

ההתאחדות הלאומית לספורט הרכיבה - 2015  
רמה קדם א' אישי 2



שם הרוכב \_\_\_\_\_  
שם הסוס ומספרו \_\_\_\_\_  
מיקום התחרות \_\_\_\_\_  
תאריך התחרות \_\_\_\_\_

תרגילים חדשים
מעגל 20מ' בטרוט ישיבה; קנטר עבודה על המסלול

מטרה
היכרות ראשונית עם ספורט הדרסז; להראות הבנה ויכולת לרכב את הסוס קדימה, בקצב אחיד, אל תוך קשר רך ואלסטי עם ידיים יציבות ובלתי תלויות; ישיבה נכונה ובשיווי משקל; להראות יכולת לרכב צורות מדוייקות במגרש, עם כיפוף נכון בפינות ובמעגלים.

גודל מגרש: 40\*20  
זמן ממוצע: 5 דקות (מכניסה ב-A עד עצירה סופית)  
ניקוד מירבי 240

הערה: כל קטעי הטרוט הינם בטרוט קימה אלא אם כן צויין אחרת

מקריאים שימו לב: אין להקריא מה שרשום בסוגריים.

כפולה

הערות	סה"כ	ניקוד	רעיון מנחה	תנועות המבחן		
			סוס ישר על קו המרכז ובמעברים; קצב ברור בטרוט	כנס בטרוט עבודה קימה עצור דרך 3-4 צעדי הליכה, הצדע, המשך בטרוט עבודה	A X	1
			שיווי משקל וכיפוף בפניה צורה וגודל המעגל; קצב ברור בטרוט; כיפוף	פנה שמאלה מעגל 20מ' שמאלה	C E	2
			צורה וגודל המעגל; קצב ברור בטרוט ובקנטר; כיפוף	מעגל 20מ' שמאלה, מעבר לקנטר שמאל בחצי השני של המעגל קנטר עבודה	A A-F-B	3
			מעבר זורם ובשיווי משקל	(ציון על המעבר לקנטר)		4
			צורה וגודל חצי מעגל; כיפוף; קצב ברור בקנטר	חצי מעגל 20מ' שמאלה	B-E	5
			מעבר זורם ובשיווי משקל; קצב ברור בטרוט	טרוט עבודה	בין E ל K	6
			מעבר זורם ובשיווי משקל; קצב ברור בהליכה	הליכה בינונית	A	7
		2	שיחורר מוחלט של הצוואר להתארך קדימה ולמטה; קצב הליכה ברור; ישר על האלכסון; כיסוי שטח נכונות ושיווי משקל במעבר; קצב ברור בהליכה	שנה כיוון בהליכה משוחררת הליכה בינונית	F-X-H H-C	8
			מעבר זורם ובשיווי משקל; קצב ברור בטרוט	טרוט עבודה	C	9
		2	צורה וגודל המעגל; קצב ברור בטרוט	מעגל 20מ' ימינה בטרוט ישיבה	B	10
			צורה וגודל המעגל; קצב ברור בטרוט ובקנטר; כיפוף	מעגל 20מ' ימינה, מעבר לקנטר ימין בחצי השני של המעגל קנטר עבודה	A A-K-E	11
			מעבר זורם ובשיווי משקל	(ציון על המעבר לקנטר)		12
			צורה וגודל חצי מעגל; כיפוף; קצב ברור בקנטר	חצי מעגל 20מ' ימינה	E-B	13
			מעבר זורם ובשיווי משקל; קצב ברור בטרוט	טרוט עבודה	בין B ל F	14
			סוס ישר על קו המרכז; נכונות ושיווי משקל במעבר ובעצירה	פנה לקו מרכז עצור דרך 3-4 צעדי הליכה, הצדע	A X	15

עזוב את המגרש דרך A בהליכה חופשית

ההתאחדות הלאומית לספורט הרכיבה - 2015  
**רמה קדם א' אישי 2**



הערות	סה"כ	ניקוד	כפולה	ציונים כללים
		1		<b>מקצבים</b> (חופשיות ואחידות)
		1		<b>אקטיביות</b> (הרצון לנוע קדימה עם גב גמיש ומשוחרר ובקצב אחיד)
		2		<b>צייתנות</b> (קבלת קשר יציב, תשומת לב וביטחון)
		1		<b>ישיבה ויציבת הרוכב</b> (בשיווי משקל עם תנועת הסוס)
		1		<b>שימוש נכון ויעיל בעזרים</b> (כיפוף נכון והכנת מעברים)
		1		<b>צורות ודיוק</b> (גודל וצורה נכונים של מעגלים ופניות)
הערות השופט:				<b>סיכום בניים</b>
				<b>טעויות במבחן</b> ( - )
				<b>סה"כ</b>
				<b>אחוזים</b> (מקסימום 240 נק')

הנחיות: כל קטעי הטרוט הם בטרוט קימה אלא אם כן מצויין אחרת; מעברים מטרוט לקנטר ומקנטר לטרוט יכולים להעשות דרך טרוט ישיבה, בתנאי שהם נעשים בצורה זורמת וחלקה. פניות מקו המרכז לצד הארוך, ומהצד הארוך לקו המרכז יעשו בצורת חצי מעגל 10 מ', נוגעים במסלול בנקודה על הקו הקצר באמצע הדרך בין קו המרכז והפינה.

הערה: יש לרכב את הסוס בקשר קל אך יציב, חוץ מבהליכה המשוחררת שבה צריך לתת לסוס חופש מוחלט להאריך את הצוואר קדימה ולמטה.

חתימת השופט

שם השופט