



ENTRAÎNEMENT A - 100M : PERSPECTIVE DU JUGE EN C

Pour l'ensemble des épreuves – Recommandé pour l'attelage à quatre et en tandem

<p>1</p> <p>A Entrer au trot de travail X Arrêt, salut</p>	<p>2</p> <p>X Rompre au trot de travail C Piste à main gauche C-H-E-K-A Continuer au trot de travail</p>	<p>3</p> <p>A Cercle de 40m à main gauche</p>	<p>4</p> <p>A-F Continuer au trot de travail F-X-H Diagonale H-C Continuer au trot de travail</p>
<p>5</p> <p>C-M-B-F-A Trot de travail</p>	<p>6</p> <p>A Cercle de 40m à main droite A-K-E Continuer au trot de travail</p>	<p>7</p> <p>Entre E et H – transition au pas de travail H-C-M Continuer au pas de travail</p>	<p>8</p> <p>M-E Tendre la ligne du dessus au pas sur la diagonale E Pas de travail</p>
<p>9</p> <p>Entre E et K – transition au trot de travail K-A-X Continuer au trot de travail</p>	<p>10</p> <p>X Arrêt, salut</p>	<p>LÉGENDE</p> <ul style="list-style-type: none"> Arrêt Salut Trot de travail Pas de travail Tendre la ligne du dessus au pas 	

Les reprises de niveau Entraînement de l'ADS ont pour but de démontrer qu'un entraînement de base correct se met en place (rythme, détente et contact). La transition vers l'arrêt passe par le pas. La capacité de tendre la ligne du dessus, de même que l'équilibre, la rectitude et l'incurvation latérale doivent être mis en évidence.