

Bane: 20 x 40 m

Bisling: Trinse  
Trav ris i lettridning  
der ikke annet er angitt

Tid ca. 4.00 min

Maks poeng 40

Sted: .....

Dato: .....

Rytter: .....

Hest: .....

Bed.gr.	Øvelse	Veiledning
1. A X	Innridning i mellomskritt Holdt og hilsen – Fremridning i arbeidstrav	<p><u>Innriding og avslutning:</u> Rett linje inn, holdt mest mulig på punktet. Ta begge tøyler i en hånd, slipp den andre hånden ned og nikk med hodet. Ta en tøyle i hver hånd før du rir frem mest mulig direkte i trav. Hold hesten helt rett helt til du vender til høyre.</p> <p><u>Holdt:</u> Mest mulig på punktet, med hesten rett og rolig. Vis tydelige at hesten kan stå stille før du rir frem.</p> <p><u>Hjørnepasseringer og vendinger:</u> Ri hjørnet og vendingen som del av en 10 m volte med hesten litt stilt og bøyd inn. Hold hesten helt rett på alle rette linjer.</p> <p><u>Lettridning:</u> Sitt ned på utvendig diagonal, altså når hesten har utvendige forben i bakken. Vending over banen: Skift diagonal ved passering av midtlinjen. Vending gjennom banen: Skift diagonal når du når sporet.</p> <p><u>Overganger:</u> Overgangene mellom skritt og holdt og mellom skritt og trav skal være tydelige, men ikke brå.</p> <p><u>Mellomskritt:</u> Ha kontakt med hestens munn, men la hesten nikke med hodet.</p> <p><u>Fritt skritt:</u> Gi hesten full frihet, men ha nok kontakt til å kunne endre retning.</p> <p><u>Storvolte:</u> Storvolten skal være helt rund og gå helt ut til sporet ved B og E.</p>
2. C MXK	Høyre hånd Vend igjennom banen	
3. KAFB	Følg sporet	
4. BEB	Storvolte	
5. BMCH	Følg sporet	
6. HXF	Vend igjennom banen - vis nedsitting 6-8 steg over X	
7. FAKE	Følg sporet	
8. EBE	Storvolte	
9. EHC C CM	Følg sporet Overgang til mellomskritt Mellomskritt	
10. MXK	Vend igjennom banen i fritt skritt	
11. KAF FB	Ta tøylerne – mellomskritt Mellomskritt	
12. B BMCHE	Fremridning i arbeidstrav - Følg sporet	
13. EXB B BF	Vend over banen Vend til høyre Følg sporet	
14. Før F FA	Overgang til mellomskritt Mellomskritt	
15. A X	Vend rett opp Holdt – hilsning	

– Utridning i fritt skritt

## TEKNISK GJENNOMFØRING

### 1 eller to ryttere samtidig. Leier er tillatt.

Leieren går på hestens innvendige side. Leieren skal ivareta sikkerheten og ikke påvirke hesten eller rytteren. Hold alltid ca to hestelengders avstand mellom ekipasjene.

Før start går ekipasjene i mellomskritt på høyre hånd langs sporet. Når dommeren har gitt startsignal, vender ekipasjen(e) opp fra A.

Ved én rytter vender ekipasjen opp på midtlinjen og gjør holdt på X. Rytteren hilser dommeren og rir rett frem mot C.

Ved to ryttere vender begge ekipasjene opp samtidig, den første litt etter A, siste litt før A. Rytterne rir ved siden av hverandre og gjør holdt på hver sin side av X. Etter hilsen rir begge rett frem på hver sin side av midtlinjen og vender samtidig til høyre på kortsiden.

Oppvending for holdt og hilsen til slutt gjøres på samme måte.

## BEDØMMINGSPROTOKOLL – DRESSUR RLD:2 – RANGERING

Bedømmingspunkter	Karakter Skala 4-10 Desimaler 0,2	Kommentarer
<b>1. TAKT</b> (Hestens gangartskvaliteter skal ikke bedømmes) Rytters evne til å la hesten vise et taktmessig trav og et rent og aktivt skritt. Rir øvelsene uten å forstyrre hestens takt og balanse.		
<b>2. HARMONI OG KONTAKT</b> Rytterens evne til et harmonisk samspill med hesten. Rytteren utløser ikke tydelig konfliktatferd hos hesten. Hesten virker avspent og tilfreds med rytterens sits og innvirkninger.		
<b>3. RYTTERENS SITS OG HJELPERE</b> Balansert og smidig sits i både skritt og trav Mestrer både lettridning og nedsitting uten å miste balansen. Sitter ned på riktig diagonal i lettridning. Sitter loddrett over hesten sett både bakfra og fra siden. Rolige sjenkler med lave knær og hæler uten å knipe seg fast. Rolige hender korrekt plassert, og jevn kontakt med hestens munn uten å bruke tøylene til å støtte seg selv. Lykkes i øvelsene – spesielt overganger, bøyde og rette linjer, rolige holdt.		
<b>4. NØYAKTIGHET</b> Riktig bruk av banens veier. Øvelser og overganger vises på punktet og er korrekt tegnet. Hjørnepasseringer pent tegnet med hesten riktig stilt og bøyd. Hesten holdes rett på rette linjer		
<b>Sum:</b>		<b>: 4 = slutt karakter</b>
<b>Fradrag for feilridning:</b> 1 gang -0,2 p 2 gang -0,4 p 3 gang -0,8 p 4. gang eliminering		
<b>Fradrag for feil</b> Innridning ved A før startsignal er gitt -0,2 p Innridning ved A > 45 sek etter startsignal -0,2 p Feil utført hilsen -0,2 p Avvik fra antrekk som ikke gir elim -0,2 p Benbelegg -0,2 p Andre avvik fra saling/bisling/utstyr elim Avvik sporer elim Avvik sikkerhetshjelm elim		
<b>RESULTAT:</b>		

Signatur dommere.....