



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

תרגילים חדשים
טרור, חצי פניה על רגליים אחוריות

מטרה
לוודא שהסוס מראה בסיס נכון, ולאחר שהשיג את מידת כוח הדחיפה הנדרשת ברמה ב', מקבל יותר משקל על הרגליים האחוריות (כינוס); נע בשיווי משקל כלפי מעלה (up hill), בעיקר במקצבים הבינוניים ואמין על המתג. נדרשת רמה גבוהה יותר של ישר, כיפוף, גמישות, throughness, שיווי משקל ונשיאה עצמית מברמה ב'.

גודל מגרש 20/60

זמן ממוצע 5:30 (מכניסה ב-A עד עצירה סופית)

ניקוד מירבי 390

כפולה

מקריאים שימו לב: אין להקריא מה שרשום בסוגריים.

הערות	סה"כ	ניקוד	רעיון מנחה	תנועות המבחן		
			הרצון לדרוך מתחת הגוף עם רגליים אחוריות, שיווי משקל כלפי מעלה ואיכות הטרוט; בעברים ברורים ובשיווי משקל; סוס ישר וקשוב בעצירה; אי תזוזה (לפחות 3 שניות)	כנס בטרוט מכונס עצור והצעד, המשך בטרוט מכונס המשך בטרוט מכונס	A x	1
			כיפוף ושיווי משקל בפניה; הארכה מתונה של המסגרת והצעדים תוך רצון לדרוך תחת הגוף, אלסטיות, השהייה, סוס ישר ובשיווי משקל כלפי מעלה	פנה ימינה שנה כיוון, טרוט בינוני טרוט מכונס	C M-V V	2
			מפעם (TEMPO) קבוע; מעברים ברורים ובשיווי משקל	(מעברים ב M ו V)		3
			זווית, כיפוף ושיווי משקל; הרצון לדרוך מתחת הגוף ואיכות הטרוט	כתף פנימה שמאל	F-B	4
			צורה וגודל של חצאי מעגלים; שינוי כיוון גמיש על קו המרכז; שיווי משקל ואיכות הטרוט	חצי מעגל שמאלה 10מ' חצי מעגל ימינה 10מ'	B-X X-E	5
		2	זווית, כיפוף ושיווי משקל; הרצון לדרוך מתחת הגוף ואיכות הטרוט	טרור ימין	E-H	6
		2	מעבר ברור ובשיווי משקל; אחידות ואיכות הצעדים הקצרים בהליכה; אקטיביות הרגליים האחוריות; כיפוף וזרימה בפניה	הליכה בינונית פנה ימינה קצר את הצעד, חצי פניה על רגליים אחוריות ימינה	C M בין H ל-G	7
		2	אחידות ואיכות הצעדים הקצרים בהליכה; אקטיביות הרגליים האחוריות; כיפוף וזרימה בפניה.	קצר את הצעד, חצי פניה על רגליים אחוריות שמאלה פנה שמאלה	G ל-M H	8
			אחידות ואיכות ההליכה	(הליכה בינונית) CMG(H)G(M)GHS		9
		2	אחידות ואיכות ההליכה; התארכות הצעד וכיסוי שטח בהליכה המשוחררת תוך מתן חופש מוחלט לצוואר להתארך קדימה ולמטה. ישר; זרימה ושיווי משקל במעברים.	שנה כיוון, הליכה משוחררת הליכה בינונית	S-P P	10
			מעבר ברור ובשיווי משקל; איכות הטרוט	טרוט מכונס	F	11
			זווית, כיפוף ושיווי משקל; הרצון לדרוך מתחת הגוף ואיכות הטרוט	כתף פנימה ימין	K-E	12
			צורה וגודל של חצאי מעגלים; שינוי כיוון גמיש על קו המרכז; שיווי משקל ואיכות הטרוט	חצי מעגל ימינה 10מ' חצי מעגל שמאלה 10מ'	E-X X-B	13
		2	זווית, כיפוף ושיווי משקל; הרצון לדרוך מתחת הגוף ואיכות הטרוט	טרור שמאל	B-M	14
			אחידות ואיכות הקנטר; מעבר ברור ובשיווי משקל	קנטר מכונס מושכה שמאל	C	15
			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	H-V V	16
			צורה וגודל של חצי מעגל; כיפוף; אחידות ואיכות הקנטר; שיווי משקל	חצי מעגל 10מ' שמאלה, חזרה למסלול ב E	K-D	17

ההתאחדות הלאומית לספורט הרכיבה - 2015
רמה ג' מבחן מס' 2 - קשה



				קנטר הפוך חצי מעגל 20 מ' ימינה קנטר הפוך	E-S S-R R-B	18
				החלפת רגל פשוטה	B	19
				מעברים ברורים, ישרים ובשיווי משקל; איכות המקצבים	K-S S	20
				הארכה מתונה של המסגרת והצעדים תוך רצון לדרוך תחת הגוף, אלסטיות, השהייה, סוס ישר ושיווי משקל כלפי מעלה; מפעם (Tempo) קבוע; מעברים ברורים	H-G	21
				צורה וגודל של חצי מעגל; כיפוף; אחידות ואיכות הקנטר; שיווי משקל	E-V V-P P-B	22
				קנטר הפוך חצי מעגל 20 מ' שמאלה קנטר הפוך	B	23
				מעברים ברורים, ישרים ובשיווי משקל; איכות המקצבים	C H-P P	24
		2		טרוט מכונס שנה כיוון, טרוט בינוני טרוט מכונס	(מעברים ב C, H, P)	25
				מעברים ברורים ובשיווי משקל	A X	26
				כיפוף בפניה; איכות, רצון לדרוך תחת הגוף ושיווי משקל כלפי מעלה בטרוט; מעבר ברור ובשיווי משקל; סוס ישר וקשוב בעצירה; אי תזוזה(לפחות 3 שניות)		

עזוב את המגרש דרך A בהליכה חופשית

הערות	ציונים כלליים		
	ניקוד	כפולה	סה"כ
		1	
		2	
		2	
		1	
		1	
	הערות השופט:		
	סיכום בניים		
	טעויות במבחן (-)		
	סה"כ		
	אחוזים		
	(מקסימום 390 נק)		