



HORSEATHLON®

Compétition 1* La Sagne 3 octobre 2020

● Trail monté / ● Trail mené / ● Sérénité
Catégories D3 / D2 / D1 / F3 / F2 / F1

Temps maximal 12 minutes (Catégories D),
8 minutes (Catégories F)

2 | 3

Exercices du trail monté	Idées directrices
<p>1. 3) Volte en x) au pas sur main gauche, changement de volte et départ au trot en y) Volte sur main droite jusqu'en y)</p> <p>2) Volte en x) au trot sur main gauche, changement de volte et départ au galop en y) Volte sur main droite jusqu'en y)</p> <p>1) Volte en x) au pas sur main gauche, changement de volte et départ au galop en y) Volte sur main droite jusqu'en y)</p>	<p>Ligne, fluidité, décontraction, rythme, transitions, précision</p>
<p>2. 3) Latéral de a) à b) devant la barre et retour</p> <p>2) Latéral de a) à c) par-dessus les barres et retour</p> <p>1) Latéral de a) à d) sur les barres et retour</p>	<p>Fluidité, précision, régularité, croiser, en équilibre</p>
<p>3. 3) Parallèle au portail, toucher la poignée 3 secondes</p> <p>2) Ouvrir le portail, traverser et fermer le portail</p> <p>1) Latéral depuis a) jusqu'au portail, l'ouvrir, le traverser et le refermer</p>	<p>Ligne, attention, décontraction, précision</p>
<p>4. 3) Passer le pont</p> <p>2) Passer le pont, arrêt au milieu 3 secondes</p> <p>1) Passer le pont, arrêt en b), reculer de 3 pas et ressortir en avançant</p>	<p>Fluidité, décontraction, attention, baisser la tête</p>
<p>5. 3) Passer les barres au pas de a) à b), départ au trot en b) jusqu'en c)</p> <p>2) Passer les barres au trot jusqu'en b), arrêt en b) et départ au trot jusqu'en c)</p> <p>1) Passer les barres au trot jusqu'en b), départ au galop en b) jusqu'en c)</p>	<p>Ligne, fluidité, rythme et régularité, décontraction, transitions, ne pas toucher les barres</p>
<p>6. Zone de change (Enlever la bride, mettre le licol, enlever la selle et déposer le matériel sur le porte-selle)</p>	



Exercices trail mené		Idées directrices
1.	3) Slalom autour des cônes, seulement le cheval, le meneur marche droit 2) Départ en a) au pas jusqu'en b), ¼ de tour sur les épaules, puis latéral jusqu'en c), de c) à d) au pas, ¼ de tour sur les hanches en d) et latéral jusqu'en e) 1) Départ en a) au pas jusqu'en b), ¼ de tour sur les épaules, puis latéral jusqu'en c), de c) à d) au trot, arrêt en d), ¼ de tour sur les hanches et latéral jusqu'en e)	Ligne, fluidité, arrêt, attention, décontraction
2.	3) Traverser le pont a) et b) 2) Rotation de 180° sur le pont a) et traverser le pont b) 1) Rotation de 360° sur le pont a) et traverser le pont b)	Décontraction, attention, précision, arrêt, baisser la tête
3.	3) 2) Reculer de a) à c) et sortir en c) en reculant 1) Reculer de a) à b), en b) arrêt et reculer jusqu'en c) et sortir en c)	Décontraction, attention, calme, précision, ne pas toucher
4.	3) Antérieurs sur le podium 2) Antérieurs sur le podium et demander 1/2 tour avec les hanches 1) 4 pieds sur le podium	Ligne, précision, calme, croisement
5.	3) Mettre les antérieurs dans le pneu 2) 1) Mettre les postérieurs dans le pneu	Attention, ligne, calme, précision
Sérénité		Idées directrices
1.	3) Passer le rideau 2) Passer le rideau avec arrêt au milieu 1) Passer le rideau en reculant	Confiance, attention, calme, ligne
2.	3) Passer sur le tapis 2) Passer sur le tapis, arrêt 3 secondes au milieu 1) Passer le tapis en reculant	Confiance, attention, calme, ligne, baisser la tête
3.	3) Caresser le cheval avec le balai sur une épaule 2) Idem mais sur les deux épaules 1) Caresser le cheval avec le balai en faisant le tour du cheval sans le tenir	Confiance, attention, calme, rester tranquille
4.	3) Tirer les boîtes de conserve au pas 2) Idem mais transition au trot en b) jusqu'en c) 1) Au trot en a), arrêt en b) et au trot jusqu'en c)	Attention, confiance, ligne
5.	3) 2) 1) Sortir le monstre du tonneau	Confiance, calme, décontraction