



AT ENTRAÎNEMENT B : PERSPECTIVE DU JUGE EN C

Convient à toutes les épreuves – Carrière de moins de 40 m x 80 m

<p>1</p> <p>Échauffement libre en carrière A-F-X Trot de travail X Arrêt, salut</p>	<p>2</p> <p>X-H-C-M-B Trot de travail</p>	<p>3</p> <p>B Cercle à droite sur la largeur de la carrière</p>	<p>4</p> <p>Entre B et F transition au pas de travail F-A-K Pas de travail</p>
<p>5</p> <p>K-E Pas en allongeant l'encolure Entre E-H transition au pas de travail Entre H-C Trot de travail</p>	<p>6</p> <p>C-M-X-K Diagonale K-A-F-B Continuer au trot de travail</p>	<p>7</p> <p>B Cercle à gauche sur la largeur de la carrière</p>	<p>8</p> <p>B-M-C-H-X Trot de travail</p>
<p>9</p> <p>X Arrêt de 3 à 5 secondes</p>	<p>10</p> <p>Reculer de 2 à 4 pas Avancer au pas</p>	<p>11</p> <p>X-F-A-K Trot de travail</p>	<p>12</p> <p>K-X Continuer au trot de travail X Arrêt, salut Quitter la carrière au pas</p>

LÉGENDE

- Arrêt
- Reculer
- Salut
- Trot de travail
- Pas de travail
- Pas en allongeant l'encolure

Les reprises de niveau Entraînement de l'ADS ont pour but de démontrer qu'une base d'entraînement correcte est en train d'être acquise (rythme, décontraction et contact). La transition vers l'arrêt passe par le pas. L'équilibre, la rectitude, l'incurvation latérale et l'assouplissement longitudinal doivent être mis en évidence.