

ההתאחדות הלאומית לספורט הרכיבה - 2015
רמה ב' מבחן מס' 3 - קשה



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

תרגילים חדשים
מעגל 10 מ' בטרוט; החלפת רגל דרך טרוט; קנטר הפוך

מטרה
לודא שהסוס מראה בסיס אימון נכון, ובנוסף לדרישות של רמה א', פיתח את כוח הדחיפה הדרוש להשגת שיווי משקל משופר, עבודה דרך הגוף (THROUGHNESS) ושומר מגע קבוע יותר עם המתג.

גודל מגרש: 60/20
זמן ממוצע: 6 דקות (מכניסה ב-A עד עצירה סופית)
ניקוד מירבי 340

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

מקריאים שימו לב: אין להקריא מה שרשום בסוגריים.

כפולה

הערות	סה"כ	ניקוד	רעיון מנחה	תנועות המבחן		
			אחידות ואיכות הטרוט; מעברים רגועים ועם נכונות; סוס ישר וקשוב בעצירה; אי תזוזה (לפחות 3 שניות)	כנס בטרוט עבודה עצור, הצדע המשך בטרוט עבודה	A X	1
			כיפוף ושיווי משקל בפניה; הארכה מתונה של המסגרת והצעד; אחידות ואיכות הטרוט; ישר (STRAIGHTNESS); מפעם (TEMPO) קבוע; מעברים ברורים ועם נכונות	פנה שמאלה שינוי כיוון, הארכת צעד בטרוט קימה או ישיבה טרוט עבודה	C H-X-F F	2
			אחידות ואיכות הטרוט; מפעם קבוע; ישר הוסוס (ALIGNMENT); שיווי משקל ושטף התנועה	כניעה לרגל לכיוון ימין	K-X	3
			סוס ישר ב-X; שינוי כיוון גמיש; אחידות ואיכות הטרוט; מפעם קבוע; ישר הוסוס (ALIGNMENT); שיווי משקל ושטף התנועה	כניעה לרגל לכיוון שמאל	X-H	4
	2		התארכות קדימה ולמטה דרך הגב לתוך מגע קל, תוך שמירה על שיווי משקל ואיכות הטרוט; כיפוף; צורה וגודל המעגל; מעברים רגועים ועם נכונות	מעגל 20 מ' ימינה בטרוט קדימה, לאפשר לסוס להתארך קדימה ולמטה לקצר מושכות טרוט עבודה	C לפני C C	5
			אחידות ואיכות הטרוט; צורה וגודל המעגל; כיפוף; שיווי משקל	מעגל 10 מ' ימינה	R	6
	2		כיפוף ושיווי משקל בפניות; מעברים ברורים ועם נכונות; סוס ישר וקשוב בעצירה; אי תזוזה	פנה ימינה עצור המשך בטרוט עבודה פנה שמאלה	B X E	7
			אחידות ואיכות הטרוט; צורה וגודל המעגל; כיפוף; שיווי משקל	מעגל 10 מ' שמאלה	V	8
			מעבר ברור ועם נכונות; אחידות ואיכות ההליכה	הליכה בינונית	A	9
	2		אחידות ואיכות ההליכות; התארכות הצעד וכיסוי שטח בהליכה המשוחררת תוך מתן חופש מוחלט לצוואר להתארך קדימה ולמטה. ישר; מעברים ברורים ועם נכונות	שינוי כיוון, הליכה משוחררת הליכה בינונית	F-S S	10
			מעברים רגועים ועם נכונות; אחידות ואיכות המקצבים; כיפוף בפניות	טרוט עבודה קנטר עבודה ימין	H C	11
			אחידות ואיכות הקנטר; צורה וגודל המעגל; כיפוף; שיווי משקל	מעגל 15 מ' ימינה	C	12
			הארכה מתונה של המסגרת והצעד; אחידות ואיכות הקנטר; ישר; מפעם (TEMPO) קבוע	הארכת צעד בקנטר	M-P	13
			מעבר ברור ועם נכונות; אחידות ואיכות הקנטר	קנטר עבודה	P	14

ההתאחדות הלאומית לספורט הרכיבה - 2015
רמה ב' מבחן מס' 3 - קשה



		2	אחידות ואיכות הקנטר; צורה וגודל הלולאה; מיצוב (POSITIONING); שיווי משקל	לולאה אחת בקנטר ימין	K-X-H	15
			מעברים רגועים ועם נכונות; אחידות ואיכות המקצבים; ישר	שינוי כיוון החלפת רגל דרך טרוט	M-X-K X	16
			אחידות ואיכות הקנטר; צורה וגודל המעגל; כיפוף; שיווי משקל	מעגל 15 מ' שמאלה	A	17
			הארכה מתונה של המסגרת והצעד; אחידות ואיכות הקנטר; ישר; מפעם (TEMPO) קבוע	הארכת צעד בקנטר	F-R	18
			מעבר ברור ועם נכונות; אחידות ואיכות הקנטר	קנטר עבודה	R	19
		2	אחידות ואיכות הקנטר; צורה וגודל הלולאה; מיצוב (POSITIONING); שיווי משקל	לולאה אחת בקנטר שמאל	H-X-K	20
			הארכה מתונה של המסגרת והצעד; אחידות ואיכות הטרוט; ישר (STRAIGHTNESS); מפעם (TEMPO) קבוע; מעברים ברורים ועם נכונות	טרוט עבודה שינוי כיוון, הארכת צעד בטרוט קימה או ישיבה טרוט עבודה	A F-X-H H	21
			כיפוף ושיווי משקל בפניה ובחצי מעגל; אחידות ואיכות הטרוט; מעבר רגוע ועם נכונות; סוס ישר וקשוב בעצירה; אי תזוזה (לפחות 3 שניות)	חצי מעגל 10 מ' ימינה פנה לקו מרכז עצור, הצדע	B X G	22

עזוב את המגרש דרך A בהליכה חופשית

הערות	ניקוד כפולה		סה"כ	ציונים כללים
	1			מקצבים (חופשיות ואחידות)
	2			אקטיביות (הרצון לנוע קדימה, גמישות הצעדים ELASTICITY, שחרור הגב SUPPLENESS OF BACK, הרצון לדרוך מתחת הגוף עם הרגליים האחוריות ENGAGEMENT OF HINDQUARTERS).
	2			צייתנות (מוכנות לשינוי פעולה WILLING COOPERATION, הרמוניה, תשומת לב וביטחון עצמי, קבלת המתג והעזרים, ישר STRAIGHTNESS, קלילות החלק הקדמי וקלות התנועה)
	1			ישיבה ויציבת הרכב (ישר ALIGNMENT), יציבה POSTURE, יציבות STABILITY, איזון המשקל WEIGHT PLACEMENT, יכולת לעקוב אחרי תנועת הסוס בכל המקצבים)
	1			שימוש נכון ויעיל בעזרים (בהירות CLARITY), דיוק SUBTLETY, עצמאות INDEPENDENCE, דיוק ברכיבת המבחן)
הערות השופט:				סיכום בניים
				טעויות במבחן (-)
				סה"כ
				אחוזים (מקסימום 340 נק)