

ABC-LK tase koolisõidus

Mille poolest tasemed erinevad?

MIS ERISTAB TASEMEID ABC-LK?

- Ratsaniku oskustase
- Allüürid ja harjutused
- Kontakt



ST – ABC tase

(*ABC = ST + Galopp*)

Kellele mõeldud?

- Esimest hooaega võistlevad algajad
 - Ratsakooli hobuste võistlevad algajad
 - Ratsanikud, kes ei oska hobust veel stabiilselt ratsmesse saada
 - Noored ja/või “rohelised” hobused
- (ei sobi 20 x 40 maneez ega soojendus algajate lastega koos)

Ratsaniku oskustase ST-ABC



OSKUSED

- Hea tasakaal sadulas, kergendatud traavis (ja galopis)
- Lõdvestatud istak, julgus hobust edasi sõita
- Korrekne ratsme pikkus ja käte asend
- Hobune liigub edasi otse ja hea energiaga
- Tublimad saavad hakkama täisistakuga



VEAD

- Ratsanik vajub ette või liiga taha
- Pinge seljas ja õlgades, “käsipidur” peal
- Liiga pikad ratsmed, ebastabiilne käte asend
- Hobuse liikuma panek on probleem
- Täisistak, kui ratsanik pole selleks valmis

Harjutused ST-ABC



OSKUSED

- Keskmise samm, töötraav (ja töögalopp)
- Diagonaalid, 20 m ringid
- Üleminekud
- Täpsus tähtede suhtes, ringide suurus ja kuju
- Hea tasakaal nurkades



VEAD

- Ebakorrapärased allüürid
- Lopergused ja suured/väikesed ringid
- Ebatäpsused tähtede suhtes
- Liiga suured / väikesed nurgad

Kontakt ST-ABC



OSKUSED

- Pehme ja stabiilne ratsmekontakt
- Kerge asetus sissepoole ringidel, pööretes ja nurkades
- Sujuv kontakt üleminekutel
- Ei pea olema stabiilselt “ratsmes”



VEAD

- Hobuse nähtav ebamugavus kontakti suhtes
- Hobune vaatab ringidel ja pööretes väljapoole
- Vastu kätt üleminekutel
- Ratsanik tirib hobust suust
- Ratsanik hoiab tasakaalu ratsmetest

A tase

Kellele mõeldud?

- Algajad ratsanikud, kellel hobune juba küllalt stabiilselt ratsmes
- Laste klassi sisenejad (FEI Children Preliminary A)
- Noored ja/või “rohelised” hobused
- FEI 4a noorhobuste tase

Ratsaniku oskustase A



OSKUSED

- Saab hakkama täisistakus traaviga
- Korrektne istak ja käte asend
- Kerged ja sujuvad juhtimisvõtted



VEAD

- Ebapiisav tasakaal täisistakuks
- Istakuvead
- Käed ebastabiilsed või liiga kõrgel/madalal jne
- Liiga nähtavad juhtimisvõtted

Harjutused A tase



OSKUSED

- Tööallüürid + sammude venitamine traavis ja galopis
- 10 m ringid traavis ja 15 m galopis
- Täpsus



VEAD

- Ebakorrapärased allüürid
- Lopergused ja suured/väikesed ringid
- Ebatäpsused tähtede suhtes
- Liiga suured / väikesed nurgad

Kontakt A tase



OSKUSED

- Suhteliselt stabiilselt “ratsmes”
- Kerge paine sissepoole ringidel, pööretes ja nurkades
- Üleminekud läbi ratsme



VEAD

- Hobune pidevalt üle ratsme või ratsme taga
- Hobune painutatud ringidel ja pööretes väljapoole
- Vastu kätt üleminekutel
- Järsud juhtimisvõtted

LK tase

Kellele mõeldud?

- Edasijõudnud ratsanikud, kellel hobune stabiilselt ratsmes ja saab küljele suunatud sääremärguannetest
- Laste klass (FEI Children Preliminary B ja Team test)
- FEI 5a noorhobuste tase

Ratsaniku oskustase LK



OSKUSED

- Stabiilne täisistak, oskus kasutada keharaskust
- Märkamatud juhtimisvõtted
- Oskus kasutada poolpeatusi



VEAD

- Ebapiisav tasakaal täisistakuks
- Istakuvead
- Liiga nähtavad juhtimisvõtted
- Puudub arusaamine poolpeatustest

Harjutused LK tase



OSKUSED

- Koondallüürid + keskmine traav ja galopp
- Sääre eest astumine
- Kontragalopp
- Jalavahetused läbi sammu
- Kaela ette-alla venitamine, kontakti ette andmine 3-4 sammuks
- Koondatuse alged



VEAD

- Ebakorrapärased allüürid
- Tehnilised vead
- Probleemid otsesusega
- Ebatäpsus

Kontakt LK tase



OSKUSED

- Stabiilselt “ratsmes”
- Elastne paine ja paindvahtused
- Poolpeatuste kasutamine
- Ülesmäge suundumus



VEAD

- Kontaktiprobleemid
- Hobune esiotsal
- Ebapiisav / ebakorrekne paine
- Ei reageeri poolpeatustele

JÕUKOHASE TASEME VALIK

TASE	Ratsniku oskustase	Allüürid ja harjutused	Kontakt
ST, ABC	Püsib tasakaalus kergendatud traavis, tublimad ka täisistakus. Kerged ja sujuvad juhtimisvahendid	Tööallüürid. 20m ringid, aasad, serpentiinid	Aktsepteerib ratsmekontakti, üleminekutel säilitab kontakti. Pööretes kerge asetusega sissepoole
A	Võimeline läbima skeemi täisistakus. Kerged ja sujuvad juhtimisvahendid	Tööallüürid + sammude venitamine. 10/15m ringid, serpentiinid	Pehme, tundlik ja enam-vähem stabiilne ratsmekontakt, üleminekud läbi ratsme. Pööretes kergelt sissepoole painutatud
LK	Stabiilne ning iseseisev täisistak. Suhteliselt märkamatud juhtimisvahendid, poolpeatuste kasutamine.	Tööallüürid + keskmised allüürid + koondallüürid Sääre eest asumine, kontragalopp, sammu kaudu jalavahetused. Kaela ette-alla venitamine, kontakti ette andmine 3-4 sammuks	Tundlik ja elastne kontakt, hobune stabiilselt ratsmes. Pööretes kergelt sissepoole painutatud.

MILLAL JÕUAD KÕRGEMALE TASEMELE?

- Võistlema peaksid vähemalt tase madalamal sellest, mida kodus treenid!
- Kui saavutad võistlustasemel pidevalt tulemusi ~67-69%, siis tuleks mõelda järgmisele tasemele minekut!