
Ao atingir a altitude de abertura (5.000 Ft), o aluno abre o seu próprio paraquedas.

### D-TANDEM- PROGRAMA (LAF)

O aluno equipa com um arnês suplementar que será (ancorado) à frente no arnês do Instrutor e é transportado por este, tal como um passageiro durante o salto, desde a saída até aterragem. Este método também obriga a treino no solo antes do salto.  
Os saltos são feitos pelo menos a 5000Ft (1500 metros) e devem ser feitos com um DROGUE. Paraquedas de dimensão reduzida cuja principal função é reduzir a velocidade da queda e estabilizar a posição, seguidos de um voo em calote de 4 (quatro) minutos.

Neste tipo de salto o aluno pode conduzir a calote utilizando os duplos manobradores do equipamento TANDEM.  
Com este método o aluno pode receber instrução durante a descida com paraquedas aberto e aterragem.

### 04- Regras de Segurança da FPPq.

As regras de segurança são feitas para oferecer um Paraquedismo como actividade segura. O seu cumprimento não garante um evitar total do acidente, no entanto a experiência permite dizer que o seu não cumprimento origina o acidente. Logo a observância destas regras torna as hipóteses de segurança muito maiores. Em certas circunstâncias as mesmas regras podem ser mais elásticas, permitindo uma maior tolerância.

- a) Todos os agentes ligados ao Paraquedismo devem evitar praticar queda livre até 24 (horas) depois do mergulho com garrafas de oxigénio.
- b) Drogas e Álcool. É interdito o salto sob a influência de álcool ou drogas. Os efeitos destas substâncias são ampliados pelo aumento da altitude, devido à alteração das condições atmosféricas.

#### a) Regras Básicas de Segurança. A FPPq. Requer:

1. Sistemas de abertura automática para todos os alunos, incluindo TANDEM.
2. Altímetro visível para todos os paraquedistas.
3. Sistema de flutuação quando o salto é efectuado dentro de um quilómetro e meio de um plano de água com uma profundidade superior a 1,5m
4. Capacete rígido para todos os alunos.
5. Arnês equipado com: sistema de corte de suspensão e um conjunto de calotes, principal e reserva, tipo asa.

### 05. Regras da Zona de Saltos.

Cada zona de saltos possui as suas regras específicas de operação. Cada saltador deve conhecer essas regras e os possíveis perigos nas proximidades.

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

## 06. Operacionalidade e Equipamento.

É importante que todos aqueles que fazem uma descida em paraquedas individual, compreendam o seu funcionamento e operacionalidade. A operacionalidade é dividida em três partes distintas:

**1. Activação.** O contentor é aberto por acção da tira extractora, puxar do punho ou piloto de mão

**2. Desenvolvimento.** A calote desenvolve-se e distende os cordões por acção da tira extractora e do piloto que exerce uma força de resistência, enquanto o Paraquedista continua em queda.

**3. Enchimento.** O último passo do processo da abertura consiste no enchimento da calote com ar. É este enchimento que provoca a diminuição da velocidade do Paraquedista e oferece uma aterragem segura

a) Todo o saltador deve praticar no solo com o tipo de equipamento que vai usar até estar completamente familiarizado com o seu funcionamento e operacionalidade.

b. Todo e qualquer saltador deve ser cuidadosamente inspeccionado antes de embarcar na aeronave.

## 07. Condições atmosféricas.

As regras básicas de segurança, requerem que o vento na superfície e em altitude seja indicado antes do salto. Existem métodos técnicos actualmente que nos permitem obter estas informações de vento, mas são demasiado dispendiosas para os Clubes. Nos Clubes, Escola e Associações esta informação é obtida com a medição do vento no solo e consulta aos Centros de Meteorologia.

É também usual largar uma sonda à altitude de abertura do paraquedista, podendo assim determinar a direcção e intensidade do vento na camada que poderá interferir no comportamento da calote, ter em atenção o tempo que decorre entre a largada da sonda e o lançamento dos paraquedistas.

O vento pode mudar em qualquer altura ou momento, sendo por isso importante que o saltador verifique outros indícios antes e durante o salto.

A visibilidade deve ser apropriada, tanto na vertical como na horizontal e deve ser determinada antes da saída da aeronave.

## CAPÍTULO XII

# INICIAÇÃO À QUEDA-LIVRE

### METODO PROGRESSÃO TRADICIONAL

#### 01. Introdução

Nesta secção, a informação relacionada com a acção do Aluno para executar cada perícia, baseia-se em conhecimentos teóricos que devem ser aprendidos à medida que estas perícias vão sendo realizadas, (método de aprender, executar e avançar de nível).

O modelo para cada fase, regista os objectivos de aprendizagem, objectivos de execução e conhecimentos que cada aluno deverá atingir.

Cada fase desenvolve e realiza o conhecimento e habilidade adquirida na fase anterior, assim como a execução correcta que é necessária para avançar na progressão.

Este programa encontra-se detalhado no manual da FPPq. para consulta de todos os responsáveis pela Formação.

## CURSO DE QUEDA-LIVRE ACELERADA

#### 01. Apresentação do método

Os objectivos do curso são 5 (cinco), realizados no mínimo em 7 saltos.

Os 3 (três) primeiros saltos com 2 (dois) Instrutores e os restantes com 1 (um) Instrutor.

O objectivo da QLA, pressupõe que no final do curso o aluno adquiriu habilidade para executar todas as manobras individualmente.

Os saltos devem ser efectuados a uma altura mínima de 12000 ft (3700 m), com abertura a 5000 ft (1 500m).

A passagem ao objectivo seguinte só se efectua quando o objectivo anterior for correctamente atingido.

#### 02. Objectivo do curso

## **FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO**

Formar o aluno para realizar saltos em queda livre, contemplando o equipar, embarque e subida na aeronave, saída e queda livre, abertura do paraquedas, descida e aterragem, de forma autónoma e em segurança.

### **03. Objectivos a atingir em queda livre**

- **Objectivo estabilidade**
- **Objectivo controle altimétrico**
- **Objectivo abertura do paraquedas**
- **Objectivo resolver instabilidade**
- **Objectivo saída da aeronave**

**04. Quando for requerido à Federação, uma Licença de QLA por equivalência emitida por uma Entidade Estrangeira, o seu portador, terá de ser sempre submetido a uma avaliação, por um Examinador de QLA da FPPq. qualificado para o efeito, sendo todas as despesas inerentes à mesma da responsabilidade do requerente.**

**Seguir o programa detalhado da FPPq.**

## **CURSO DE INSTRUTOR DE QUEDA LIVRE ACCELERADA**

### **01.Objectivo do curso**

Formar o aluno para ministrar cursos de QLA, de acordo com as normas estabelecidas pela FPPq.

### **02.Objectivos a atingir**

- **Objectivo ministrar a formação teórica de um curso QLA.**
- **Objectivo ministrar o programa de saltos do curso QLA.**

**Seguir o programa detalhado do curso de I-QLA FPPq.**

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

## TANDEM QUEDA LIVRE ACELERADA (QLA)

### MÉTODO DE PROGRESSÃO

#### 01. Introdução.

a) O tandem como instrução de Queda Livre Acelerada (QLA), é um programa de treino progressivo combinado o Tandem e o salto (QLA). Este método é preparado para oferecer uma diferente e individualizada instrução para qualquer Aluno.

Este método tem duas fases distintas do treino:

1ª Fase- Tandem

2ª Fase- Queda livre acompanhado por um Instrutor.

È obrigatório que o Instrutor Tandem, seja o mesmo na fase Queda Livre Acompanhada.

### PROGRAMA DE FORMAÇÃO PARA PILOTO DE TANDEM

Este programa é composto por 3 fases:

#### **1ª Fase**

Salto sózinho:

- Saída, nunca abaixo dos 7500 ft AGL
- Drog fora (até 5 seg)
- Check,s ( drog, punho principal e secundário, almofada corte suspensão, punho do reserva e RSL)
- Voltas (esquerda e direita)
- Abertura aos 6.000Ft.

Salto de ambientação (2 saltos) – cujo objectivo é o aumento dos níveis de confiança do candidato, grau de dificuldade baixo.

1º e 2º Salto com aluno (Examinador)

- Saída estável face ao vento relativo (VR)
- Drog fora (até 5 seg)
- Check,s ( drog, punho principal e secundário, almofada corte suspensão, punho do reserva e RSL)
- Abertura aos 6000 ft.
- Bom desempenho no controle de calote e aterragem.

#### **2ª Fase – 7 saltos de exercícios**

Nesta fase o examinador vai executar o número de saltos com o candidato até achar que este está apto a saltar com alunos paraquedistas com mais de 100 saltos.

**Estes saltos têm que ser todos filmados.**

Recomenda-se que execute no mínimo 4 saltos, onde testa o candidato em situações semelhantes às reais, provocando:

# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE PARAQUEDISMO

- Saída instável com joelhos à frente e braços abertos
- Saída sem drog até 10seg
- Rotações à esquerda e direita com criação de dificuldade na execução das voltas
- Situação de rotação à esquerda e direita provocada por braços ou pernas incorrectas
- Rotações de side spin (rotações laterais)
- Situações de voo instável “cavalo de pau”

Deve estar sempre presente em todos os saltos:

- Aterragem salvaguardando sempre a integridade física do aluno
- Aterragem num perímetro de +/- 50 mts
- Check,s ( drog, punho principal e secundário, almofada corte suspensão, punho do reserva e RSL) presentes em todos os saltos

No final da 2ª fase o candidato executou um total de 10 saltos, um salto sózinho e 9 com alunos. Dos 9 saltos, recomenda-se que 6 sejam com o examinador.

Finda esta fase o examinador envia relatório à FPPq onde o candidato obtém uma licença provisória e subscreve o seguro de Piloto de Tandem.

## **3ª Fase – 15 saltos com passageiros**

Nesta fase o candidato executa 15 saltos com alunos reais.

Estes saltos são executados sob a supervisão do examinador ou outro por delegação.

Após a conclusão destes, a FPPq emite a licença de Piloto de Tandem da FPPq mediante relatório final do examinador.

**Ponto único** – Quando for requerido à Federação, uma licença de Piloto Tandem por equivalência emitida por uma Entidade Estrangeira, o seu portador, terá de ser sempre submetido a uma avaliação, por um Examinador de Tandem da FPPq. qualificado para o efeito, sendo todas as despesas inerentes à mesma da responsabilidade do requerente.

**ESTE REGULAMENTO ENTRA IMEDIATAMENTE EM VIGOR A PARTIR DO DIA 27 DE MARÇO DE 2004, SUBSTITUÍNDO TOTALMENTE O ANTERIOR.**

**Évora, 27 de Março de 2004**

**Francisco Manuel Caeiro Martins  
Presidente**