

ההתאחדות הלאומית לספורט הרכיבה - עונת התחרויות 2018-19
רמה ד' מבחן מס' 1 - קל



שם הרוכב _____
שם הסוס ומספרו _____
מיקום התחרות _____
תאריך התחרות _____

תרגילים חדשים
מקצבים מאורכים; האף פאס בטרוט; החלפת רגל באוויר (יחידה) * ראשייה כפולה אפשרית*

מטרה
לזוודא שהסוס מציג יסודות נכונים, וכאשר התחיל לפתח שיווי משקל כלפי מעלה ברמה ג', עכשיו מציג שיפור ברצון לדרוך תחת הגוף, במיוחד במקצבים מאורכים. המעברים בין מקצבים מכונסים, בינוניים ומאורכים יהיו מוגדרים היטב ויבוצעו עם הרצון לדרוך תחת הגוף. הסוס יקבל את המתג באופן אמין ויראה מידה רבה יותר של סוס ישר, כיפוף, גמישות, דרך הגוף, שיווי משקל ונשיאה עצמית לעומת רמה ג'.

גודל מגרש: 40*20
זמן ממוצע: 6 דקות (מכניסה ב- A עד עצירה סופית)
ניקוד מירבי: 330

הערה: כל עבודת הטרוט היא בטרוט ישיבה אלא אם כן מצויין אחרת בתרגיל

מקריאים שימו לב: אין להקריא מה שרשום בסוגריים.

הערות	סה"כ	ניקוד	רעיון מנחה	תנועות המבחן		
	0		הרצון לדרוך תחת הגוף, נשיאה עצמית ואיכות הטרוט; מעברים מוגדרים היטב; סוס ישר וקשוב בעצירה; אי תזוזה (לפחות 3 שניות)	כנס בטרוט מכונס עצור והצדע המשך בטרוט מכונס	A X	1
	0		זוית, כיפוף ושיווי משקל; רצון לדרוך תחת הגוף ונשיאה עצמית	פנה שמאלה כתף פנימה שמאל	C H-K	2
	0		צורה וגודל המעגל; היערכות (ALIGNMENT), שטף והצלבת הרגליים; רצון לדרוך תחת הגוף ונשיאה עצמית	חצי מעגל שמאלה 10 מ' האף-פאס שמאל	K-D D-H	3
	0		זוית, כיפוף ושיווי משקל; רצון לדרוך תחת הגוף ונשיאה עצמית	כתף פנימה ימין	M-F	4
	0		צורה וגודל המעגל; היערכות (ALIGNMENT), שטף והצלבת הרגליים; רצון לדרוך תחת הגוף ונשיאה עצמית	חצי מעגל ימינה 10 מ' האף-פאס ימין	F-D D-M	5
	0		הארכה מתונה של המסגרת והצעדים; תוך רצון לדרוך תחת הגוף, אלסטיות, השהייה, סוס ישר ושיווי משקל כלפי מעלה; מפעם (Tempo) קבוע; מעברים ברורים	טרוט בינוני טרוט מכונס	H-X-F F	6
	0		עצירה ישראל וללא תזוזה; נכונות, צעדים ישרים עם ספירה נכונה; מעברים ברורים	עצור, 4 צעדים אחרנית המשך בטרוט מכונס	A	7
	0	2	אחידות; גמישות הגב; אקטיביות; כיסוי שטח (overtrack); חופשיות הכתף; התארכות לעבר המתג; מעברים ברורים	שנה כיוון, הליכה מאורכת הליכה בינונית	K-B B-M	8
	0	2	אחידות ואיכות ההליכה; אקטיביות הרגליים האחוריות; כיפוף ושטף	פנה שמאלה קצר צעד, חצי פנייה שמאלה על הרגליים האחוריות. המשך בהליכה בינונית	M H-L G	9
	0	2	אחידות ואיכות ההליכה; אקטיביות הרגליים האחוריות; כיפוף ושטף	קצר צעד, חצי פנייה שמאלה על הרגליים האחוריות המשך בהליכה בינונית פנה ימינה	M-L G H	10
	0		אחידות ואיכות ההליכה	(הליכה בינונית) MG(H)G(M)GMC		11
	0		מעבר מוגדר היטב; אחידות ונשיאה עצמית; רצון לדרוך תחת הגוף ואיכות הקנטר	קצר צעד בהליכה קנטר מכונס ימין	לפני C C	12
	0		הארכה מתונה של המסגרת והצעדים; תוך רצון לדרוך תחת הגוף, אלסטיות, השהייה, סוס ישר ושיווי משקל כלפי מעלה; מפעם (Tempo) קבוע; מעברים ברורים	קנטר בינוני קנטר מכונס	M-F F	13

14	K	מעגל ימינה 10 מ'	צורה וגודל המעגל; כיפוף; רצון לדרוך מתחת הגוף ונשיאה עצמית	0		
15	K-M	שנה כיוון, החלפת רגל באוויר בין קו מרכז ל-M	החלפה נקייה, ישרה, בשיווי משקל ובשטף; רצון לדרוך תחת הגוף, נשיאה עצמית	0		
16	H-K K	קנטר מאורך קנטר מכונס	כיסוי שטח מרובה ביותר עם הארכת המסגרת; אלסטיות, רצון לדרוך תחת הגוף, השהייה, סוס ישר ושיווי משקל כלפי מעלה	0		
17		(מעברים ב- H וב-K)	מעברים מוגדרים היטב בשמירה על מפעם (tempo) ושיווי משקל	0		
18	F	מעגל שמאלה 10 מ'	צורה וגודל המעגל; כיפוף; רצון לדרוך מתחת הגוף ונשיאה עצמית	0		
19	F-H	שנה כיוון, החלפת רגל באוויר בין קו מרכז ל-H	החלפה נקייה, ישרה, בשיווי משקל ובשטף; רצון לדרוך תחת הגוף, נשיאה עצמית	0		
20	C	טרוט מכונס	מעבר מוגדר היטב ובשיווי משקל; רצון לדרוך תחת הגוף וכינוס	0		
21	M-X-K K	טרוט מאורך טרוט מכונס	כיסוי שטח מרובה ביותר עם הארכת המסגרת; אלסטיות, רצון לדרוך תחת הגוף, השהייה, סוס ישר ושיווי משקל כלפי מעלה	0		
22	H	(מעברים ב- M וב-K)	מעברים מוגדרים היטב בשמירה על מפעם (tempo) ושיווי משקל	0		
23	A X	פנה לקו מרכז עצור והצדע	כיפוף בפניה; איכות, רצון לדרוך תחת הגוף ושיווי משקל כלפי מעלה בטרוט; מעבר מוגדר היטב; סוס קשוב וישר בעצירה; אי תזוזה (לפחות 3 שניות)	0		

עזוב את המגרש דרך A בהליכה חופשית

הערות	ניקוד כפולה סה"כ			ציונים כללים
	0	1		מקצבים (חופשיות ואחידות)
	0	2		אקטיביות (הרצון לנוע קדימה, גמישות הצעדים ELASTICITY, שחרור הגב SUPPLENESS OF BACK, הרצון לדרוך מתחת הגוף עם הרגליים INGAGEMENT OF HINDQUARTERS) האחוריות
	0	2		צייתנות (מוכנות לשיתוף פעולה WILLING COOPERATION, הרמוניה, תשומת לב וביטחון עצמי, קבלת המתג והעזרים, ישר STRAIGHTNESS, קלילות החלק הקדמי וקלות התנועה)
	0	1		ישיבה ויציבת הרוכב (ישר ALIGNMENT, יציבה POSTURE, יציבות STABILITY, איזון המשקל WEIGHT PLACEMENT, יכולת לעקוב אחרי תנועת הסוס בכל המקצבים)

ההתאחדות הלאומית לספורט הרכיבה - עונת התחרויות 2018-19
רמה ד' מבחן מס' 1 - קל



	0	1		שימוש נכון ויעיל בעזרים (בהירות CLARITY, דיוק SUBTLETY, עצמאות INDEPENDENCE, דיוק (ברכיבת המבחן)	
הערות השופט:				סיכום בניים	0
				טעויות במבחן	
				סה"כ	0
				אחוזים (מקסימום 390 נק')	0.00%
				ציונים כללים	0

חתימת השופט

שם השופט