

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



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

תרגילים חדשים
אין תרגילים חדשים

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: 60/20

זמן ממוצע: 6 דקות (מכניסה ב-A עד עצירה סופית)

ניקוד מירבי 410

מקריאים שימו לב: אין להקריא מה שרשום בסוגריים.

כפולה

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, הצדע המשך בטרוט מכונס	A X	1
			כיפוף ושיווי משקל בפניה; הארכה מתונה של מסגרת וצעדים תוך רצון לדרוך תחת הגוף, אלסטיות, השהייה, סוס ישר ובשיווי משקל כלפי מעלה	פנה שמאלה שנה כיוון, טרוט בינוני טרוט מכונס	C H-X-F F	2
			מפעם (TEMPO) קבוע; מעברים ברורים ובשיווי משקל	(מעברים ב F i H)		3
			זווית, כיפוף ושיווי משקל; הרצון לדרוך מתחת הגוף ואיכות הטרוט	כתף פנימה ימין	K-E	4
			צורה וגודל המעגל; כיפוף; איכות הטרוט; שיווי משקל	מעגל 10 מ' מינה	E	5
			זווית, כיפוף ושיווי משקל; הרצון לדרוך מתחת הגוף ואיכות הטרוט	טרזור ימין	E-H	6
			הארכה מתונה של מסגרת וצעדים תוך רצון לדרוך תחת הגוף, אלסטיות, השהייה, סוס ישר ובשיווי משקל כלפי מעלה	שנה כיוון, טרוט בינוני טרוט מכונס	M-X-K K	7
			מפעם (TEMPO) קבוע; מעברים ברורים ובשיווי משקל	(מעברים ב K i M)		8
			זווית, כיפוף ושיווי משקל; הרצון לדרוך מתחת הגוף ואיכות הטרוט	כתף פנימה שמאל	F-B	9
			צורה וגודל המעגל; כיפוף; איכות הטרוט; שיווי משקל	מעגל 10 מ' שמאלה	B	10
			זווית, כיפוף ושיווי משקל; הרצון לדרוך מתחת הגוף ואיכות הטרוט	טרזור שמאל	B-M	11
			עצירה, הליכה אחורה 3-4 צעדים המשך בהליכה בינונית		C	12
	2		אחידות ואיכות הצעדים הקצרים בהליכה; אקטיביות הרגלים האחוריות; כיפוף וזרימה בפניה	פנה שמאלה קצר את הצעד, חצי פניה על רגלים אחוריות שמאלה, המשך בהליכה בינונית	H בין - M ל G	13
	2		אחידות ואיכות הצעדים הקצרים בהליכה; אקטיביות הרגלים האחוריות; כיפוף וזרימה בפניה	קצר את הצעד, חצי פניה על רגלים אחוריות ימינה, המשך בהליכה בינונית פנה ימינה	בין - H ל G M	14
			אחידות ואיכות ההליכה	(הליכה בינונית) CHG(M)G(H)GMR		15
	2		אחידות ואיכות ההליכה; התארכות הצעד וכיסוי שטח בהליכה המשוחררת תוך מתן חופש מוחלט לצואר להתארך קדימה ולמטה. ישר; זרימה ושיווי משקל במעברים	שנה כיוון, הליכה משוחררת הליכה בינונית	R-V V	16
			אחידות ואיכות הקנטר; מעבר ברור ובשיווי משקל	קצר את הצעד בהליכה קנטר מכונס מושכה שמאל	K לפני K K	17

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



			הארכה מתונה של המסגרת והצעדים תוך רצון לדרוך תחת הגוף, אלסטיות, השהייה, סוס ישר ושיווי משקל כלפי מעלה	קנטר בינוני קנטר מכונס	F-M M	18
			מפעם (TEMPO) קבוע; מעברים ברורים ובשיווי משקל	(מעברים ב F ו M)		19
	2		אחידות, איכות ושיווי משקל של קנטר; מיצוב (POSITIONING), צורה (GEOMETRY)	עקלתון שלוש לולאות שוות, ברוחב המגרש, ללא החלפת רגל	C-A	20
	2		מעברים ברורים, ישרים ובשיווי משקל; איכות המקצבים	שנה כיוון החלפת רגל פשוטה קנטר מכונס	F-E L E-H-C-M	21
			הארכה מתונה של המסגרת והצעדים תוך רצון לדרוך תחת הגוף, אלסטיות, השהייה, סוס ישר ושיווי משקל כלפי מעלה	קנטר בינוני קנטר מכונס	M-F F	22
			מפעם (TEMPO) קבוע; מעברים ברורים ובשיווי משקל	(מעברים F ו M)		23
	2		אחידות, איכות ושיווי משקל של קנטר; מיצוב (POSITIONING), צורה (GEOMETRY)	עקלתון שלוש לולאות שוות, ברוחב המגרש, ללא החלפת רגל	A-C	24
	2		מעברים ברורים, ישרים ובשיווי משקל; איכות המקצבים	שנה כיוון החלפת רגל פשוטה קנטר מכונס	M-E I E-K	25
			מעבר ברור ובשיווי משקל; איכות הטרוט	טרוט מכונס	K	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)	פנה לקו מרכז עצור, הצדע	A X	27

עזוב את המגרש דרך A בהליכה חופשית

הערות	סה"כ	ניקוד	כפולה	ציונים כללים
		1		מקצבים (חופשיות ואחידות)
		2		אקטיביות (הרצון לנוע קדימה, גמישות הצעדים SUPPLENESS OF ELASTICITY, שחרור הגב BACK, הרצון לדרוך מתחת הגוף עם הרגליים INGAGEMENT OF (HINDQUARTERS).
		2		צייתנות (נכונות לשיתוף פעולה WILLING COOPERATION, הרמוניה, תשומת לב וביטחון עצמי, קבלת המתג והעזרים, ישר STRAIGHTNESS, קלילות החלק הקדמי וקלות התנועה)
		1		ישיבה ויציבת הרוכב (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 410 נק)