



ENTRAÎNEMENT A - 80 M : PERSPECTIVE DU JUGE EN C

Initiation au niveau Entraînement pour toutes les épreuves

<p><b>1</b></p> <p><b>A</b> Entrer au trot de travail <b>X</b> Arrêt, salut</p>	<p><b>2</b></p> <p><b>X</b> Trot de travail <b>C</b> Piste à main gauche <b>C-H-E-K-A</b> Continuer au trot de travail</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>A</b> Cercle de 40 m à gauche</p>	<p><b>4</b></p> <p><b>A-F</b> Continuer au trot de travail <b>F-X-H</b> Diagonale <b>H-C</b> Continuer au trot de travail</p>
<p><b>5</b></p> <p><b>C-M-B-F-A</b> Trot de travail</p>	<p><b>6</b></p> <p><b>A</b> Cercle de 40 m à droite <b>A-K-E</b> Continuer au trot de travail</p>	<p><b>7</b></p> <p>Entre <b>E</b> et <b>H</b> – transition au pas de travail <b>H-C-M</b> Continuer au pas de travail</p>	<p><b>8</b></p> <p><b>M-E</b> Diagonale au pas en allongeant l'encolure <b>E</b> Pas de travail</p>
<p><b>9</b></p> <p>Entre <b>E</b> et <b>K</b> – transition au trot de travail <b>K-A-X</b> Continuer au trot de travail</p>	<p><b>10</b></p> <p><b>X</b> Arrêt, salut</p>	<p><b>LÉGENDE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li> Arrêt</li> <li> Salut</li> <li> Trot de travail</li> <li> Pas de travail</li> <li> Pas en allongeant l'encolure</li> </ul>	

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.