

## **Time Table - UNITA' DIDATTICA N.3 DRESSAGE 1**

**16/17/18-23/24/25 MAGGIO 2022**

**PRESSO IL CAVALIERE C.C.**

**NAPOLI**

**DOCENTE FULVIO ROSSI**

**TUTOR MAURIZIO TALARICO**

### **Scopi del Lavoro in piano**

- Bardatura con particolare attenzione al posizionamento di capezzina, filetto, sella
- Montare e smontare da cavallo
- Il rettangolo da Dressage
- Principi di base: La scala del training
- Le Andature naturali – cenni di Biomeccanica
- Le principali figure di maneggio delle riprese di livello elementare
- Le Transizioni
- L'Alt
- Il Galoppo rovescio: progressione dell'insegnamento
- La Distensione dell'incollatura
- Le flessioni – il piazzamento
- Definizione di movimenti laterali e su due piste
- La Cessione alla gamba
- Il mezzo giro sulle anche
- Posizione ed Assetto
- uso dell'assetto nella posizione seduta
- errori e correzioni
- Scuola degli aiuti
- Mani, gambe e peso del corpo
- La messa in mano
- Analisi e lavoro su riprese di dressage livello E
- Criteri e preparazione riprese libere con musica livello E
- I Campionati Giovanili ed i Trofei giovanili di specialità
- Cenni di etologia
- Lavoro del cavallo alla longia finalizzato alla messa in sella
- Conduzioni
- analisi e divisione di una unità addestrativa (ripresa di lavoro)
- esercizi per la direzione
- preparazione di una ripresa elementare
- L'agonismo: preparazione di un binomio a livello E
- Regolamenti e regolamentazioni