



Linee Guida per Giudici di Volteggio Disciplina VOLTEGGIO F.I.S.E.

Edizione 2026

In vigore 1.3.2026 approvato con Delibera n.230 del 23 febbraio 2026

PREFAZIONE

Il presente Libro III – “Linee guida Volteggio FISE” è in vigore dal 1. Marzo 2026 e sostituisce tutti i testi pubblicati precedentemente. Va applicato congiuntamente con il regolamento Generale ed il regolamento veterinario.

Non potendo prevedere all'interno del regolamento tutte le situazioni che possono verificarsi durante le manifestazioni, sarà compito della Giuria, nella figura del Presidente, prendere decisioni basate sul senso comune e di correttezza conformemente al Regolamento di Disciplina, al regolamento Generale ed al Regolamento Veterinario.

SOMMARIO

Art. 1: Principi generali del volteggio

- 1.1. Generalità
- 1.2. Giuria
- 1.3. Timing, Musica, Campana
- 1.4. Spiegazione dei voti

Art. 2: Voto Cavallo

- 2.1. Generalità
- 2.2. La Qualità del galoppo e scala di addestramento
 - 2.2.1. Ritmo
 - 2.2.2. Decontrazione
 - 2.2.3. Contatto
 - 2.2.4. Impulso
 - 2.2.5. Cavallo dritto
 - 2.2.6. Cavallo riunito
- 2.3. Abilità di volteggio del cavallo
 - 2.3.1. Volontà ed obbedienza
 - 2.3.2. Equilibrio nell'andatura
 - 2.3.3. Equilibrio nel circolo
- 2.4. Criteri di lavoro di longia
 - 2.4.1. Posizione del longeur
 - 2.4.2. Aiuti del longeur
 - 2.4.3. Redini laterali
 - 2.4.4. Presentazione ed attrezzatura
- 2.5. Entrata, saluto e valutazione del trotto
- 2.6. Voto del cavallo
 - 2.6.1. La qualità del galoppo (Voto A1)
 - 2.6.2. Abilità di volteggio del cavallo (esecuzione) (Voto A 2)
 - 2.6.3. Lavoro di longia (Voto A 3)
- 2.7. Voto di Impressione Generale

Art. 3: Principi di valutazione

- 3.1. Elementi nel volteggio
- 3.2. Terminologia biomeccanica
- 3.3. Valutazione degli esercizi
 - 3.3.1. Generalità
 - 3.3.2. Essenza di un esercizio
 - 3.3.3. Voti di riferimento e Detrazioni generali (impostazione dei voti)
 - 3.3.4. Armonia con il cavallo, Considerazione del cavallo
 - 3.3.5. Controllo del corpo, postura
 - 3.3.6. Qualità del movimento
 - 3.3.7. Equilibrio
 - 3.3.8. Flessibilità, scioltezza
- 3.4. Detrazioni specifici degli esercizi obbligatori e degli esercizi del Test Tecnico
- 3.5. Tabella delle detrazioni per le cadute nel Test Libero e Test Tecnico
- 3.6. Conteggio delle falcate

3.7. Atterraggio ("Landing")

Art. 4 Test Obbligatorio

- 4.1. Generalità
- 4.2. Descrizione degli esercizi del Test Obbligatorio e Voti base di riferimento
 - 4.2.1. Salita
 - 4.2.2. Posizione base
 - 4.2.3. Bandiera
 - 4.2.4. Bandiera senza braccio
 - 4.2.5. Mulino
 - 4.2.6. Mezzo mulino
 - 4.2.7. Forbici 1° parte
 - 4.2.8. Forbici 2° parte
 - 4.2.9. Slancio indietro, seguito dall'uscita all'interno
 - 4.2.10 In Piedi
 - 4.2.11 In Ginocchio
 - 4.2.12 Amazzone 1° parte
 - 4.2.13 Amazzone 1° parte seguito dall'uscita all'interno
 - 4.2.14 Slancio in avanti
 - 4.2.15 Slancio in uscita all'esterno dal seduto avanti
 - 4.2.16 Appoggio orizzontale
 - 4.2.17 Appoggio orizzontale supino

Art. 5: Test Libero

- 5.1. Requisiti del Test Libero
 - 5.1.1. Requisiti Test Libero Squadre
 - 5.1.2. Requisiti Test Libero Individuale
 - 5.1.3. Requisiti Test Libero Pas de Deux
- 5.2. Il voto tecnico del Test libero
 - 5.2.1. Esecuzione
 - 5.2.2. Difficoltà
- 5.3. Il voto Artistico del Test Libero
 - 5.3.1. Generalità
 - 5.3.2. Percentuale dei singoli voti del Programma Artistico
 - 5.3.3. CoH: Considerazione del cavallo
 - 5.3.4. C1: Varietà degli esercizi (cat. Individuali)
 - 5.3.5. C2: Varietà delle posizioni (cat. Individuali)
 - 5.3.6. C1: Varietà degli esercizi (cat. Squadre e Pas de Deux)
 - 5.3.7. C2: Varietà delle posizioni (cat. Squadre e Pas de Deux)
 - 5.3.8. C3: Unità di composizione e complessità (cat. Individuali, Squadre e Pas de Deux)
 - 5.3.9. C4: Interpretazione della musica (cat. Individuali, Squadre e Pas de Deux)
 - 5.3.10. Detrazioni dal voto artistico

Art. 6: Test Tecnico

- 6.1. Generalità
- 6.2. Criteri di giudizio del Test Tecnico
 - 6.2.1. Esercizi del Test Tecnico
 - 6.2.2. Esecuzione degli esercizi aggiuntivi

6.3. Descrizione degli esercizi del Test Tecnico e criteri di giudizio

6.3.1. In Piedi indietro

6.3.2. Ruota dal collo alla Schiena

6.3.3. Verticale sull'avambraccio laterale

6.3.4. Salita in verticale sulla spalla indietro

6.3.5. Ago indietro

6.4. Voto artistico del Test Tecnico

6.5. Selezione di elementi/sequenze/transizioni – T1 del voto Artistico

Allegato I:

- Tabella difficoltà Squadre e Pas de Deux

Allegato II:

- Codice dei Commenti (Abbreviazioni)

Art. 1 – PRINCIPI GENERALI DI VOLTEGGIO

1.1. Generalità

Ogni Test riceve 4 voti di valore equivalente secondo le richieste specifiche del Test.

a) Test Obbligatorio:

* Voto del Cavallo	25%
* Voto per gli esercizi	75%

Gli esercizi obbligatori sono in risalto in questo test, per questo avranno un valore di 75% in totale.

Gli esercizi sono descritti per l'esecuzione a mano sinistra. Se si sceglie di fare il test obbligatorio a mano destra, l'esecuzione sarà speculare.

b) Test Libero:

* Voto del Cavallo	25%
* Voto tecnico degli esercizi	50%
* Voto Artistico del Test	25%

L'essenza del Test Libero è un'esecuzione pulita e sicura con un alto livello di difficoltà, per questo 50% di questo voto è dedicato a questa richiesta (voto tecnico).

c) Test Tecnico:

* Voto del Cavallo	25%
* Voto per gli esercizi T.T.	50%
* Voto Artistico del Test	25%

Gli esercizi Tecnici sono la base di questo test; per questo 50% del voto è dedicato a questa richiesta (voto esercizi).

Gli esercizi sono descritti per l'esecuzione a mano sinistra. Se si sceglie di fare il test Tecnico a mano destra, l'esecuzione sarà speculare.

d) Test Libero:

* Voto del Cavallo	25%
* Voto tecnico degli esercizi	50%
* Voto Artistico del Test	25%

L'essenza del Test Libero è un'esecuzione pulita e sicura

1.2. Giuria:

La giuria è composta da 1 / 2, 3 o 4 giudici.

Distribuzione Giudici:

1 / 2 / 3 Giudici:

	<u>Tavolo A</u>	<u>Tavolo B</u>	Tavolo C
Obbligatori:	Cavallo, Esercizi	Cavallo, Esercizi	Cavallo, Esercizi

Test Libero:	Cavallo, Esercizi, Artistico	Cavallo, Esercizi, Artistico	Cavallo, Esercizi, Artistico
--------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------------

Nel caso di 1 giudici: 100% del voto

Nel caso di 2 giudici: risultato dei due giudici diviso due (50% per ogni tavolo)

Nel caso di 3 giudici: risultato dei tre giudici diviso tre (33,33333 per ogni tavolo)

4 Giudici:

	<u>Tavolo A</u>	<u>Tavolo B</u>	<u>Tavolo C</u>	<u>Tavolo D</u>
Obbligatoria:	Cavallo	Esercizi	Esercizi	Esercizi
Test Libero:	Cavallo	Esercizi	Artistico	Esercizi
Test Tecnico:	Cavallo	Esercizi	Artistico	Esercizi

25% per ogni tavolo.

1.3. Timing, Musica, Campana

1.3.1. Voto Cavallo: La valutazione inizia con l'entrata in campo gara e finisce dopo l'uscita del (ultimo) volteggiatore. Se più di un volteggiatore individuale o più di un Pas de Deux entrano insieme per gareggiare sullo stesso cavallo, l'entrata, il saluto ed il giro di trotto (fino al segnale di campana nel giro di trotto) sarà preso in considerazione per tutti i volteggiatori su questo cavallo.

1.3.2. Obbligatoria: il tempo per il test obbligatorio (solo per le squadre) comincia quando il primo volteggiatore della squadra tocca il fascione e finisce con lo scadere del tempo limite. Un esercizio già cominciato quando suona la campana può essere finito e prenderà un voto.

1.3.3. Test Tecnico: Il tempo per il Test Tecnico comincia quando il volteggiatore tocca il fascione, il pad o il cavallo. La valutazione degli esercizi Tecnici finisce con lo scadere del tempo limite, mentre la valutazione dell'esecuzione del programma finisce con l'uscita finale; la valutazione del voto artistico finisce con il tempo limite con eccezione di un'uscita dopo il suono della campana, se nessun ulteriore esercizio è stato presentato tra l'ultimo esercizio tecnico e l'uscita: in questo caso, anche se dopo il tempo limite, l'uscita sarà presa in considerazione per l'ultima sequenza del voto T1.

1.3.4. Test Libero: Il tempo per il Test Tecnico comincia quando il volteggiatore tocca il fascione, il pad o il cavallo. La valutazione finisce con l'ultima uscita.

Elementi (esercizi statici e dinamici o transizioni) che sono cominciati al suono della campana per indicare lo scadere del tempo limite possono essere finiti e saranno presi in considerazione per tutti i voti (difficoltà, esecuzione e artistico).

Tutti gli elementi che iniziano dopo il suono della campana saranno presi in considerazione per il voto di esecuzione, compreso detrazioni per eventuali cadute, ma non per il voto di difficoltà o il voto artistico. Se l'uscita finale inizia dopo il suono della campana, ci sarà una detrazione dal voto artistico.

Categoria Individuale: se il volteggiatore perde il contatto con il cavallo, il tempo e la musica si ferma (senza segnale di campana) e riprende quando il volteggiatore tocca fascione, pad o cavallo per risalire. La performance deve riprendere entro 30 secondi.

Categorie Squadra e Pas de Deux: se tutti i volteggiatori perdono il contatto con il cavallo (cavallo vuoto), il tempo e la musica si ferma (senza segnale di campana) e riprende quando un volteggiatore tocca fascione, pad o cavallo per risalire. La performance deve riprendere entro 30 secondi.

1.3.5. Tutti i test: se un volteggiatore non può continuare subito dopo una caduta oppure torna fuori dal circolo, il giudice A suona la campana. Tempo e musica si ferma, il test è interrotto. Il test deve continuare entro 30 secondi dopo il segnale di campana per riprendere. Il timing si riprende, quando il volteggiatore tocca fascione, pad o cavallo.

1.4. Spiegazione dei voti

Ogni elemento degli Esercizi Obbligatori, il Cavallo, l'Impressione Generale e i Voti Artistico e Tecnico del Test Libero di ogni categoria ricevono un Voto da 0 a 10 secondo la seguente valutazione:

- 10 - eccellente
- 9 - molto bene
- 8 - bene
- 7 - abbastanza bene
- 6 - soddisfacente
- 5 - sufficiente
- 4 - insufficiente
- 3 - abbastanza male
- 2 - male
- 1 - molto male
- 0 - non eseguito o "risultato di detrazioni"

Art. 2 – Voto Cavallo

2.1. Generalità

La valutazione per il Voto Cavallo inizia con l'ingresso in campo gara e finisce con l'uscita ~~finale~~ del volteggiatore (ultimo volteggiatore nel caso di Pas de Deux o squadra).

Nel caso in cui, con lo stesso cavallo, gareggiano più di un Pas de Deux o volteggiatori individuali, il punteggio che viene dato per "Entrata, saluto e giro di trotto" vale per tutti i partecipanti.

Il punteggio massimo è 10. Il voto finale calcolato va arrotondato fino alla terza decimale (per es. 0,0011-0,0014 in giù, 0,0015 – 0,0019 in su).

Il voto A1 è la qualità generale del galoppo, rispecchia il livello di addestramento del cavallo al momento della performance. Il voto A2 è l'esecuzione della performance ed il comportamento del cavallo durante la performance, il voto A3 è la qualità del lavoro del longeur e la comunicazione tra longeur e cavallo, includendo entrata, saluto e giro di trotto.

Galoppo del cavallo da volteggio

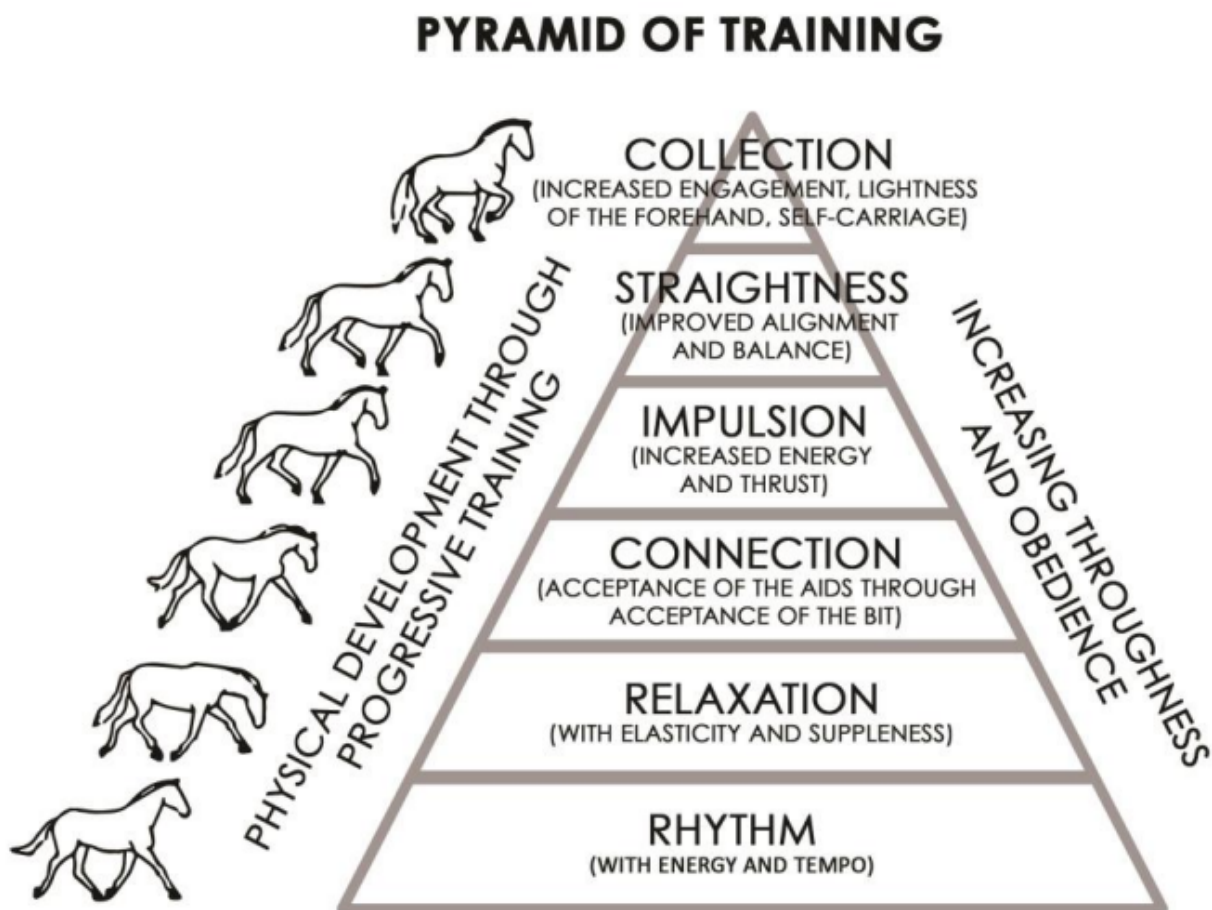
Il cavallo presenta un galoppo con falcate energiche, chiaro impulso generato dai posteriori, leggera e morbida connessione attraverso il corpo, schiena elastica, leggerezza degli anteriori, galoppo chiaramente "in salita" con collo flessibile, il naso sulla verticale o leggermente avanti alla verticale, la nuca come punto più alto.

2.2. Qualità del galoppo

Scala di addestramento

La scala di addestramento è l'orientamento più importante per allenatori, cavalieri, longeur e giudici.

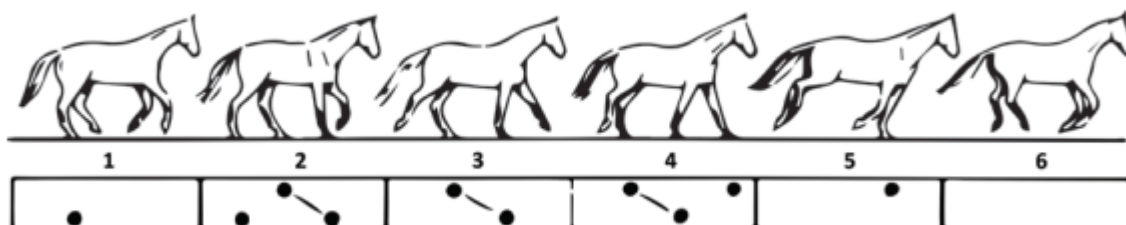
Seguendo la scala di addestramento si dovrà prima effettuare un addestramento preliminare (confidenza), concentrandosi su ritmo, decontrazione e contatto, poi sviluppare le capacità propulsive, concentrandosi sulla decontrazione, contatto e accettazione dell'imboccatura, impulso e cavallo dritto ed infine sviluppare la capacità a portare peso (riunione).



2.2.1. Ritmo (la regolarità ed il tempo)

Per ritmo si intende la regolarità dell'andatura. La regolarità è la corretta sequenza dei passi, il tempo è la velocità del ritmo. Passi e falcate devono coprire un'uguale distanza, rimanendo in un tempo consistente. Il ritmo va mantenuto per tutta la durata della prestazione.

Galoppo a mano sinistra: (sequenza dei passi)



2.2.2. Decontrazione (Elasticità dei movimenti e priva di ansia)

La decontrazione, insieme al ritmo, è l'obiettivo dell'addestramento preliminare. Anche se il ritmo va mantenuto, il movimento non può considerarsi corretto finché il cavallo non lavora con i muscoli decontratti e privi di tensione.

Indicatori per una corretta decontrazione sono per esempio:

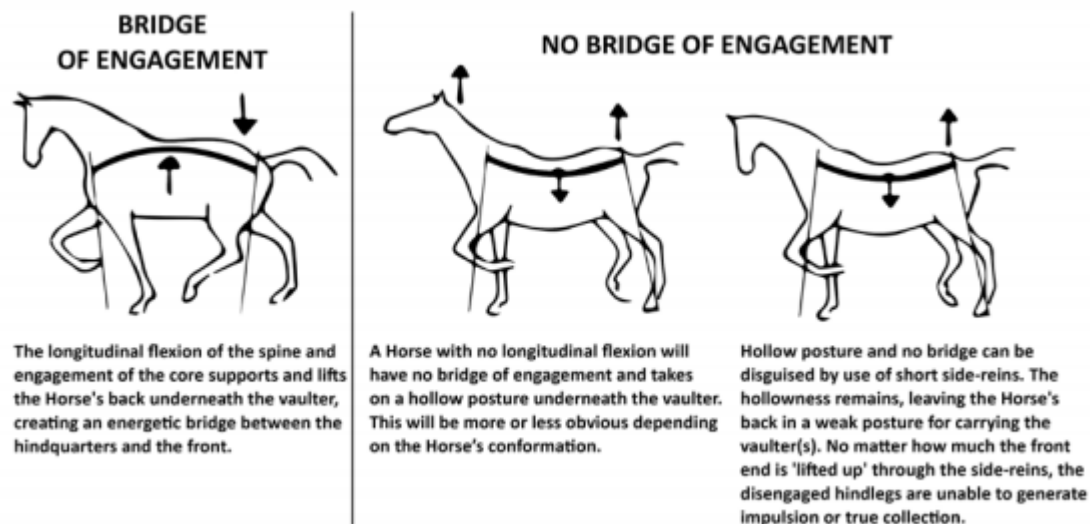
- Espressione rilassata
- Elasticità dei passi
- Bocca rilassata masticando l'imboccatura, contatto elastico
- Schiena oscillante con coda portata in maniera rilassata
- Respiro calmo e ritmico, che dimostra un cavallo rilassato sia di mente che di fisico.

2.2.3. Contatto (Accettanza dell'imboccatura e degli aiuti)

Il contatto viene definito come la connessione morbida e costante tra la mano del longeur e la bocca del cavallo e risulta dall'energia del posteriore che si trasferisce attraverso la schiena oscillante all'imboccatura, con la nuca come punto più alto del collo.

Indicatori di un buon contatto:

- il cavallo accetta un contatto elastico con una bocca attiva, la lingua non è visibile
- la nuca è il punto più alto
- il naso è davanti alla verticale

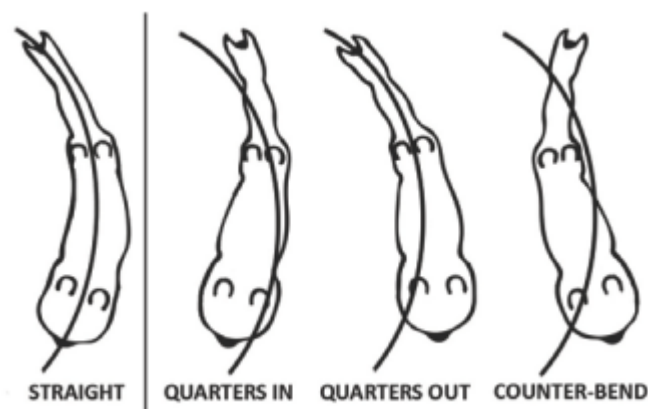


2.2.4. Impulso (creato dall'energia del posteriore)

Un cavallo lavora con impulso quando presenta una spinta energica ed attiva, portando il posteriore sotto la massa. Impulso si associa con una fase di sospensione. Si misura dall'impegno del posteriore del cavallo ed il suo desiderio di portarsi in avanti, abbassando la groppa, con l'elasticità delle sue falcate, della morbidezza della schiena ed una maggiore leggerezza del treno anteriore.

2.2.5. Il cavallo dritto

Un cavallo è dritto quando il treno anteriore è in linea con quello posteriore; la sua asse longitudinale è in linea con la linea dritta o curva che sta seguendo. Quando il cavallo è dritto, il posteriore spinge esattamente in direzione del suo baricentro. Questo permette al cavallo di caricare equamente gli anteriori, impegnare uniformemente i posteriori, tenere il corpo verticale (senza inclinarsi) e prepara il cavallo alla riunione. Questo processo migliora l'equilibrio laterale come anche l'equilibrio longitudinale del cavallo.



2.2.6. Il cavallo riunito

L'obiettivo di tutto l'allenamento è di avere un cavallo che è in grado di affrontare il lavoro richiesto. Nel nostro caso il cavallo deve distribuire il suo peso, più quello del volteggiatore, in modo più uniforme possibile su tutte e quattro le gambe. Significa alleggerire il treno anteriore e nello stesso tempo aumentare lo stesso peso sul treno posteriore. Il cavallo galoppa "in salita" e dimostra falcate raccorciate, cadenzati e potenti. Indicazione per un problema di addestramento è se il cavallo alza il collo senza abbassare il posteriore portando sotto la massa. Questo atteggiamento può, se di lunga durata, causare problemi di salute.

2.3. Abilità di volteggio del Cavallo (esecuzione)

Il cavallo deve dare l'impressione di eseguire la prova di propria iniziativa, e di rimanere in vero equilibrio e auto-portamento. La prova viene eseguita in armonia e leggerezza.

2.3.1. Volontà ed obbedienza

Il Cavallo sembra a suo agio e lavora con leggerezza e armonia, senza segno di resistenza, è concentrato sugli aiuti del longeur, costantemente attento ai segnali del longeur senza esitazione agli aiuti più discreti. Nessuna reazione avversa o riluttanza a lavorare (per es. segni di stress, digrignando i denti, fruscando la coda ecc.)

2.3.2. Equilibrio nell'andature (velocità)

Il cavallo lavora con ritmo e tempo costante, senza accelerare o rallentare. Equilibrio nel tempo (voto A2) si distingue dal Ritmo (voto A1), per esempio il cavallo può avere un ritmo non soddisfacente che non è costantemente in 3 tempi (A1 più basso), ma presenta comunque una velocità ed energia costante (A2 più alto). Oppure presenta un ritmo eccellente con un galoppo chiaramente in 3 tempi e evidente sospensione (A1 più alto), ma la velocità dell'andatura durante la prova cambia ripetutamente come reazione agli esercizi (A2 più basso).

2.3.3. Equilibrio nel circolo

Il cavallo lavora in un circolo costante di min. 15 m di diametro, senza entrare o uscire dal circolo.

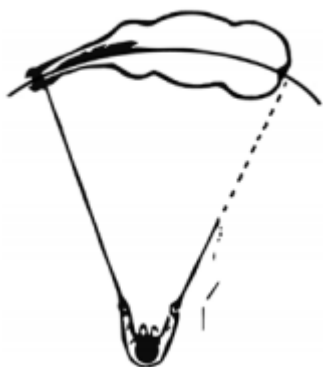
2.4. Criteri del lavoro alla longia

Dovrebbe riflettere una facile collaborazione e comunicazione senza sforzi tra longeur e cavallo.

2.4.1. Posizione del longeur

Il longeur dovrebbe stare in una posizione eretta con una buona postura, schiena dritta, spalle rilassate e testa alta, guardando il cavallo. Le braccia sono rilassate, leggermente piegate ai gomiti e con le mani tenute ad un'altezza leggermente sopra al bacino. Mani e polsi sono senza tensione.

Il longeur si trova al centro del circolo, come base di un immaginario "triangolo" e si muove intorno alla gamba sinistra (se al galoppo sinistro), intorno alla gamba destra (se al galoppo destro). È accettabile anche se non ottimale che il longeur cammina in un circolo molto piccolo.



Se la linea del circolo oppure il cavallo necessita di correzione, il longeur può cambiare posizione di conseguenza.

2.4.2. Aiuti del longeur

Longia:

La longia prende il posto delle redini di un cavaliere. Può essere tenuta come le redini del cavaliere, con la longia che passa tra il quarto e quinto dito, oppure tenuta come redini degli attacchi, con la longia che passa tra il pollice e indice. Il gomito del longeur è leggermente piegato. Gli aiuti si danno in modo delicato, con mezze fermate, senza tirare la longia.

Frusta per longiare:

La frusta prende il posto delle gambe di un cavaliere. Se non usata per dare gli aiuti necessari, dovrebbe essere tenuta in un angolo di circa 45 gradi, indicando il posteriore del cavallo, con la pioggia che trascina per terra. Il cavallo deve accettare la frusta come aiuto, senza presentare reazioni paurose. La frusta non dovrebbe essere usata per mandare avanti il cavallo in continuazione, ma come aiuto per dare impulso, per cambiare andature.

Voce del longeur:

La voce viene usata maggiormente per le transizioni, per chiamare l'attenzione del cavallo, per calmare il cavallo e/o per fare delle lievi correzioni. È un aiuto importante nel lavoro del cavallo alla longia e si dovrebbe usare come descritto, senza incidere costantemente il cavallo.

2.4.3. Redini laterali

Con redini laterali correttamente regolate, il cavallo porta il naso correttamente sulla linea verticale o leggermente davanti alla verticale.

2.4.4. Presentazione ed attrezzatura

Il cavallo deve essere presentato per una competizione Atletica, con finimenti usati correttamente, fascione/pad in posizione corretta, con tutti i lacci sistemati. Altre attrezzature come protezioni delle arti devono essere correttamente usate e fissate. Decorazioni eccessive che possono distrarre dalla performance sono da evitare.

Anche il longeur deve essere vestito appropriatamente, con scarpe adatte al caso, senza decorazioni eccessive. Guanti sono permessi, mentre oggetti di scena, cappelli ecc. non sono permessi.

2.5. Entrata, saluto e valutazione del trotto

Entrata: guida corretta del cavallo, il longeur entra stando allo stesso passo del cavallo all'altezza della sua spalla. Si entra nel circolo dritto al centro, di fronte al giudice A per salutarlo.

Saluto: Buon comportamento del cavallo; cavallo sta tranquillo e dritto su tutte e quattro le gambe durante il saluto e fin quando tutti i volteggiatori sono usciti dal circolo.

Attrezzatura del cavallo: Testiera correttamente aggiustata, posizione corretta di fascione e pad, tutti i lacci aggiustati o nascosti.

Valutazione del trotto:

I volteggiatori dopo il saluto escono dal centro del circolo, il longeur dovrebbe dirigere il cavallo direttamente sulla linea del circolo, con una longia tesa, non attorcigliata. Il cavallo può essere portato a mano sulla linea del circolo, anche se questo otterrà un punteggio inferiore.

Il cavallo deve presentare almeno un quarto di circolo con un trotto di lavoro, mostrando un chiaro ritmo di trotto a due tempi, per essere valutato dai giudici. È permesso che il cavallo va al passo e/o galoppo prima di presentare il suo quarto di giro al trotto. Il Giudice A segnala al longeur con la campanella se il cavallo viene valutato "fit to compete".

Dopo questo segnale, il cavallo viene messo con una transizione graduale al galoppo. La transizione può avvenire direttamente dal trotto, è anche ammesso un "alt" oppure passo prima di mettere il cavallo al galoppo. Al massimo dopo 30 secondi dopo il segnale dato dovrebbe iniziare il primo esercizio. Durante questi 30 secondi è permesso di aggiustare l'attrezzatura (per esempio la lunghezza delle redini laterali).

Il cavallo viene giudicato durante l'entrata, il saluto e la valutazione del trotto.

Se l'inizio della performance non avviene entro i 30 secondi, il Giudice A può invitare il longeur di cominciare.

2.6. Voto del cavallo

Per il voto A1 saranno assegnati sei punteggi tra 0-10, è consentito un decimale, e la media dei sei punteggi determina il voto A1. Per A2 e A3 sarà assegnato un punteggio tra 0-10 ciascuno, è consentito un decimale.

A1 Qualità del galoppo 60%	- Ritmo = Purezza dell'andatura e della sequenza. Galoppo in tre tempi. Regolare successione delle alzate e delle posate degli arti, uguali tra di loro in termini di tempo, spazio e intensità. Tempo = velocità del ritmo - Decontrazione = Elasticità e assenza di tensione durante il lavoro. Scioltezza e tonicità muscolare del cavallo durante il lavoro, cavallo disponibile ad eseguire le richieste senza forzatura. Il cavallo deve muovere i muscoli liberi di tensione, usare la schiena, avendo "facilità nei movimenti" - Contatto = accettazione dell'imboccatura e degli aiuti. Capacità di portarsi. Il cavallo si muove nel ritmo e decontratto. Bocca calma e decontratta, lingua dentro, nuca si arcua in alto ed in avanti, i posteriori avanzano sotto la massa, cavallo mantiene un costante contatto con longia e redini elastiche. - Impulso = l'energia propulsiva e controllata generata dai posteriori. È il desiderio di portarsi in avanti con energia ed equilibrio ben marcati. - Cavallo dritto = posa i posteriori sulla stessa traccia degli anteriori. Anche la linea superiore del suo corpo coincide con la traiettoria percorsa. - Riunione = capacità di portare il proprio peso sui posteriori alleggerendo gli anteriori. Spinge il peso in alto e in avanti, causando leggerezza e mobilità del treno anteriore <table><tr><td>Ritmo 10 %</td><td>Decontraz. 10 %</td><td>Contatto 10 %</td><td>Impulso 10 %</td><td>Cavallo Dritto 10 %</td><td>Riunione 10%</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	Ritmo 10 %	Decontraz. 10 %	Contatto 10 %	Impulso 10 %	Cavallo Dritto 10 %	Riunione 10%							
Ritmo 10 %	Decontraz. 10 %	Contatto 10 %	Impulso 10 %	Cavallo Dritto 10 %	Riunione 10%									
A2 Attitudine del Cavallo al volteggio 25%	- Volontà ed obbedienza del cavallo: nessuna resistenza o esitazione. Attento e reattivo agli aiuti del longeur. Armonia e leggerezza. - Costanza del ritmo, del tempo e dell'energia posteriore, senza accelerare o rallentare le falcate del galoppo - Il circolo è sempre costante di 15 m di diametro, senza venire in dentro o tirare in fuori. <table><tr><td>Volontà e obbedienza 50%</td><td>Equilibrio del tempo 25%</td><td>Equilibrio nel circolo 25%</td></tr></table> Detrazioni:	Volontà e obbedienza 50%	Equilibrio del tempo 25%	Equilibrio nel circolo 25%										
Volontà e obbedienza 50%	Equilibrio del tempo 25%	Equilibrio nel circolo 25%												
A3 Longeur 15%	- Aiuti corretti, pressoché invisibili. Uso di frusta corretto ed appropriato. Facile comunicazione tra longeur e cavallo, senza sforzi. Corretta posizione del longeur, abbigliamento appropriato, bardatura del cavallo corretta. - Entrata, saluto, giro di trotto in modo corretto e fluido, senza irritazioni (vedi descrizione) Detrazioni:													

2.6.1. Qualità del galoppo

Ritmo

Voto	Regolarità del Ritmo / Regolarità della Cadenza / Stabilità della Cadenza / Attività / Ampiezza delle falcate / galoppo in 3 tempi / tempo di sospensione / Qualità della spinta del posteriore
Fino a 10	- Precisione del ritmo nell'andatura, assolutamente regolare e costante - evidente momento di sospensione - Ritmo espresso con energia - Ampiezza delle falcate costante - Galoppo costantemente a 3 tempi - Cadenza adattata e regolare - Buona attività del treno posteriore - Cavallo in equilibrio
Fino a 8	- Ritmo nell'andatura corretto - Momento di sospensione identificabile - Ritmo espresso con energia moderata - Galoppo maggiormente a 3 tempi - Cadenza principalmente adattata e regolare - Cavallo appare equilibrato
Fino a 6	- Cambiamenti di ritmo nell'andatura - Galoppo a 3 tempi non sempre chiaramente visibile - Mancanza di energia o aumento di tempo per perdita di equilibrio - Ampiezza delle falcate varia durante la prestazione - Mancanza di attività del posteriore che porta ad errori di ritmo - Equilibrio del cavallo corretto
Fino a 4	- Ritmo irregolare - Galoppo a 4 tempi per la maggior parte della prestazione - Ritmo manca di energia o affrettato - Ampiezza della falcate varia costantemente - Variazione di cadenza - Mancanza di attività del posteriore che porta a gravi errori di ritmo - Equilibrio non soddisfacente
Fino a 2	- Galoppo a 4 tempi - Mancanza di energia - Irregolare - Cavallo non in equilibrio - Mancanza di attività del posteriore che porta a gravi errori di ritmo

Decontrazione (Rilassamento – Flessibilità)

Voto	Decontrazione / flessibilità della schiena, dell'incollatura e della nuca / tono muscolare
Fino a 10	- Buona elasticità dell'andatura - Cavallo completamente rilassato, senza segni di stress ed ansia - Tensione muscolare ottimale - Evidente funzionamento del dorso e degli arti posteriori - Portamento della coda rilassato - Respirazione ritmica - Rilassamento fisico e mentale totale e permanente
Fino a 8	- Cavallo rilassato - Buona elasticità dell'andatura - Incollatura rilassata - Buona funzionalità della schiena - Portamento della coda rilassato - Respirazione ritmica - Rilassamento fisico e mentale durante la maggior parte della prestazione
Fino a 6	- Alcuni segni di ansia e tensione - Una certa tensione dell'incollatura - Una certa tensione della schiena - Qualche fruscio di coda
Fino a 4	- Mostra segni di ansia e tensione per la maggior parte del tempo - Tensione significativa dell'incollatura - Tensione dorsale significativa e/o schiena incavata - Colpi di coda frequenti
Fino a 2	- Segni di ansia e tensione per tutto il tempo della prestazione - Forte tensione dell'incollatura - Forte tensione della schiena (schiena molto cava) - Colpi di coda permanenti

Connessione

Voto	Dorso decontratto / Impegno del posteriore / Energia trasmessa dal treno posteriore attraverso il corpo fino al leggero contatto con l'imboccatura (redini fisse laterali e longia)
Fino a 10	- Contatto costantemente morbido e stabile con la longia, la mano del longeur e redini fisse (longia/redini fisse tesi ma flessibili) - Bocca rilassata - Naso sulla verticale o leggermente più avanti della verticale
Fino a 8	- Contatto franco, morbido e stabile per la maggior parte del tempo - Bocca rilassata - Naso principalmente sulla verticale, a volte leggermente dietro la verticale - Qualche perdita di contatto sulle redini fisse - Qualche perdita di contatto sulla longia
Fino a 6	- Perdita di contatto e cavallo „vuoto“ (schiena cava) - Bocca secca e aperta - La lingua fuori a volte mostra segni di tensione, ma rimane posizionata sotto l'imboccatura - Naso spostato in avanti o dietro la verticale (linea non costante) - Redini fissi estremamente tesi o senza contatto (troppo lunghi) - Contatto con la longia non costante, longia „per terra“ o troppo tesa
Fino a 4	- Perdita di contatto e cavallo „vuoto“ (schiena cava) - Bocca secca e aperta - Lingua fuori che mostra segni di tensione durante la maggior parte della prestazione o lingua sopra l'imboccatura - Naso molto avanti o molto indietro rispetto alla verticale con redini fisse tesi o senza contatto - longia senza contatto, attorcigliata o troppo tesa
Fino a 2	- nessun contatto e cavallo con schiena molto incavata - Bocca aperta e/o tira le redini fisse - Lingua fuori che mostra segni di tensione durante tutta la prestazione - Naso molto avanti o molto indietro rispetto alla verticale con redini fisse tesi o senza contatto - longia senza contatto, attorcigliata o troppo tesa

Impulso

Voto	Energia dal posteriore / Passi elastici / Il posteriore si porta sotto il baricentro del cavallo e cominciano a „caricare“ il peso (il cavallo si porta „da solo“). Di conseguenza si alleggerisce il posteriore / le anche si abbassano
Fino a 10	- Energia generata dal posteriore – Buona propulsione - Posteriori impegnati sotto il baricentro del cavallo per tutta la performance - Cavallo mostra il desiderio di portarsi avanti. Movimenti elastici - Groppa bassa - Stessa propulsione e stessa energia durante tutta la performance
Fino a 8	- Energia generata dal posteriore per la maggior parte del tempo - Cavallo mostra il desiderio di portarsi avanti, con movimenti elastici - Posteriore sotto il baricentro del cavallo per la maggior parte del tempo - Stessa propulsione e stessa energia per la maggior parte della performance
Fino a 6	- Energia non sempre dimostrata – Posteriore „in ritardo“, spinge più di quanto carica (groppa alta) - Nessuna elasticità dei passi - Mancanza di energia o voglia di andare avanti - Movimento dell'anteriore „limitato“ (poca ampiezza del movimento) - Cavallo precipitato in avanti
Fino a 4	- Energia non dimostrata per la maggior parte del tempo - Chiaramente visibile la mancanza di energia e la voglia di andare avanti - Il cavallo sembra in difficoltà - Cavallo precipitato in avanti
Fino a 2	- Mancanza di energia - Posteriori „ritardati“ - Poca o nessuna elasticità - Cavallo chiaramente in difficoltà

Rettilinearità (Cavallo dritto)

Voto	Rettilinearità sul circolo / Tracce degli arti posteriori allineati con quelle degli arti anteriori/ Tutto il corpo del cavallo allineato sul circolo
Fino a 10	- Corpo dritto e allineato (sulla linea del circolo) - Posteriori sulla traccia degli anteriori - cavallo perfettamente in equilibrio - Peso equamente distribuito tra i 4 arti - Corpo verticale
Fino a 8	- Corpo quasi dritto ed allineato - I posteriori seguono la traccia degli anteriori con deviazioni minime - Cavallo quasi in equilibrio - Distribuzione del peso quasi uguale su tutti e 4 gli arti - Testa non o leggermente inclinata – corpo leggermente inclinato all'interno
Fino a 6	- Corpo non sempre dritto ed allineato - Posteriori non in linea con le tracce degli anteriori - Groppa a volte all'interno o all'esterno (spinge dentro o fuori) - corpo moderatamente inclinato verso l'interno - Testa moderatamente inclinata
Fino a 4	- Cavallo non dritto - Posteriore non in linea con l'anteriore - Groppa all'interno o all'esterno del circolo per la maggior parte del tempo – corpo chiaramente angolato sul circolo - Testa chiaramente inclinata - Cavallo su 3 o 4 piste
Fino a 2	- Cavallo non dritto - Posteriore non in linea con l'anteriore - Groppa all'interno o all'esterno del circolo per tutta la performance - Inclinato all'interno - Testa fortemente inclinata - Cavallo su 4 piste

Riunione

Voto	Abassamento della groppa / Impegno dei posteriori / Intera linea superiore in azione e allungata / Passi accorciati, potenti ed energici
Fino a 10	- Chiara elevazione del garrese (galoppo „in alto“) - Posteriori impegnati sotto la massa del cavallo - Falcate ridotte – nuca nel punto più alto - Corretto funzionamento della linea superiore („top line stretched“) - Leggerezza delle falcate on mobilità degli anteriori
Fino a 8	- Chiara elevazione per la maggior parte del tempo - Posteriori impegnati sotto la massa del cavallo - Falcate ridotte - Nuca nel punto più alto per la maggior parte del tempo - Corretto funzionamento della linea superiore („top line stretched“) - Leggerezza dell'anteriore per la maggior parte del tempo
Fino a 6	- Posteriori a volte trascinano (non sempre impegnati sotto) - Falcate non ridotte - Nuca non sempre nel punto più alto, comincia ad irrigidirsi - Funzionamento della linea superiore non sempre corretto („top line non sempre stretched“) - Leggerezza delle falcate non sempre mostrata, moderata leggerezza degli anteriori
Fino a 4	- Tendenza a „scendere“ (galoppo „sull'anteriore“) - Posteriori trascinano e non „portano“ (non impegnati sotto la massa del cavallo) - Falcate „aperte“ - Nuca instabile, non nel punto più alto - Nessun funzionamento della linea superiore (dorso „congelato“) - Nessuna leggerezza degli anteriori
Fino a 2	- Galoppo discendente, groppa più alta della nuca - I posteriori si trascinano - Ritmo lento, mancanza di energia - Falcate „aperte“ - Nessuna funzione della linea superiore, schiena rigida - Sull'anteriore, nessuna elevazione dell'avantreno

2.6.2. A2 Abilità di volteggio del cavallo (esecuzione)

Questo voto include la confidenza e l'attenzione del cavallo, la leggerezza e facilità del movimento, l'accettazione degli aiuti. Il cavallo deve dare l'impressione di stare a suo agio e di effettuare il test di sua propria iniziativa.

Una lingua fuori con bocca aperta, contatto forte e duro di longia/redini laterali, agitazione della coda, digrignare i denti, orecchie indietro, segni di stress oppure di resistenza si devono prendere in considerazione.

Voto	Obbedienza (50%) <i>Accettazione dell'imboccatura / Armonia e leggerezza / Assenza di stress ed ansia</i>	Tempo (25%) <i>Galoppo regolare / Regolarità della velocità o della cadenza / Regolarità dell'energia</i>	Circolo (25%) <i>Circolo minimo di 15 m / Stabilità sul circolo</i>
Fino a 10	- Nessuna resistenza - Leggerezza - Nessun stress e ansia - Volontà del cavallo di far bene	- Galoppo regolare - Velocità ed energia costante	- Circolo costante di min. 15 m - Cavallo perfettamente sul suo circolo
Fino a 8	- Qualche piccolo momento di resistenza - Assenza di tensione o esitazione - Buona armonia tra cavallo e longeur	- Galoppo regolare per la maggior parte del tempo - Velocità ed energia costante per la maggior parte del tempo	- Diametro del circolo per lo più maggiore o uguale a 15 m. - Alcune variazioni della linea del circolo (più piccolo, più grande...)
Fino a 6	- Qualche resistenza - Qualche tensione o esitazione - Mancanza di permeabilità	- A volte irregolare - Alcuni cambiamenti nella velocità e nell'energia	- Linea del Circolo variabile - Diametro del circolo talvolta inferiore a 15 m.
Fino a 4	- Diversi momenti di resistenza - Segni di stress ed ansia	- Diversi cambiamenti nella velocità e nell'energia	- Diametro del circolo inferiore a 15 m per la maggior parte del tempo - Variazione costante della linea del circolo
Fino a 2	- Molti segnali di disobbedienza - Cavallo non educato / diventa irrequieto - Resistenza costante – cavallo senza controllo	- Variazioni costanti di velocità	- Diametro del circolo costantemente inferiore a 15 m – Cavallo non è mai sulla linea del circolo

Detrazioni dal voto A2:

	Individuali	Squadra / Pas-de-Deux
Il cavallo è <u>fino a</u> 4 tempi al trotto / galoppo disunito / galoppo sbagliato	2 pt.	1,5 pt.
Il cavallo <u>più di</u> 4 tempi al trotto / galoppo disunito / galoppo sbagliato	4 pt.	3 pt.
Interruzioni maggiori: per es. il cavallo si ferma, sgroppa, calcia, scatta in avanti, si gira...	4 – 6 pt.	3 – 5 pt.
Interruzioni per aggiustare l'equipaggiamento <u>durante</u> la performance	Fino a 4 pt.	Fino a 4 pt.
Volteggianti corrono vicino al cavallo senza l'intenzione di salire:		
- Fino a due giri (eccezione per una salita o discesa assistita)	_____	2 pt.
- Due giri e più	-----	3 pt.

La detrazione viene data ogni volta che l'errore viene commesso durante la prestazione. La stessa penalità può essere applicata più volte. Se più di un errore avviene in un caso (p. es. sgroppata seguita da passi di trotto prima di tornare al galoppo), si applica una detrazione soltanto.

2.6.3. A3 Longeur

Voto	Uso corretto degli aiuti / Utilizzo della frusta / Tensione della longia / Stabilità e postura del longeur
Fino a 10	- Aiuti corretti e discreti - Utilizzo pertinente della frusta - Longia tesa dimostrando contatto (la longia può abbassarsi leggermente a causa del peso della longia stessa) - Longeur fermo con postura molto buona, vestito in maniera appropriata
Fino a 8	- Aiuti corretti ma chiaramente visibili - Utilizzo corretto ma non discreto della frusta - Longia non sempre tesa con qualche perdita di contatto - Longeur si muove in un circolo molto piccolo ogni tanto (max. 1 m)
Fino a 6	- Aiuto non sempre corretti, oppure aiuti non sempre efficaci - Frequente uso della frusta - Longia spesso non tesa („longia persa“) e/o girata - Longeur si muove in un circolo di ca 1-2 m di diametro, per la maggior parte della performance
Fino a 4	- Longeur disturba il cavallo - Uso costante della frusta / altri aiuti, oppure frusta / altri aiuti usati quando non necessari - Perdita costante del contatto con la longia oppure longia molto tesa che risulta in un contatto duro - Longeur si muove in un circolo di più di 3 m di diametro, per la maggior parte della performance
Fino a 2	- Risultato di diversi errori severi

Detrazioni dal voto A3: (riguardano entrata, saluto e giro di trotto)

	Detrazione
- Errore minore (piccola disobbedienza del cavallo, saluto non al centro, cavallo non sta fermo oppure non sta dritto durante il saluto..)	0,1 – 0,2 pt.
- Errore medio (media disobbedienza del cavallo, entrata nel circolo non al trotto, longia/equipaggiamento non ordinato, uso improprio degli aiuti...)	0,2 – 0,5 pt.
- Errore maggiore (maggiore disobbedienza del cavallo, giro di trotto chiaramente troppo piccolo oppure circolo non regolare...), - Longeur porta il cavallo a mano sulla linea del circolo dopo il saluto	0,5 – 1 pt.
- Longeur non entra dritto con il cavallo nel centro per il saluto, ma fa un mezzo circolo o più nell'arena prima di arrivare al centro del circolo per il saluto	1 pt.

La detrazione viene data ogni volta che l'errore viene commesso durante la prestazione. La stessa penalità può essere applicata più volte. Se più di un errore avviene in un caso (p. es. il cavallo sgroppa durante il giro di trotto seguito da alcuni tempi di galoppo prima di rimettersi al trotto), si applica una detrazione soltanto.

2.7. Voto di Impressione Generale

Il Voto dell'Impressione Generale sostituisce quello del Cavallo nelle Categorie Ludiche.

Con questo voto si valuta:

- Entrata portando correttamente il Cavallo
- Uscita
- Saluto
- Corretto giro di trotto (dove previsto)
- Presentazione della Squadra: abbigliamento e comportamento
- Presentazione del Cavallo: bardatura e toelettatura
- Longeur: fermo e in buona posizione, corretto uso degli aiuti e della frusta, linea della longia dritta che dimostra un contatto costante
- Attitudine del Cavallo

Art. 3 - Principi di valutazione

3.1. Elementi nel volteggio

Esercizi statici

Una parte significativa della massa corporea non si muove / non è spostata relativamente al cavallo.

Il baricentro ha quasi la stessa distanza a terra, perché parti del corpo assorbono il movimento su e giù del cavallo.

L'esercizio è tenuto per almeno una completa falcata negli obbligatori e negli esercizi Tecnici, per numero di falcate definito nel Test Libero e negli esercizi aggiuntivi del Test Tecnico:

- Esercizi obbligatori vanno tenuti per quattro falcate di galoppo
- Esercizi Tecnici del Test Tecnico vanno tenuti per tre falcate di galoppo
- Esercizi del Test Libero vanno tenuti per tre falcate di galoppo
- Esercizi aggiunti agli esercizi Tecnici del T.T. vanno tenuti per tre falcate di galoppo

Esercizi dinamici

Una parte significativa della massa corporea è in movimento / si muove lungo una traiettoria identificabile.

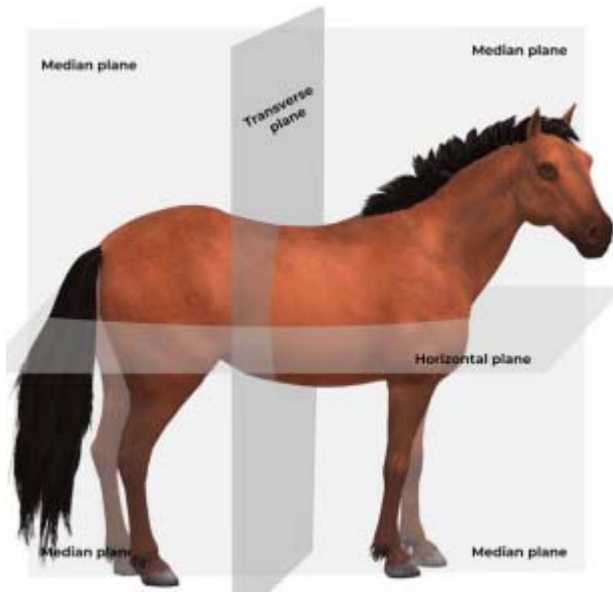
Il movimento è intenzionale e controllato

Transizioni

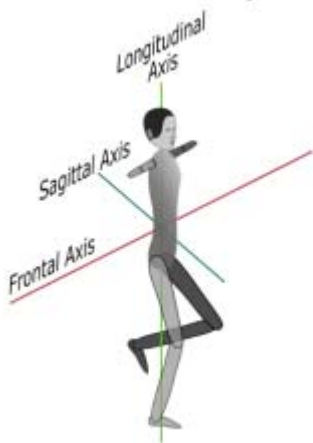
- Una transizione è un elemento dinamico che collega 2 esercizi
- Una transizione conta per il Grado di Difficoltà ed il numero di esercizi usati per "l'average system", cioè per il numero di esercizi tra cui dividere le detrazioni date, a meno che non colleghi due elementi in modo molto semplice

3.2. Terminologia biomeccanica

Piani del corpo del cavallo



Assi del corpo umano

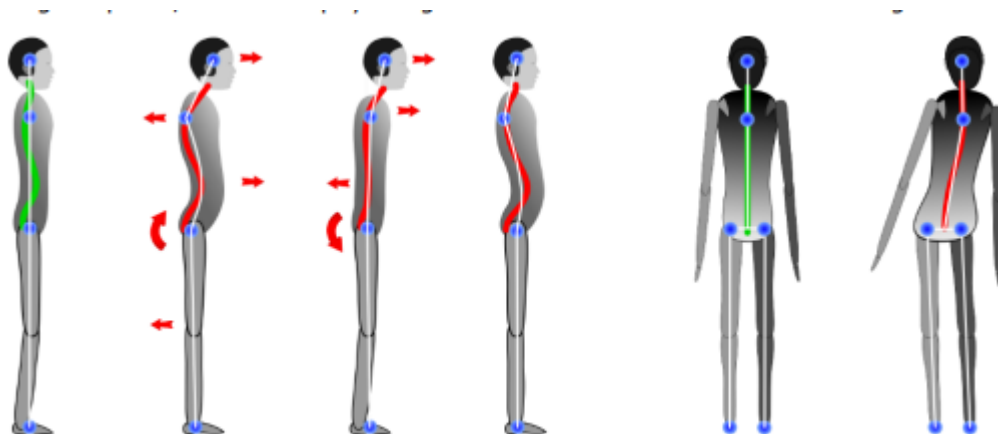


Postura fisiologica

Postura significa la posizione del corpo nello spazio e ha lo scopo di mantenerlo in equilibrio e sotto controllo durante movimenti/esercizi statici e dinamici.

La postura si mantiene attraverso la contrazione di muscoli e attraverso aggiustamento continuo di tipo neuromuscolare.

Nella postura fisiologica del torace, la colonna vertebrale è allungata verso l'alto, dalla base del sacro sul piano sagittale, con tre curvature fisiologiche che si formano lungo la linea del baricentro.



3.3. Valutazione degli esercizi

3.3.1. Generalità

Tutti gli esercizi possono essere valutati utilizzando i seguenti criteri:

- Armonia con il cavallo
- Controllo corporeo & postura
- Qualità di movimento
- Equilibrio
- Flessibilità/scioltezza

Ciascun criterio ed i suoi requisiti sono descritti nelle tabelle del punto 3.4.3. “Voto di riferimento e detrazioni generali”.

3.3.2 Essenza di un esercizio

Per esercizi del Test Obbligatorio ed esercizi Tecnici del Test Tecnico, i criteri sono elencati all’inizio della descrizione nella sezione corrispondente di queste Linee Guida.

Per esercizi del Test Libero, i criteri variano a seconda dei rispettivi gruppi strutturali del singolo elemento. Esercizi liberi sono esercizi conformi alla definizione del punto 3.1. “Elementi nel volteggio” e non sono elencati come es. obbligatori o es. tecnici nelle Linee Guida.

Armonia con il cavallo è il criterio più importante per tutti gli esercizi.

3.3.3. Voti di riferimento e Detrazioni generali (impostazione dei voti)

Regole del punteggio di riferimento:

- Il voto di riferimento è fissato tra il punteggio della casella prescelta e il punteggio della casella immediatamente inferiore; decimali possono essere utilizzati.
- Una volta scelto il voto di riferimento, si applicano specifiche detrazioni (per es. falcate di galoppo mancanti...)
- Inoltre, si può applicare un’ulteriore detrazione per errori non legate all’essenza dell’esercizio, per il massimo di 1 punto (per es. braccia non tese in bandiera o posizione base, gamba non tesa nel mulino, punte non tese nei slanci...)

Esempi:

- a. Una piccola deviazione legata all'essenza dell'esercizio implicherebbe un voto di riferimento di 8, che significa una detrazione di 2 (dal voto massimo 10) per l'esecuzione
- b. Ulteriori deviazioni non legati all'essenza dell'esercizio aumenteranno la detrazione da prendere in considerazione per l'esercizio (max. 1 punto di ulteriore detrazione).
Un esercizio con piccola deviazione legata all'essenza (a.) + ulteriore deviazione (b.), potrebbe ricevere una detrazione di $2 + 1 = 3$ per l'esecuzione. Quindi il voto per questo esercizio è 7. (per il voto di rif. si è scelto la casella "fino a 8", e si applica un'ulteriore detrazione di 1 pt., quindi voto finale è 7.)

3.3.4. Armonia con il cavallo, "Considerazione del cavallo"

Descrizione:

Stabilire una connessione fluida ed armoniosa con il cavallo e minimizzare le forze esercitate sul cavallo, anticipando ed assorbendo il movimento del cavallo ed accelerando/decelerando dolcemente ed in ritmo con il movimento del cavallo in ogni momento.

"Considerazione del cavallo" adattando la tecnica e la meccanica di un esercizio alla corporatura ed al livello di addestramento del cavallo, per garantire che il cavallo sia in grado di eseguire l'esercizio senza che il suo benessere ed il suo equilibrio siano disturbati. (capacità ritmica, capacità di reazione, capacità di adattamento).

Indicatori:

dimensione dell'area di supporto, distribuzione del peso su tutta l'area di supporto, atterrando sul e spingendo giù dal cavallo, accelerazione e rallentamento del peso corporeo, utilizzo del movimento del cavallo.

3.3.6. Qualità del movimento

Descrizione:

Esecuzione dell'esercizio con meccanica, traiettoria e portata corrette, con un movimento fluido e controllato, con precisione ed accuratezza. (consapevolezza spaziale, capacità cinestetica, forza, mobilità).

Indicatori:

Traiettoria, sequenza, fluidità e tempistica del movimento

3.3.7. Equilibrio

Descrizione:

Mantenere l'intero corpo in equilibrio e/o ripristinare questo stato durante un elemento statico o dinamico. (capacità di equilibrio, ritmo, anticipazione del movimento)

Indicatori:

Rapporto tra baricentro e superficie di appoggio, stabilità del baricentro.

3.3.8. Flessibilità, scioltezza

Descrizione:

Combina la flessibilità passiva delle articolazioni e dei muscoli, e la flessibilità attiva necessaria per mantenere la posizione per un certo periodo di tempo (Flessibilità, Scioltezza, Forza).

Indicatori:

Angolo dell'apertura richiesta (es.: spaccata).

3.3.9. Landing

In caso di caduta all'atterraggio negli esercizi obbligatori, la detrazione per l'atterraggio scorretto è inclusa nella detrazione per la caduta; il punteggio di 4 o inferiore viene assegnato in base alla gravità della caduta. Le cadute nella prova libera e nella prova tecnica vengono valutate separatamente in base al punto 3.5 – Cadute nella prova libera e nella prova tecnica.

Descrizione:

Un atterraggio corretto dimostra controllo, simmetria e un'adeguata capacità di assorbimento dell'impatto.

Il baricentro deve essere posizionato sopra o tra i piedi.

Al momento del contatto iniziale, le ginocchia devono essere piegate (minimo 20°). Successivamente, le ginocchia devono continuare a piegarsi fino a superare nettamente i 45°, consentendo un adeguato assorbimento dell'impatto. Un angolo inferiore a 45° è considerato insufficiente. Alla massima flessione del ginocchio, l'atleta non dovrebbe scendere molto al di sotto dei 90°.

Le ginocchia e le caviglie devono essere alla stessa larghezza dei fianchi e rivolte in avanti, senza alcuna rotazione interna o esterna delle articolazioni dell'anca.

Durante la fase di assorbimento, la parte superiore del corpo si inclina leggermente in avanti per poi tornare a una postura neutra ed eretta. Durante l'assorbimento, il tronco rimane stabile, senza eccessive flessioni in avanti, torsioni o spostamenti laterali.

La colonna vertebrale deve mantenere un allineamento fisiologico, senza inarcarsi, incurvarsi o torcersi.

Le braccia possono essere estese in avanti per mantenere l'equilibrio, ma devono muoversi in modo simmetrico, senza alcuna dissociazione visibile tra i due lati.

Un piccolo saltello verso l'alto dopo l'atterraggio è accettabile, a patto che dimostri controllo e che avvenga in modo naturale come conseguenza dell'ammortizzazione.

L'attenzione dovrebbe concentrarsi sulla stabilizzazione dell'atterraggio, non sul rimbalzo o sulla dimostrazione di ulteriore potenza esplosiva.



Indicatori: Angolo dell'ampiezza di movimento richiesta.

Ref. Score o detrazione	10 0	Alla massima estensione richiesta.
Ref. Score o detrazione	8 2	Deviazioni minori: - Flessione del ginocchio: Buon assorbimento, ma flessione leggermente ridotta ($\approx 45^\circ$) - Flessione dell'anca: lieve limitazione della flessione - Contatto del piede: Contatto precoce del tallone, ma l'avampiede è comunque coinvolto - Simmetria dell'appoggio: Lieve asimmetria (peso leggermente maggiore su una gamba) - Allineamento del ginocchio: Lieve rotazione interna o esterna - Controllo del tronco: Lieve inclinazione o rotazione del busto - Uso delle braccia: Lievi asimmetrie delle braccia
Ref. Score o detrazione	6 4	Deviazioni di media entità: - Flessione del ginocchio: Atterraggio visibilmente rigido con flessione nettamente inferiore a 45° - Flessione dell'anca: Tronco eretto, minima flessione dell'anca - Contatto del piede: Atterraggio a piedi piatti o con contatto predominante del tallone - Simmetria dell'atterraggio: Una gamba sopporta chiaramente un carico maggiore; squilibrio visibile - Allineamento del ginocchio: Evidente valgismo (ginocchia verso l'interno) o varismo (ginocchia verso l'esterno) - Controllo del tronco: Inclinazione in avanti esagerata o evidente inclinazione o rotazione - Uso delle braccia: Asimmetrie evidenti delle braccia
Ref. Score o detrazione	4 6	Deviazioni significative - Flessione del ginocchio: Ginocchia quasi dritte o bloccate, assenza di ammortizzazione visibile - Flessione dell'anca: Anche rigide, nessuna flessione visibile all'impatto - Contatto del piede: Appoggio solo sul tallone, nessun utilizzo dell'avampiede, impatto rumoroso - Simmetria dell'atterraggio: Notevole asimmetria, una gamba compensa completamente - Allineamento del ginocchio: Valgismo o varismo estremo, allineamento instabile o pericoloso - Controllo del tronco: Cedimento del busto, movimento incontrollato, rotazione o inarcamento - Uso delle braccia: Segni di perdita di controllo o tentativo di correzione importante - Regola degli atterraggi rigidi: Qualsiasi atterraggio con quasi nessuna flessione del ginocchio/anca, estensione completa del ginocchio o contatto esclusivamente con il tallone

3.4. Detrazioni specifici degli esercizi Obbligatoriosi e del Test Tecnico

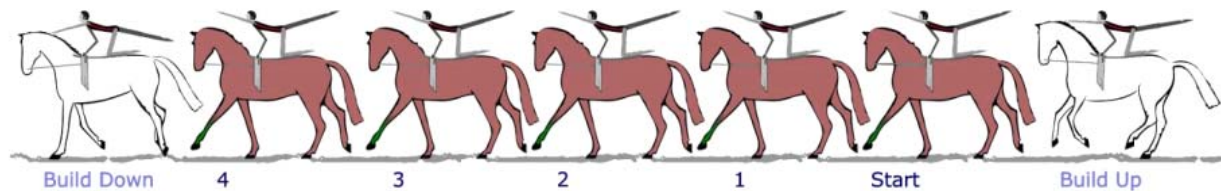
1 pt.	Obbl	Non passare dall'in ginocchio prima della bandiera o del In Piedi (lettera K) Per ogni errore di ritmo nel mulino, mezzo mulino, passaggi di gamba (lettera T)
1 pt.	Obbl&Tecn	Per ogni falcata di galoppo mancante in un esercizio statico (per esempio bandiere tenuta per 3 tempi di galoppo invece di 4 tempi, lettera G)
2 pt.	Obbl&Tech	- Ripetere immediatamente un esercizio senza lasciare il cavallo (lettera R); in un esercizio statico la ripetizione si applica ogni volta che la costruzione dell'esercizio ha cominciato, per esempio nell'In Piedi: il volteggiatore comincia ad alzarsi, riprende le maniglie per un momento e poi le lascia ancora per rialzarsi = ripetizione. - Se il cavallo non galoppa (passa al trotto o cambia galoppo o il galoppo è disunito) durante un esercizio o parte di esso, il volteggiatore dovrà ripetere tutto l'elemento per avere un punteggio e sarà penalizzato con una detrazione per la ripetizione - Se durante l'esercizio Tecnico "Salita in verticale sulla spalla" è costretto di saltare una seconda volta per perdita di equilibrio o contatto
2 pt	Obbl	- Caduta tra 2 esercizi (la detrazione sarà applicata all'elemento successivo) - Eseguire gli esercizi obbligatori nell'ordine non corretto e poi ripeterli correttamente senza lasciare il cavallo (per es. in 3* se prima della bandiera viene eseguito un seduto: detrazione di 2 pt. sulla bandiera)
Voto 0	Obbl&Tecn	- Uscire (cadere) con perdita di contatto durante un esercizio obbligatorio senza l'uscita prescritta - Per ogni esercizio richiesto non eseguito - Ripetere un esercizio 2 volte - Ogni esercizio non eseguito al galoppo corretto e non ripetuto - Dalla cat. C in su, <u>tutto il Test Obbligatorio</u> prende 0 se la salita è fatta con l'aiuto - Dove vi è un tempo limite per il Test Obbligatorio (competizione di squadra), prende 0 ogni esercizio iniziato dopo il suono della campana - In una salita: Perdere contatto con il cavallo alla fine della fase di salto
Voto 0	Obbl.	- Forbici fatte girando dalla parte sbagliata (= esercizio non eseguito) - Per ogni esercizio del Test Obbligatorio non eseguito nell'ordine corretto e non rettificato

3.5. Tabella delle detrazioni per le cadute (C) nel Test Libero e Test Tecnico

Cat.	Descrizione	Squadra	PDD	Ind. Libero	Ind. TT
1 a	Il volteggiatore / Tutti i volteggiatori cadono a terra senza controllo per una perdita di equilibrio (nessun contatto col cavallo o con la bardatura durante o alla fine del test; arrivo non in piedi . Cavallo vuoto. Una sola detrazione per tutti i volteggiatori caduti.	2.0	2.0	2.0	5.0
1 b	Un volteggiatore del PDD/ uno o due Volteggiatori della Squadra cadono a terra senza controllo per una perdita di equilibrio (nessun contatto col Cavallo o con la bardatura o col volteggiatore ancora sul cavallo; arrivo non in piedi . Cavallo non vuoto. Una sola detrazione per tutti i volteggiatori caduti.	1.0	1.0	—	—
2 a	A causa di una perdita di equilibrio il volteggiatore / tutti i Volteggiatori cadono a terra, ma arrivano in piedi con posizione eretta (nessun contatto col Cavallo/ bardatura/Volteggiatore) durante o alla fine del test. Cavallo vuoto. Una sola detrazione per tutti i Volteggiatori caduti.	1.0	1.0	1.0	3.0
2 b	Un volteggiatore del PDD/ uno o due volteggiatori della Squadra cadono a terra senza controllo per una perdita di equilibrio; nessun contatto con cavallo/bardatura/volteggiatore ancora sul cavallo) ma arrivo in piedi con posizione eretta, durante o alla fine del test. Cavallo non vuoto Una sola detrazione per tutti i volteggiatori caduti.	0,4	0,6	—	—
3	Caduta mantenendo il contatto con il Cavallo (ancora in contatto con il Cavallo, la bardatura, o il volteggiatore ancora sul cavallo) : Il volteggiatore tocca il terreno solo con i piedi e risale immediatamente. Batti e risali dopo una perdita di equilibrio	0,4	0,6	0,6	2.0
4	Più di un passo nei batti e risali	0,4	0,6	0,6	2.0
5 a	Dopo l'uscita il Volteggiatore non riesce a mantenere l'equilibrio sui due piedi e <u>tocca il terreno con altre parti del corpo (oltre alle mani)</u> . (In aggiunta si avrà una detrazione per la cattiva meccanica dell'uscita).	0,2	0,4	0,4	2.0
5 b	Dopo l'uscita il Volteggiatore non riesce a mantenere l'equilibrio sui due piedi e <u>tocca il terreno con le mani (o una mano)</u> .	0,1	0,2	0,2	1.0

	(In aggiunta si avrà una detrazione per la cattiva meccanica dell'uscita).				
--	---	--	--	--	--

3.6. Conteggio delle falcate



Una volta che la posizione statica è costruita, in conteggio delle falcate di galoppo inizia la prossima volta che la schiena del cavallo è nella posizione più bassa e l'anteriore interno si muove in avanti

Art. 4 – Test Obbligatorio

4.1. Generalità

Ogni esercizio richiesto riceve un voto; i decimali sono ammessi.

A	<i>Horse Score</i>	25%
B	<i>Esercizi</i>	25%
C	<i>Esercizi</i>	25%
D	<i>Esercizi</i>	25%

Nelle competizioni a squadre, il volteggiatore n. 1 esegue ogni esercizio obbligatorio richiesto, poi segue il volteggiatore n. 2 e così via.

Nelle competizioni individuali, nel caso in cui più atleti entrino con lo stesso cavallo, il volteggiatore deve aspettare l'uscita dal circolo del precedente volteggiatore prima di poter entrare egli stesso nel circolo, senza aspettare il segnale della campana.

Nelle competizioni Pas-de-Deux D/C/1*, il volteggiatore 1 esegue ogni esercizio obbligatorio richiesto, seguito dal volteggiatore 2.

4.2. Descrizione degli esercizi del Test Obbligatorio e criteri di valutazione

Vocabolario per descrivere le deviazioni nei voti di riferimento:

Voto:	Wording:
9	deviazione leggera
8	deviazione minore
7	piccola deviazione
6	deviazione media
5	deviazione significativa
4	deviazione maggiore

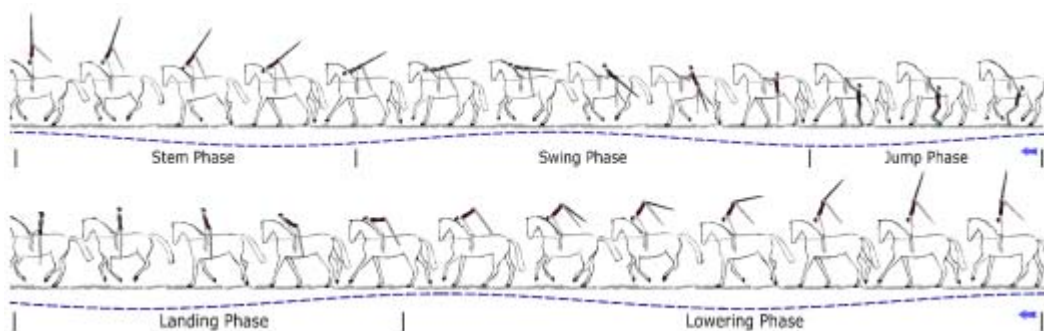
4.2.1. Salita

Essenza:

Armonia con il cavallo

Qualità del movimento

Controllo del corpo & postura



Meccanica:

la salita termina quando il volteggiatore arriva seduto in avanti sul cavallo.

La tecnica della salita prevede 5 fasi biomeccaniche:

- 1. Fase di salto (inizia quando il volteggiatore tocca il fascione)**
 - 2. Fase di slancio (inizia quando i piedi del volteggiatore staccano dal suolo)**
 - 3. Fase di appoggio (inizia quando il volteggiatore comincia a spingere con le braccia)**
 - 4. Fase di discesa (inizia quando il centro di gravità si comincia ad abbassare)**
 - 5. Fase finale = seduto (inizia quando il volteggiatore tocca il cavallo – con gambe, bacino – e finisce con il seduto)**
1. Entrambe le mani toccano qualsiasi parte del fascione, il volteggiatore salta a piedi uniti, vicino al cavallo. La parte superiore del corpo è eretta.
 2. La gamba destra è in linea con il torace e viene slanciata più alta possibile portando il bacino più alto della testa, mentre la gamba sinistra rimane lungo il cavallo in staccata sagittale.
 3. All'inizio della fase di appoggio, il volteggiatore passa dal tirare al spingere con le braccia. La gamba destra rimane in linea con il torace, fin quando il volteggiatore raggiunge una posizione verticale, Spalle e bacino sono paralleli all'asse delle spalle del cavallo.

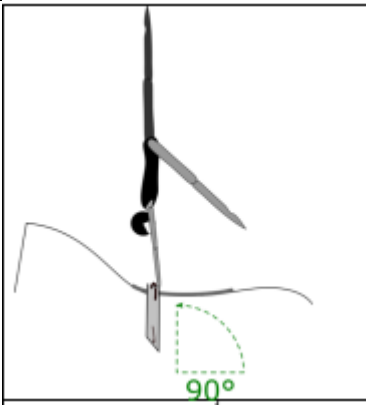
4. Seguendo la momentanea posizione verticale, il volteggiatore porta le spalle avanti per mantenere il baricentro al centro dell'area di appoggio (mani), la gamba destra e il corpo scendono lentamente con un movimento controllato, fluido ed in equilibrio.
5. il volteggiatore abbassa la gamba destra tesa e si siede dolcemente in posizione eretta.

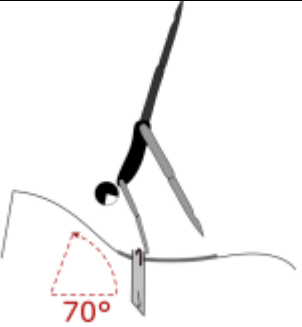
Categorie Ludiche

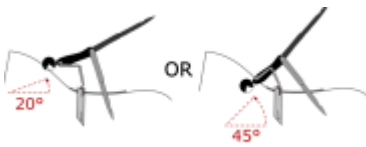
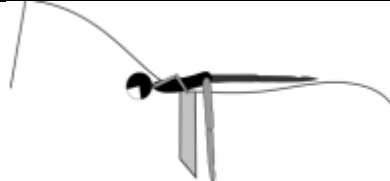
Nelle categorie ludiche la salita non viene valutata e viene sempre eseguita al passo con l'aiuto

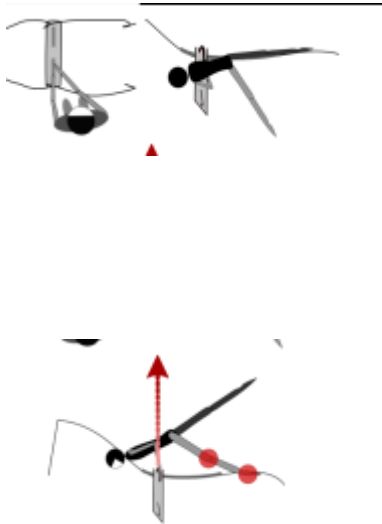
Anche se senza voto, il volteggiatore deve sedersi a Cavallo con leggerezza.

Salita: voto di riferimento

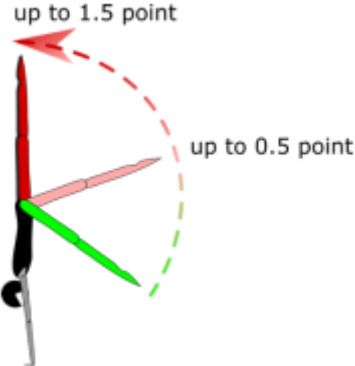
10		• Corretta fase di salto • Nel punto più alto, angolo tra busto e l'asse orizzontale è di 90° (verticale) • Nel punto più alto, massima estensione del braccio e della spalla • Nel punto più alto, il baricentro è sopra l'area di supporto (mani), le spalle e le anche sono parallele all'asse della spalla del cavallo • L'angolo tra la gamba sinistra e le anche/ il busto è max. 45° • La gamba destra è in linea con il busto durante tutta la fase di slancio e la fase di spinta • Corretto abbassamento e riceversi sul cavallo • Corretto flusso ed equilibrio del movimento
9		• Corretta fase di salto • Nel punto più alto, il baricentro è sopra l'area di supporto, le spalle e le anche sono parallele all'asse della spalla del cavallo, l'asse del corpo è dritto • La gamba destra è in linea con il busto durante tutta la

		fase di slancio e la fase di spinta • Corretto abbassamento e riceversi sul cavallo - Angolo tra busto e orizzontale è 70° - Nel punto più alto: massima estensione delle braccia (non incluso le spalle) - Lieve irregolarità di flusso nel movimento
8		• Corretta fase di salto • Nel punto più alto, il baricentro è sopra l'area di supporto, con asse del corpo rettilineo • Spalle sono più alte delle maniglie • Riceversi sul cavallo è centrato - Irregolarità minore di flusso nel movimento - Nel punto più alto: Massima estensione delle braccia E angolo tra busto e orizzontale: 45° OPPURE Media estensione delle braccia E angolo tra busto e orizzontale: 70° - Fase di slancio (swing phase): la gamba destra non è in linea con il busto - Toccare il cavallo durante la fase di slancio e spinta con una parte del corpo diversa delle mani (spalla, piede..), senza utilizzare questo contatto per spingere

7		- Piccola deviazione nel riceversi sul cavallo - Volteggiatore non salta con entrambi i piedi contemporaneamente - Nel punto più alto: Media Estensione delle braccia E angolo tra busto e orizzontale: 20° OPPURE Minima estensione delle braccia E angolo tra busto e orizzontale: 45°
6		- Media deviazione nel riceversi e media irregolarità nel flusso (breve interruzione del movimento) - Nel punto più alto: minima estensione delle braccia e angolo tra busto e orizzontale: 20° OPPURE Nessuna estensione delle braccia e angolo tra busto e orizzontale: 45° - Fase di spinta: spingersi via dal cavallo con piede /spalla, con o senza interruzione del movimento - Fase di slancio e spinta: durante lo slancio il volteggiatore salta in una posizione di supporto sulla gamba destra, e slancia la gamba destra in alto da questa posizione (notevole ritardo nel flusso di movimento)
5		- Baricentro raggiunge il livello della schiena del cavallo - Riceversi sul cavallo non centrato - Spalle sono più alte delle anche nel punto più alto

		- L'allineamento del corpo può avere delle deviazioni
4		- Fase di slancio: anche e spalle sono girate completamente verso il cavallo - Maggiore irregolarità nel flusso (interruzione significativa, perdita di controllo...) - Fase di spinta: maggiore spinta con piede/spalle, con o senza interruzione del movimento - salita senza spinta, il volteggiatore impiega più di 3 tempi di galoppo per arrivare in posizione seduta sul cavallo
3		- salita senza spinta, il volteggiatore impiega più di 5 tempi di galoppo per arrivare in posizione seduta sul cavallo
0		- caduta durante la salita, perdendo il contatto con il cavallo OPPURE Caduta durante la salita più di una volta (senza perdita di contatto = volteggiatore non riesce a salire)

Detrazioni:

Fino a 1,5 pt		• Detrazione si applica se l'angolo tra la gamba sinistra ed il busto supera i 45° (vedi disegno) Applicabile per punteggi di riferimento pari o superiori a 7.0.
2 pt.		• Ripetizione (lettera R): a) tentativo di salita non riuscito – volteggiatore non arriva in posizione seduta, deve ripetere, rimanendo in contatto con almeno una maniglia.

		Passi tra il primo ed il secondo tentativo sono permessi b) presa della maniglia e rilascio delle stesse, prima di tentare la prima volta la salita
--	--	---

4.2.2. Il Seduto (“Posizione Base”)



Essenza:

Armonia con il Cavallo

Equilibrio, postura e rimanere seduti

Meccanica:

Il volteggiatore siede con il busto eretto e centrale sulla schiena del cavallo subito dietro al fascione, con le gambe che scendono lunghe ed in contatto con il cavallo. Si deve poter tracciare una linea perpendicolare al terreno passante per spalle, bacino e tallone.

Le spalle del volteggiatore sono parallele alle maniglie, le braccia vengono portate fuori distese lungo il piano frontale, la punta delle dita è all'altezza degli occhi. Le gambe scendono verso il basso con anche, ginocchia e dita dei piedi rivolte in avanti.

Per rimanere in equilibrio, il volteggiatore deve sedersi correttamente senza aggrapparsi con le gambe o contrarre i muscoli. La schiena rimane morbida e rilassata per assorbire il movimento del cavallo. Il volteggiatore deve sedersi su tre punti e distribuire il peso per 2/3 in maniera uguale sulle tuberosità ischiatiche e 1/3 sull'interno coscia. Il busto deve essere verticale ed il bacino deve essere in posizione naturale in modo che il rachide mantenga la naturale lordosi lombare. Questa curva deve essere naturale e non deve essere forzata; non deve essere confusa con l'iper-lordosi lombare che al contrario è negativa. L'accentuazione di questa curva crea tensioni muscolari e porta il volteggiatore a sollevare i glutei dal copertino, così da non poter più assorbire il movimento del cavallo.

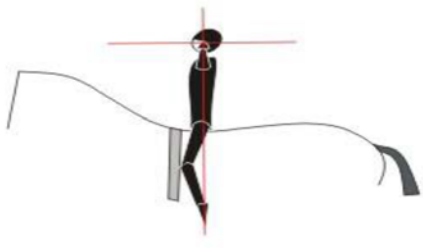
Il seduto è lo stare seduti passivamente sul cavallo seguendone il movimento alla perfezione.

Alla conclusione dell'esercizio il volteggiatore riprende le maniglie con le due mani contemporaneamente.

Categorie Ludiche/Integrate

Per queste categorie si hanno 4 battute di mano, che devono riprodurre il ritmo di galoppo. Le mani sono all'altezza degli occhi.

Seduto: Voto di riferimento

10		Volteggiatore seduto su tre punti di appoggio, busto eretto, gambe morbide verso il basso in contatto con il cavallo, linea verticale spalla bacino tallone, segue perfettamente il movimento del cavallo.
8		Volteggiatore seduto su tre punti di appoggio, busto eretto, gambe morbide verso il basso in contatto con il cavallo, linea verticale spalla bacino tallone, il movimento del cavallo non è assorbito completamente, il bacino si alza leggermente
7-		Assorbimento del movimento sufficiente, busto leggermente inclinato in avanti. Posizione delle gambe non del tutto corretta
6		Natiche non sempre in contatto con il cavallo, busto non dritto, posizione delle gambe non del tutto corretta

5		Gambe troppo avanti "chair seat" (come fosse seduto su una sedia)
4		Schiena troppo arcata. "Fork seat": seduto a forchetta

Detrazioni:

1 punto	Per ogni falcata di galoppo mancante (meno di 4); le falcate si cominciano a contare da quando l'esercizio è costruito completamente (lettera G)
2 punti	Riprendere le maniglie (lettera R) è considerato ripetizione

4.2.3. Bandiera

Essenza:

Armonia col Cavallo

Equilibrio e mobilità

Meccanica:

La bandiera è un esercizio statico con 3 fasi biomeccaniche:

1. Fase di costruzione dell'esercizio – comincia dal seduto
2. Fase statica – comincia quando la figura è costruita per intero
3. Fase decostruzione – comincia dopo che la fase statica è stata completata (dopo aver tenuto la figura statica per quattro falcate di galoppo)

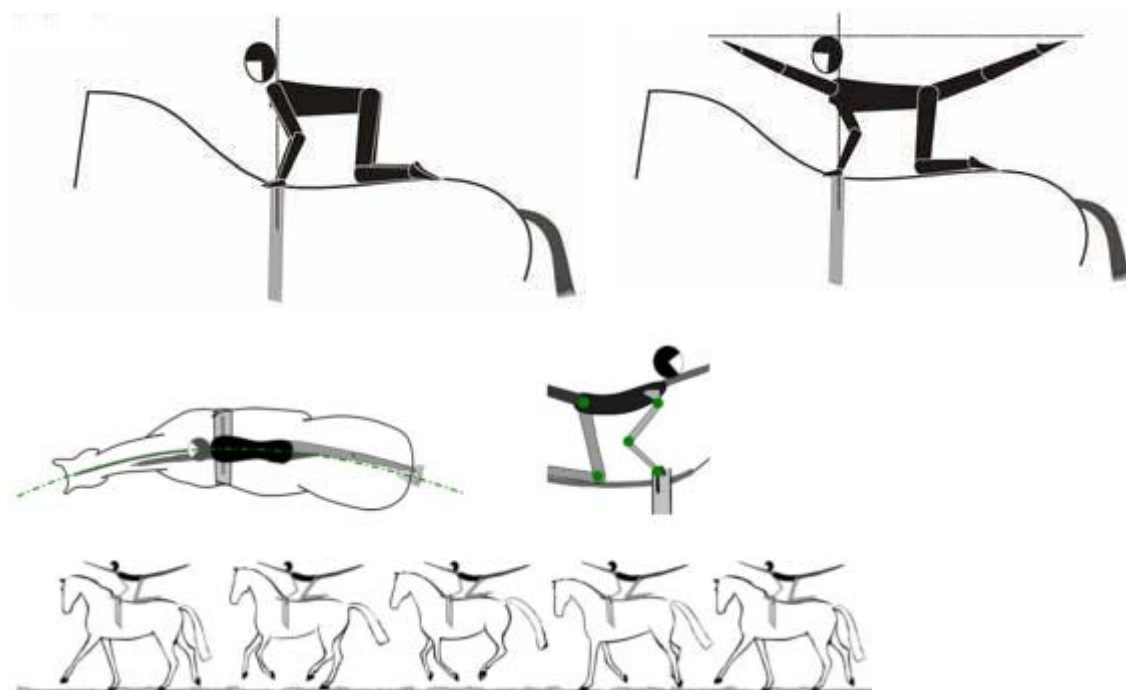
Da seduto il volteggiatore si porta in ginocchio con entrambe le gambe contemporaneamente, appoggiandosi in diagonale sulla schiena del cavallo. Il ginocchio sinistro è alla sinistra del rachide del cavallo, (interno) il piede sinistro è alla sua destra (esterno).

La gamba di appoggio rimane sempre in contatto con la schiena del cavallo ed il peso del volteggiatore è distribuito in ugual misura dal ginocchio al piede.

La testa rimane alta e lo sguardo avanti, mento più alto delle spalle. La gamba destra ed il braccio sinistro si distendono contemporaneamente fino ad una linea retta immaginaria (passante almeno sopra le spalle e le anche, idealmente passa per la punta delle dita della mano, la testa ed il piede). La mano destra tiene la maniglia (sopra). Le spalle sono sopra alle maniglie e parallele al terreno. Il bacino deve rimanere piatto. Il volteggiatore forma un leggero arco dalla mano al piede.

Per concludere la bandiera il volteggiatore riprende la maniglia, contemporaneamente distende la gamba lungo il fianco del cavallo. Si risiede delicatamente facendo forza sulle braccia e distendendo anche la gamba sinistra si conclude nella posizione in ginocchio.

Nelle categorie C e 1* la bandiera si conclude nella posizione in ginocchio.



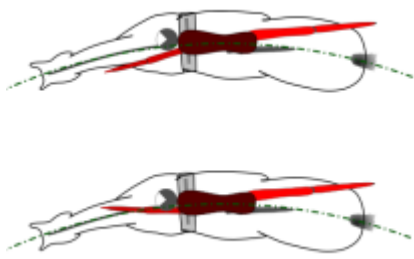
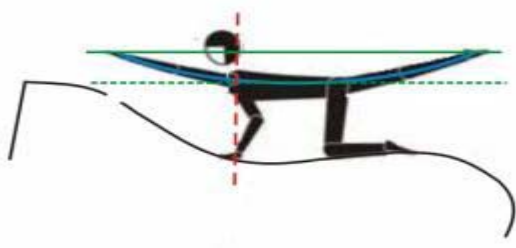
4.2.4. Mezza Bandiera

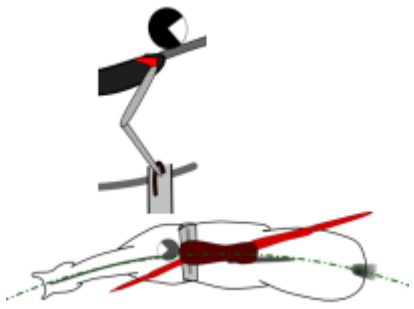
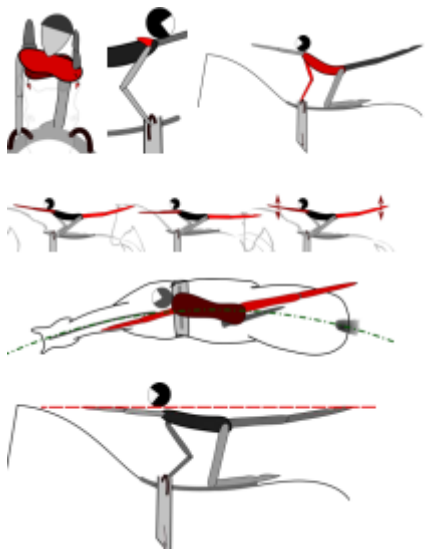
Nelle categorie ludiche e nella categoria B e D si ha la Mezza Bandiera, eseguita solo con la gamba.

Mezza bandiera cat. B: la mano esterna tiene la maniglia (sopra), la mano interna si porta sulla pancia.

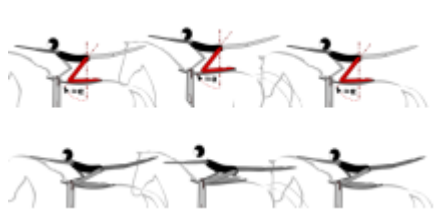
Mezza bandiera cat. D: la mano esterna tiene la maniglia (sopra), la mano interna si porta dietro alla schiena.

Bandiera: voto di riferimento

10		• Tecnica corretta con elevazione ottimale. L'arco non è spezzato, le articolazioni assorbono totalmente il movimento del cavallo • Braccio e gamba estesi sono stabili • Posizione corretta delle spalle (sopra o leggermente dietro le maniglie) • Punta delle dita e dei piedi sono all'altezza del punto più alto della testa, con testa centrata e mento più alto delle spalle
9-		• Tecnica corretta • Lieve deviazione nell'assorbimento del movimento • Elevazione di braccio/gamba al livello richiesto, ma non allineati • Braccio e gamba leggermente fuori della linea della spina dorsale del cavallo
8		• Tecnica corretta • Leggera deviazione nell'assorbimento del movimento • Elevazione di braccio/gamba all'altezza degli occhi

7-		• Distribuzione del peso non uniforme su tutta la parte inferiore della gamba • Momentanea perdita di equilibrio (per la durata di una falcata) • Leggera mancanza di stabilità del braccio e della gamba estesi • Braccio e gamba estesi chiaramente non il linea con la spina dorsale del cavallo • Spalle chiaramente davanti/indietro rispetto alle maniglie
6		• Deviazione media della postura corretta (scapola, bacino girato, troppo alto, troppo basso, ...) • Braccio/gamba non stabili • <u>Corpo</u> non allineato con la spina dorsale del cavallo • Elevazione di braccio/gamba al livello del mento, mento non sopra l'altezza delle spalle • Perdita d'equilibrio
5		• Difetto significativo nell'assorbimento con gamba e braccio • Deviazione significativa della postura corretta (scapola, bacino girato, troppo alto, troppo basso, schiena inarcata...) • Mancanza di stabilità / tenuta del corpo, braccio e gamba • Elevazione non soddisfacente (appena orizzontale)

4



- Mancanza di assorbimento del movimento
- Mancanza di stabilità e tenuta
- Grave perdita di equilibrio
- Bandiera “schiacciata” (elevazione sotto la verticale e/o l’angolo della gamba che poggia sul cavallo molto chiuso (bacino molto vicino al piede))

Detrazioni:

Fino a 1 pt.	• Mano e gamba non escono contemporaneamente • La gamba destra viene distesa prima in basso poi alzata • Nelle cat. D, C e 1* non tornare in ginocchio
1 pt.	• Ogni falcata di galoppo mancante (meno di 4) (lettera G) • Non passare dall’in ginocchio (lettera K)
2 punti	• Una o entrambe le mani non sopra alla maniglia, in contatto solo con il fascione • Riprendere le maniglie (lettera R) • Ripetizione della Bandiera (per es. perché il cavallo si era messo al trotto, il volteggiatore ripete). La bandiera può essere ripetuta dalla posizione in ginocchio o dalla posizione seduta.

4.2.5. Mulino**Essenza:**

Armonia con il Cavallo

Stare seduti, postura, mobilità, ampiezza e rispetto dei tempi.

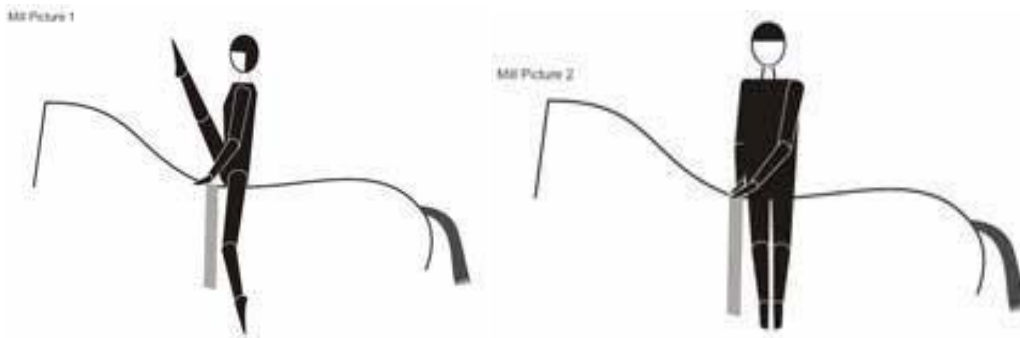
Meccanica:

Il mulino è un esercizio in cui il volteggiatore non lascia mai la posizione seduta. Dalla posizione seduto in avanti il volteggiatore compie una rotazione completa sul dorso del cavallo in 4 fasi. Ogni gamba è distesa e portata sopra al cavallo in un ampio semicerchio. L'altra gamba rimane ferma in contatto con il cavallo. Il busto eretto, centrale e quasi verticale in ogni fase. La testa, le spalle ed il bacino ruotano contemporaneamente al passaggio della gamba. Il momento in cui lasciare e riprendere le maniglie è a discrezione del volteggiatore. Ogni passaggio deve essere eseguito in 4 falcate di galoppo.

Il mulino: prima fase

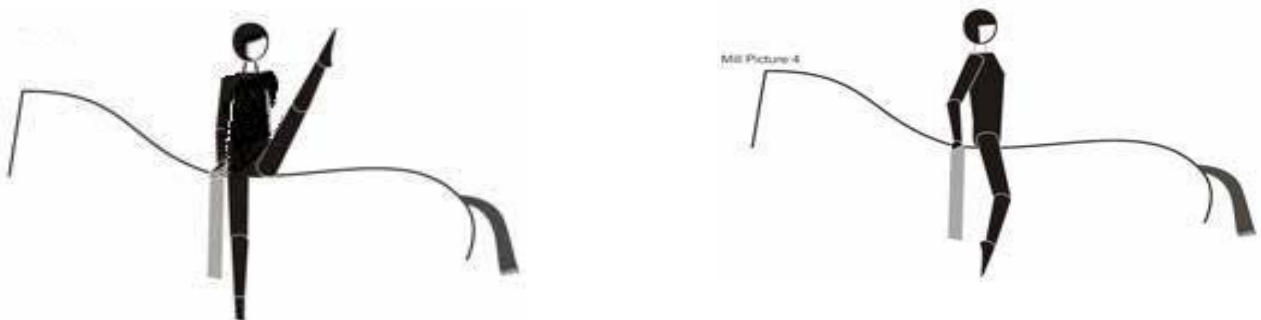
La gamba destra passa sopra al collo del cavallo. Il volteggiatore lascia e riprende le maniglie al passaggio della gamba. La prima fase termina con il volteggiatore rivolto

all'interno, busto e gambe formano un angolo retto, le gambe chiuse e a contatto con il cavallo.



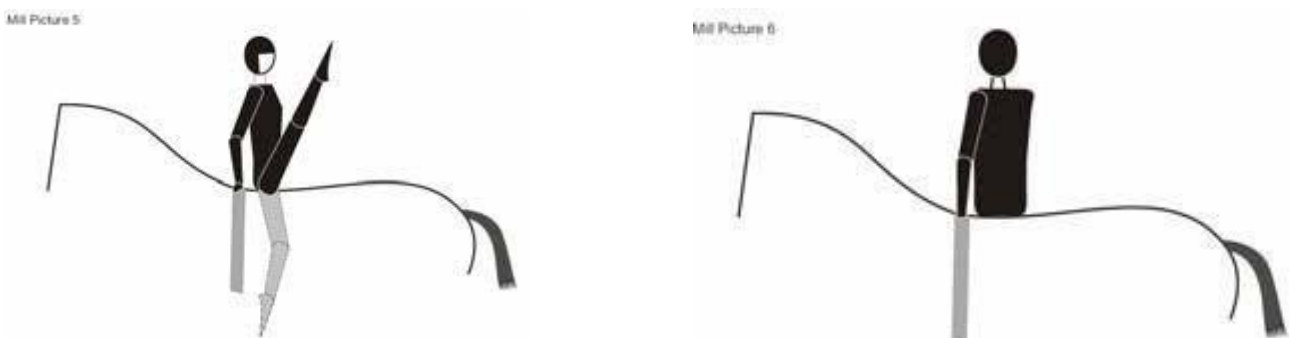
Il mulino: seconda fase

La gamba sinistra passa sopra la groppa del cavallo. La seconda fase termina con il volteggiatore girato all'indietro. Le mani cambiano l'impugnatura delle maniglie.



Il mulino: terza fase

La gamba destra passa sopra la groppa del cavallo. La terza fase termina con il volteggiatore seduto all'esterno. Busto e gambe formano un angolo retto e le gambe rimangono unite e in contatto con il cavallo. Le mani cambiano le impugnature delle maniglie.



Il mulino: quarta fase

La gamba sinistra passa sopra al collo del cavallo. Le mani lasciano e riprendono le maniglie al passaggio della gamba. La quarta fase termina con il volteggiatore rivolto avanti nella posizione di partenza.

Mil Picture 7



Mil Picture 8 (Dismount after Mil)

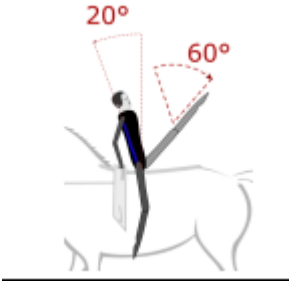
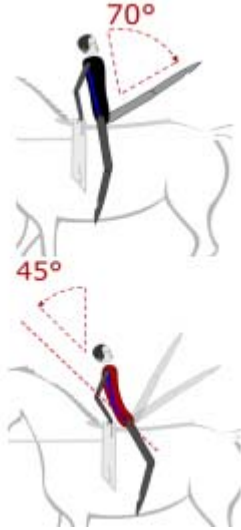
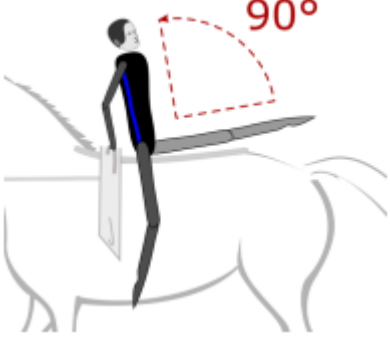


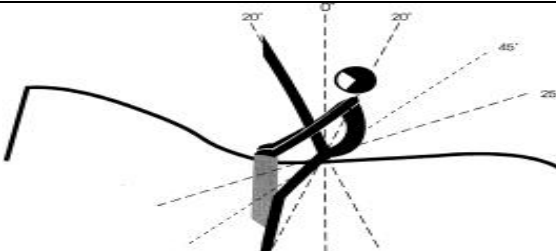
I PASSAGGI DI GAMBA:

Essenza e meccanica sono identiche alle fasi del mulino. Inizia la gamba interna verso esterno, poi si ritorna al seduto in avanti, poi la gamba esterna verso l'interno, seguito dalla discesa. Nel seduto laterale le spalle sono parallele alla spina dorsale del cavallo.

Mulino: voto di riferimento

10	Upper body position Angle between leg and upper body	- Busto e gamba quasi verticali - Angolature -vedi disegni - Eccellente fluidità nel movimento - Testa, spalle e bacino ruotano contemporaneamente
9		Fluidità con lieve interruzione
8	45°	- Busto quasi verticale, gamba a circa 45° - Non sempre seduto correttamente (bacino si alza insieme alla gamba ruotante per un breve momento) - Angolo tra gamba ruotante e busto 45°

7		• Fluidità con poche interruzioni • Postura corretta, con momenti di leggera perdita d'equilibrio e spostamento della gamba ferma • Busto max. 20° dietro la verticale e angolo busto/gamba ruotante 60°
6		• Non sempre seduto interamente sui glutei (si alzano con il passaggio della gamba) • Tirare con forza le maniglie (per mantenere la posizione seduta con busto eretto OPPURE • Angolo tra bacino e verticale 45° • Nel passaggio la gamba si muove su e giù, mancanza di movimento fluido • Rotazione di testa, spalle e bacino ritardata • Angolo busto/gamba ruotante 70°
5		• Mancanza di fluidità e controllo della gamba ruotante • Angolo tra busto/gamba 90°

4		Schiena curva (più di 45° dietro alla verticale)
---	---	--

Detrazioni:

1 punto	• Un punto per ogni errore di ritmo (lettera T)
---------	---

4.2.6. MEZZO MULINO

Meccanica:

Il Mezzo Mulino ha 2 fasi. Il volteggiatore non deve mai lasciare la posizione seduta durante le due fasi. Ogni gamba viene distesa e portata sopra al cavallo in un ampio semicerchio. L'altra gamba rimane ferma in contatto con il cavallo. Il busto eretto, centrale e quasi verticale in ogni fase. La testa ed il busto ruotano al passaggio della gamba. Il momento in cui lasciare e riprendere le maniglie è a discrezione del volteggiatore. La prima fase deve essere eseguita in 4 falcate di galoppo seguite immediatamente dalla seconda fase.

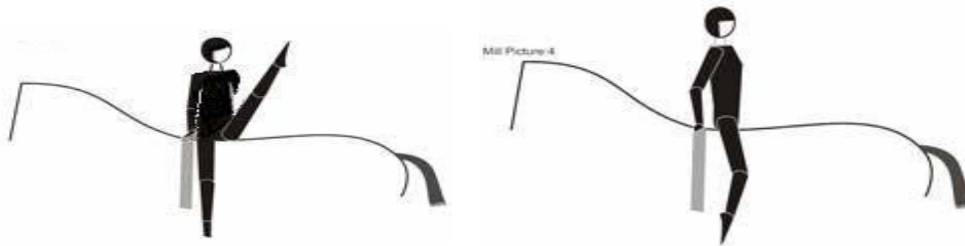
Il ½ mulino: prima fase

La gamba destra passa sopra al collo del cavallo. Il volteggiatore lascia e riprende le maniglie al passaggio della gamba. La prima fase termina con il volteggiatore rivolto all'interno, busto e gambe formano un angolo retto, le gambe chiuse e a contatto con il cavallo.



Il ½ mulino: seconda fase

La gamba sinistra passa sopra la groppa del cavallo. La seconda fase termina con il volteggiatore girato all'indietro. Le mani cambiano l'impugnatura delle maniglie.



4.2.7. Forbice 1° parte (Forbice in Avanti)

Essenza:

Armonia con il Cavallo

Coordinazione del movimento di forbice e altezza

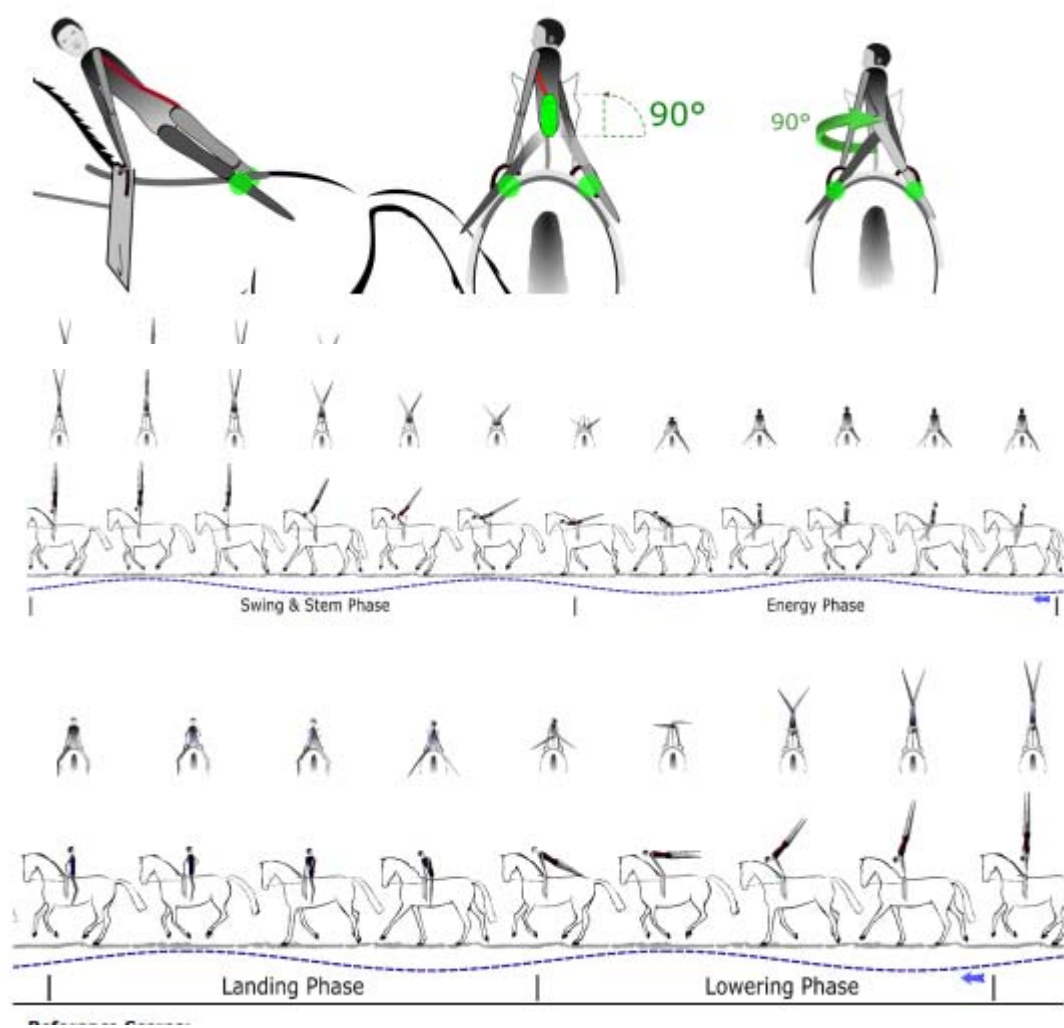
Meccanica:

La Forbici in avanti è un esercizio dinamico che comprende 4 fasi biomeccaniche:

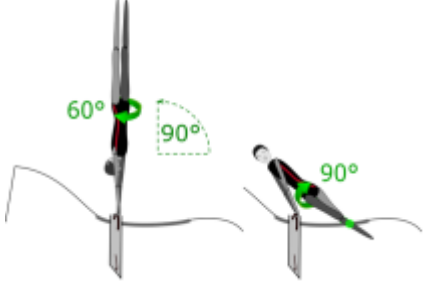
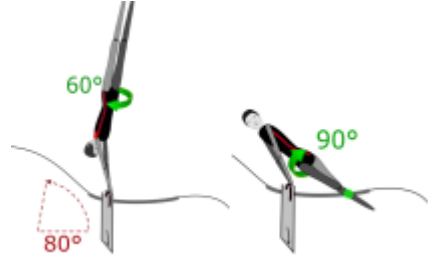
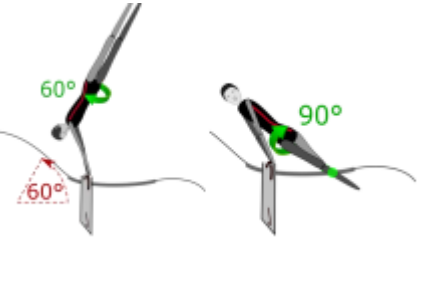
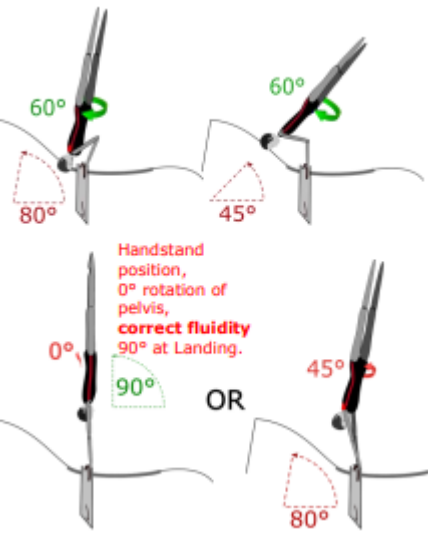
1. Fase energetica – inizia in posizione seduta in avanti e include la presa di slancio con le gambe
2. Fase di slancio e di spinta – la fase di slancio inizia quando il corpo perde il contatto con il cavallo (le mani sono l'unico contatto); la spinta inizia quando il baricentro si trova sopra la superficie di appoggio (maniglie)
3. Fase discendente – inizia dopo il punto di massima elevazione (altezza massima)
4. Riceversi sul cavallo – inizia quando il volteggiatore tocca il cavallo nel riceversi e finisce con il seduto indietro.

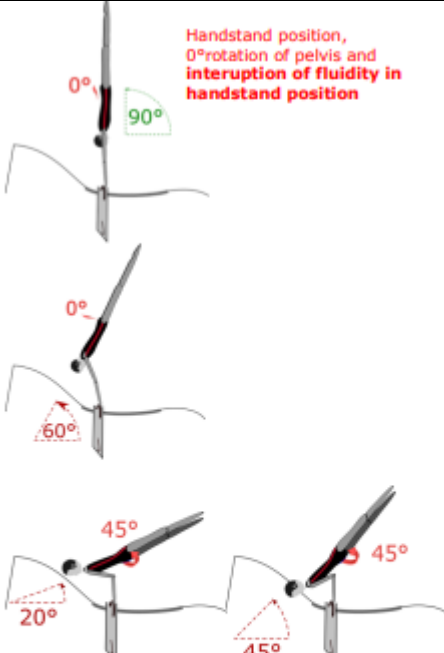
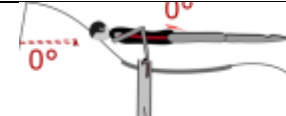
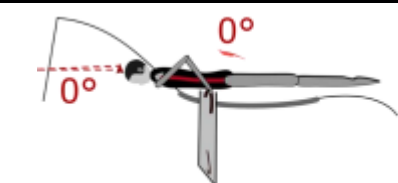
Il movimento delle forbici è una rotazione sull'asse longitudinale del corpo con un movimento simultaneo delle gambe tese.

Dalla posizione seduta il volteggiatore slancia le gambe tese dietro per raggiungere la massima elevazione verso la verticale con le braccia distese. Senza interrompere questo movimento il bacino gira verso sinistra di un quarto in modo che le gambe passino vicine tra loro ad una uguale ed equidistante da terra nel punto di massima elevazione. La prima parte termina con un arrivo morbido sul cavallo con il busto eretto in posizione seduta all'indietro.



Forbici in Avanti: Voto di riferimento

10		• Nel punto più alto: estensione massima di braccia e spalle, angolo tra busto e orizzontale: 90° • Rotazione del bacino prima di iniziare la fase discendente: 60° • Gambe passano vicini l'un l'altra in equidistante da terra. • “step position” delle gambe (vedi disegno) • Discesa controllata ed equilibrata • Nel momento della fase di riceversi il bacino è girato 90° e si slitta in maniera fluida in una corretta posizione seduta indietro • Seduto indietro centrato
9		• Nel punto più alto: estensione massima delle braccia (non spalle), angolo tra busto e orizzontale 80° • Discesa abbastanza controllata • Lieve deviazione della fluidità
8		• Rotazione del bacino prima della fase discendente corretta (60°) • Rotazione del bacino nel riceversi corretta (90°) • Punto più alto: massima estensione delle braccia (non spalle), angolo tra busto e orizzontale 60° • Schiena leggermente inarcata • Fase discendente/riceversi: seduto indietro leggermente non centrato e irregolarità nella fluidità
7		• Estensione delle braccia media e angolo tra busto e orizzontale 45°, rotazione del bacino 60° OPPURE • Minima estensione delle braccia e angolo tra busto e orizzontale 80°, rotazione del bacino 60° OPPURE • Massima estensione delle braccia e spalle e angolo tra busto e orizzontale 90°, rotazione del bacino 0° ma 90° nel riceversi. OPPURE • Girato 45° al punto più alto, e 45° nel riceversi

6	 Handstand position, 0° rotation of pelvis and interruption of fluidity in handstand position	• Massima estensione braccia/spalle, angolo busto/orizzontale 90°, rotazione del bacino 0°, con interruzione del movimento (rimane in posizione verticale) OPPURE • Media estensione braccia, angolo busto/orizzontale 60°, rotazione del bacino 0°, con corretta fase discendente e seduto indietro correttamente girato e centrato OPPURE • Minima estensione braccia, angolo busto/orizzontale 45°, rotazione bacino 45° • Leggermente schiena inarcata • Non allineato con l'asse longitudinale del cavallo • Irregolarità nella fluidità • Riceversi pesantemente
5		• Minima estensione braccia, angolo busto/orizzontale 0°, rotazione bacino 0°. • Movimento gambe (passaggio l'una vicino l'altra) non corretto/non esistente • Irregolarità nella fluidità
4		• Nessuna estensione braccia, angolo busto/orizzontale 0°, rotazione bacino 0°. • Problemi di postura e controllo del corpo (schiena inarcata, non allineato con l'asse longitudinale del cavallo, mancanza di tenuta delle gambe...) • Disturbo dell'equilibrio del cavallo

4.2.8. Forbice 2° parte (Forbice indietro)

Essenza:

Armonia con il Cavallo

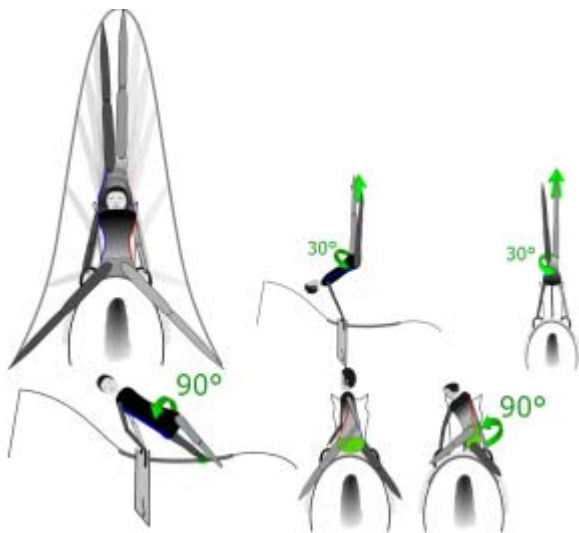
Coordinazione del movimento di forbice e altezza

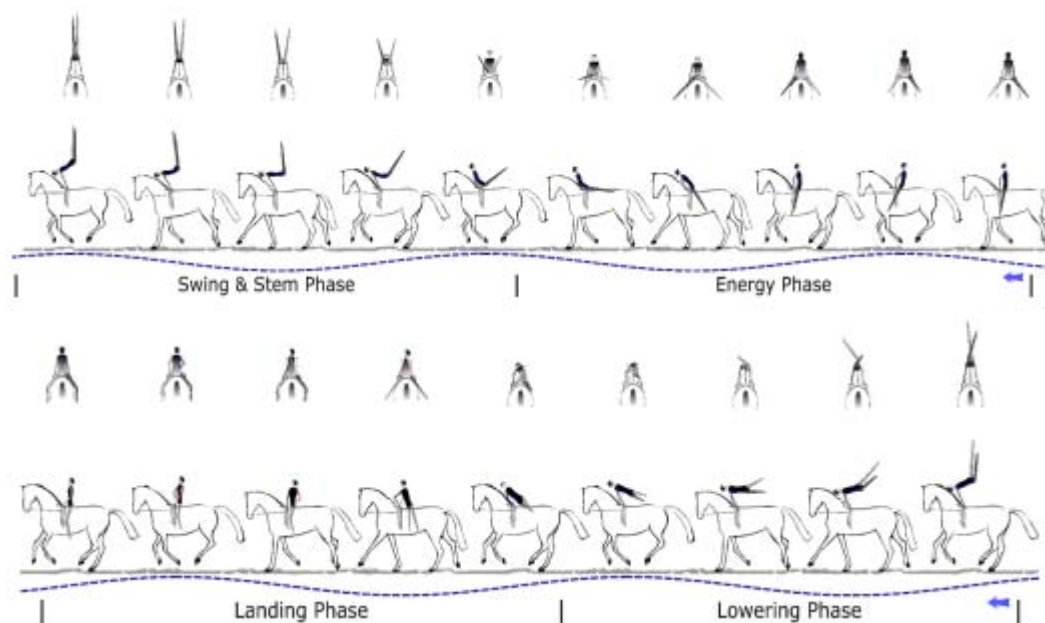
Meccanica:

La Forbici indietro è un esercizio dinamico che comprende 4 fasi biomeccaniche:

1. Fase energetica – inizia in posizione seduta indietro
2. Fase di slancio e di spinta – la fase di slancio inizia quando il corpo perde il contatto con il cavallo (le mani sono l'unico contatto);
3. Fase discendente – inizia dopo il punto di massima elevazione (altezza massima)
4. Riceversi sul cavallo – inizia quando il volteggiatore tocca il cavallo con una gamba e finisce con il seduto in avanti.

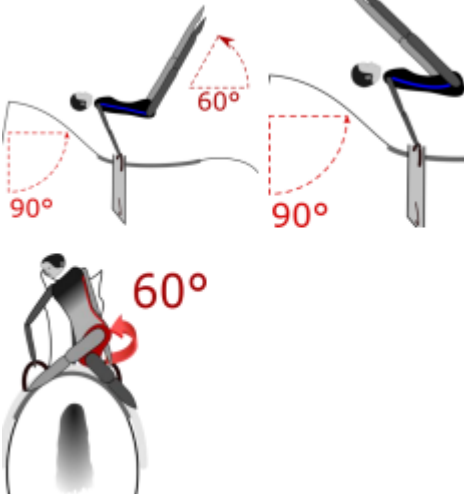
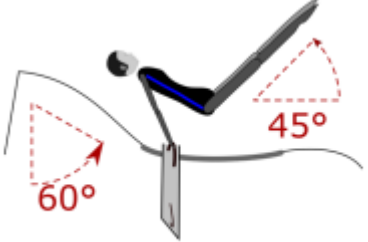
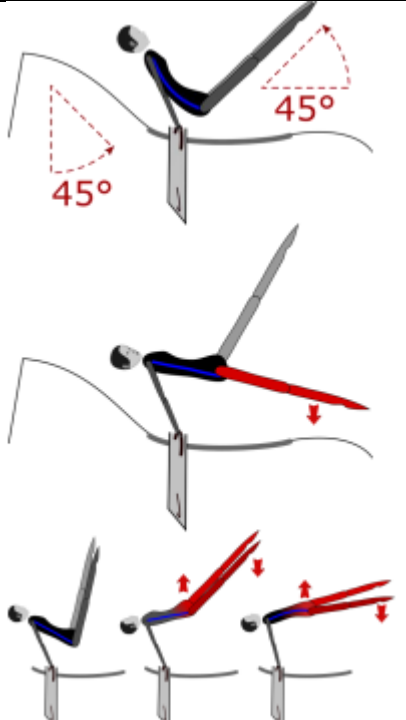
Da seduto all'indietro il volteggiatore slancia le gambe tese in avanti-alto e i piedi e il bacino devono raggiungere il punto più alto nello stesso momento. Le braccia si distendono per raggiungere il punto più alto, l'angolo tra le braccia e il busto deve essere il più ampio possibile. Senza interrompere il movimento le anche girano verso sinistra e le gambe passano vicine una all'altra incrociandosi nel punto più alto. I piedi del volteggiatore descrivono un semicerchio uguale ed equidistante da terra. La seconda fase delle forbici termina con un arrivo morbido sul cavallo con il volteggiatore girato avanti seduto con il busto eretto.

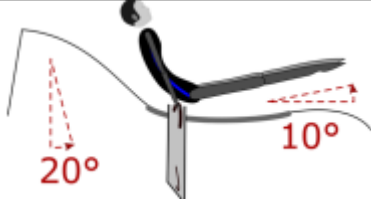
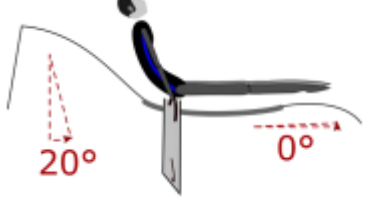




Forbice indietro: Voto di riferimento

10		• L'angolo tra busto e la verticale è più di 90°, e quello tra orizzontale e gambe 90° • Estensione massima delle braccia al punto più alto • Rotazione del bacino prima della fase discendente: 30° • Corretto Movimento delle gambe • Discesa controllata ed equilibrata • Nel riceversi, bacino girato a 90° • Fluidità corretta
9		• L'angolo tra il busto e la verticale è circa 90°, quello tra l'orizzontale e le gambe è meno di 90°, braccia estese • Rotazione del bacino prima della fase discendente: 30° • Nel riceversi, la rotazione del bacino è 90°

8		• L'angolo tra il busto e la verticale è appena sotto 90°, quello tra l'orizzontale e le gambe è 60°, braccia estese • Rotazione bacino prima della fase discendente: 10° • Nel riceversi, rotazione del bacino 60° • Leggermente fuori centro • Movimento non completamente fluido
7		• L'angolo tra il busto e la verticale 60°, quello tra l'orizzontale e gambe 45°, braccia estese • Rotazione bacino prima della fase discendente: 0° • Nel riceversi, rotazione del bacino 45° • fuori centro nel riceversi girato in avanti, Movimento non completamente fluido
6		• L'angolo tra il busto e la verticale 45°, quello tra l'orizzontale e gambe 45° • Movimento non fluido • Gamba esterna non controllata, "cade" giù • Bacino va spinto in su rapidamente, stendendo le gambe nell'anca, causando un'interruzione del movimento

5		• Angolo tra verticale e busto 20°, angolo tra gambe ed orizzontale 10°
4		• Angolo tra verticale e busto 20°, angolo tra gambe ed orizzontale 0° • Fluidità di movimento non sufficiente • Crollo indietro sul collo del cavallo • Rotazione bacino 0°

4.2.9. Slancio indietro, seguito dall'uscita all'interno con passaggio di gamba

Essenza:

Armonia con il Cavallo

Coordinazione del movimento di slancio e altezza

Meccanica:

Lo slancio indietro seguito dall'uscita all'interno è un esercizio dinamico che comprende 5 fasi biomeccaniche:

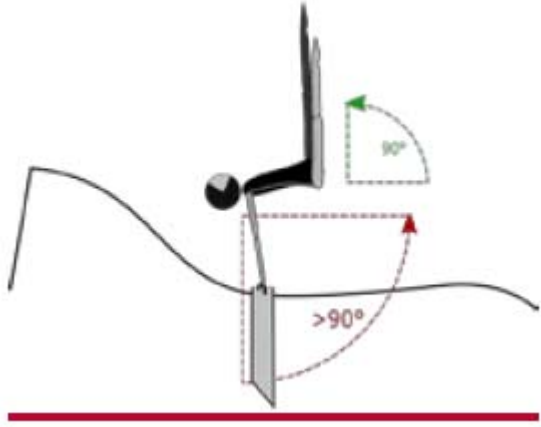
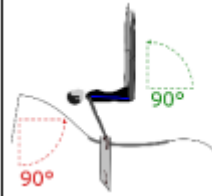
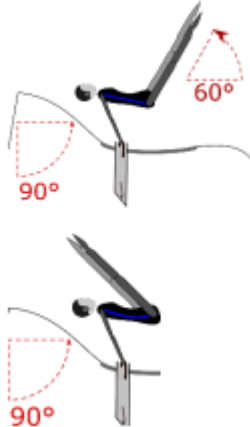
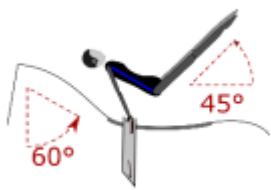
1. Fase energetica – inizia in posizione seduta indietro
2. Fase di slancio e di spinta – la fase di slancio inizia quando il corpo perde il contatto con il cavallo (le mani sono l'unico contatto);
3. Fase discendente – inizia dopo il punto di massima elevazione (altezza massima)
4. Riceversi sul cavallo – inizia quando il volteggiatore tocca il cavallo con una gamba
5. Uscita all'interno – inizia dalla posizione seduta indietro e finisce con l'atterraggio

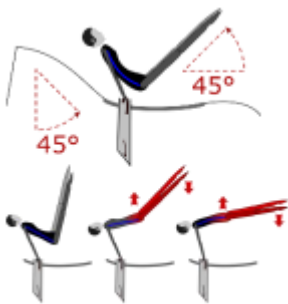
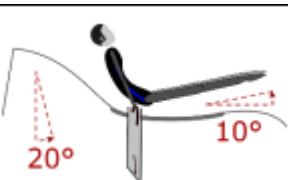
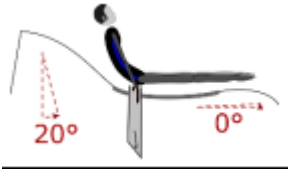
Da seduto all'indietro il volteggiatore slancia le gambe tese e aperte (larghezza dell'anca) in avanti-alto e i piedi e il bacino devono raggiungere il punto più alto nello stesso momento. Le braccia si distendono per raggiungere il punto più alto, l'angolo tra le braccia e il busto deve essere il più ampio possibile. Poi il volteggiatore torna con leggerezza seduto indietro.

Discesa all'interno:

Il volteggiatore esegue un quarto di mulino indietro passando la gamba sinistra tesa sopra la groppa del cavallo disegnando un arco ampio e alto per tornare seduto all'interno. Il volteggiatore, tenendo la maniglia interna, si gira in avanti. Con gambe chiuse e anche distese il volteggiatore spinge contro le maniglie verso l'alto e via dal cavallo. Lascia le maniglie e atterra con gambe quasi chiuse continuando a correre nella direzione del cavallo.

Slancio indietro: voto di riferimento

10		- L'angolo tra il busto e la verticale è più di 90°, quello tra il busto e le gambe è di 90° (gambe rispetto l'orizzontale circa 90°) - Braccia completamente estese alla massima altezza
9		- L'angolo tra il busto e la verticale è 90°, quello tra gambe e orizzontale 90° - Braccia completamente estese alla massima altezza
8		- L'angolo tra il busto e la verticale è appena sotto 90°, quello tra gambe e orizzontale 60° - Braccia completamente estese alla massima altezza - Leggermente fuori centro nel riceversi seduto indietro
7		- L'angolo tra il busto e la verticale è 45°, quello tra gambe e orizzontale 45° - Controllo del corpo, postura con deviazioni medie dalla tecnica ottimale - Non centrato nel riceversi seduto indietro - Seduto indietro deve essere corretto

6		• L'angolo tra il busto e la verticale è 60°, quello tra gambe e orizzontale 45° • Controllo del corpo, postura con piccole deviazioni dalla tecnica ottimale • Riceversi pesantemente • Bacino va spinto in su rapidamente, stendendo le gambe nell'anca, causando un'interruzione del movimento
5		• L'angolo tra il busto e la verticale è 20°, quello tra gambe e orizzontale 10° • Riceversi non centrato
4		• L'angolo tra il busto e la verticale è 20°, quello tra gambe e orizzontale 0° • Poco controllo del corpo e del movimento • Movimento non fluido • Crollo indietro sul collo del cavallo

Per valutare l'atterraggio dopo l'uscita, si applicano i criteri generali

3.3.9. Atterraggio. In caso di caduta durante l'atterraggio, la detrazione per atterraggio scorretto è inclusa nella detrazione per la caduta; il punteggio di 4 o inferiore viene assegnato in base alla gravità della caduta.

4.2.10. In Piedi

Essenza:

Armonia con il Cavallo

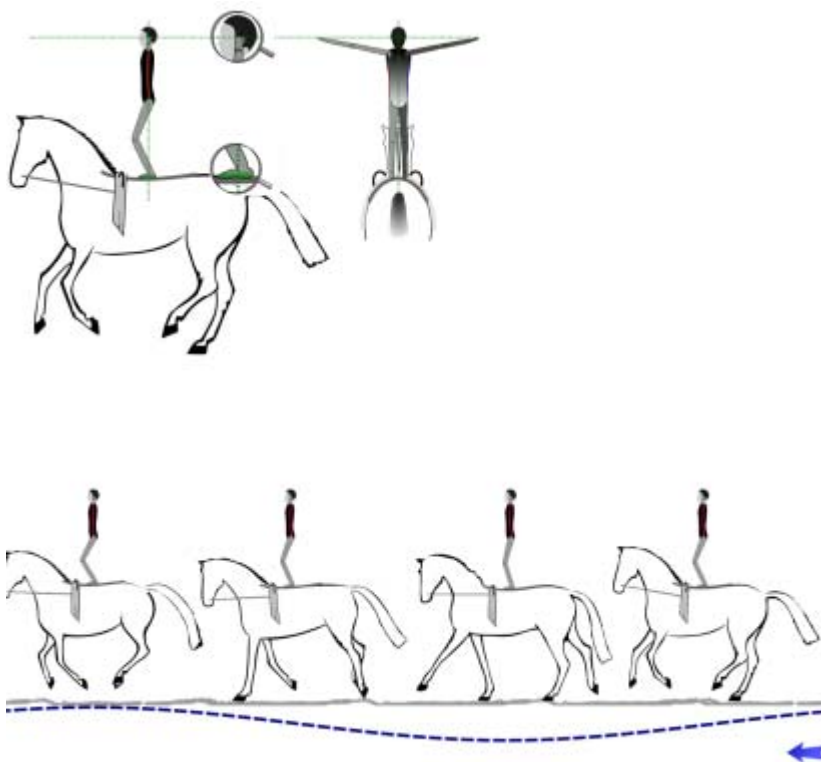
Equilibrio

Controllo del corpo, postura

Meccanica:

Da seduto (oppure dall'In ginocchio, dipendente dalla categoria) il volteggiatore si porta in ginocchio con leggerezza con entrambe le gambe e con un saltino porta in piedi. La testa rimane sempre alta e lo sguardo avanti. I piedi sono fermi e con il peso ben distribuito su tutta la pianta per tutto l'esercizio. La distanza tra loro è pari alla larghezza delle anche; la punta dei piedi rivolta avanti. Le maniglie vengono lasciate insieme mentre il volteggiatore sale con il busto e si porta in piedi. Una linea retta immaginaria passa per le spalle, il bacino e il tallone. Le braccia vengono distese in fuori con la punta delle dita all'altezza degli occhi. Le ginocchia rimangono sempre leggermente piegate per ammortizzare il movimento del cavallo. Una volta completato l'esercizio, le mani vengono abbassate lungo la linea del busto e tornano alle maniglie, la testa alta e lo sguardo avanti, mentre il volteggiatore si siede delicatamente.

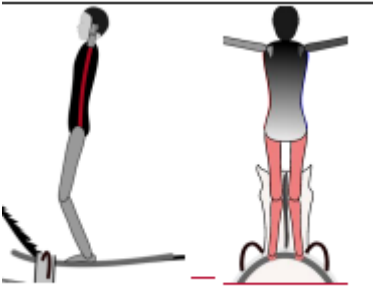
Negli Obbligatorî Test 1 l'esercizio parte dalla posizione In ginocchio. Se la bandiera viene terminata con la posizione seduta anzi che con quella in ginocchio, l'errore viene conteggiato nel punteggio della bandiera.

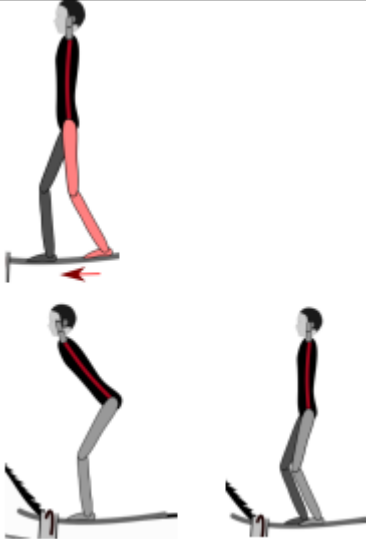
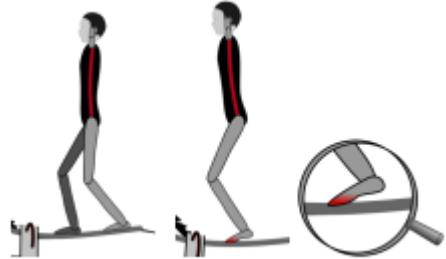
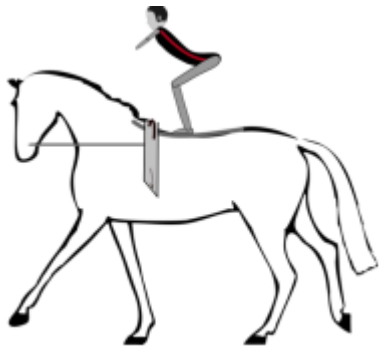


Categoria B :

L'elemento nelle categoria B viene eseguito al passo e i volteggiatori possono anche andare in piedi con un piede alla volta. Le braccia vengono tenute distese lungo i fianchi, le mani aperte, rivolte verso l'interno, con le dita chiuse.

In Piedi: Voto di riferimento

10		• Vedi descrizione della meccanica e relativo disegno
9-8		• Leggera perdita di equilibrio nella costruzione o decostruzione dell'esercizio • Postura: leggermente in avanti o indietro, ginocchia troppo chiuse o aperte
7		• Troppo peso sulle punte dei piedi/ tacchi oppure su un piede, breve perdita di equilibrio e stabilità
6		• Mancanza di assorbimento del movimento

		• Equilibrio e stabilità: troppo peso sulle punte dei piedi/tacchi o un piede per più di 2/3 tempi di galoppo con perdita di stabilità ed equilibrio • Piccolo passo per equilibrare • Piccoli saltini con entrambi i piedi • Busto 45° davanti alla verticale
5		• Peso è maggiormente sulle punte dei piedi / tacchi oppure su un piede durante tutto l'esercizio • Notevole passo oppure saltino per non perdere completamente l'equilibrio
4		• Movimento non viene assorbito • Costante perdita di equilibrio, volteggiatore esegue continui passi o saltini • Postura: busto più di 45° davanti alla verticale

Detrazioni:

1 punto	• Per ogni falcata di galoppo mancante (meno di 4), si comincia a contare quando l'esercizio è costruito (lettera G) • Per non essere passati dall'in ginocchio (lettera K)
2 punti	• Riprendere le maniglie una volta (lettera R)

4.2.11. In Ginocchio

Essenza:

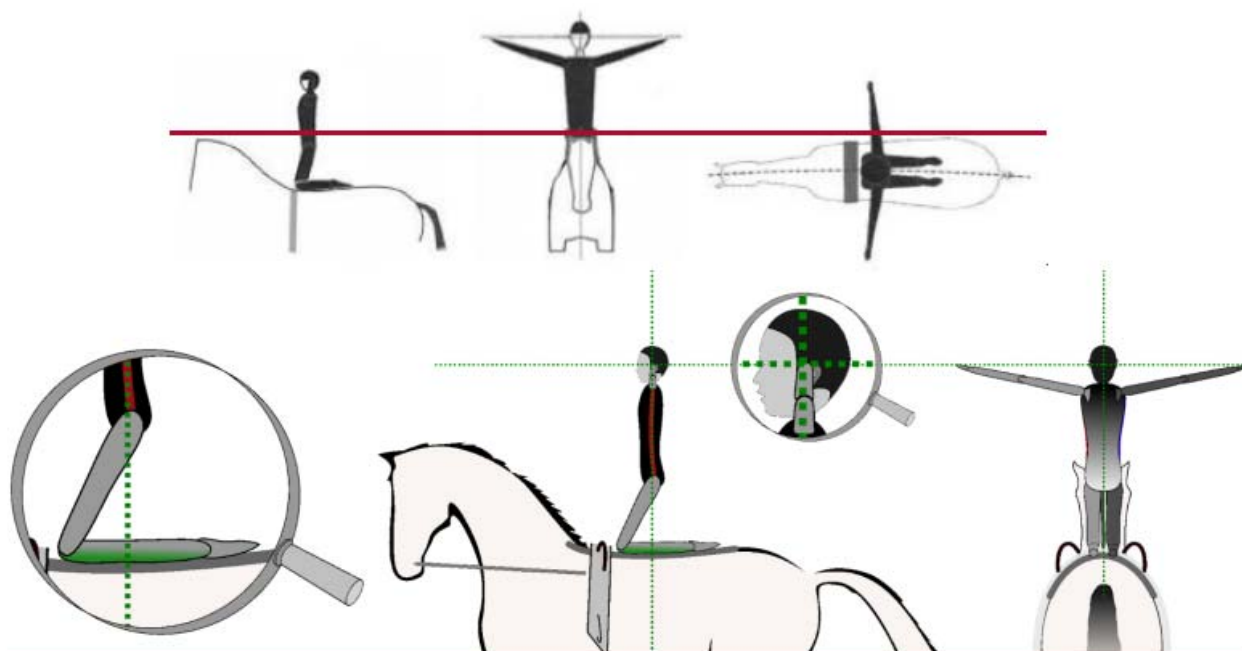
Armonia con il Cavallo, equilibrio, postura.

L'essenza dell'inginocchio è l'abilità di mantenere l'equilibrio in una condizione di instabilità data dal movimento del Cavallo. Le perdite di equilibrio sono giudicate come piccolo, medie o grandi.

Meccanica:

Da seduto il volteggiatore si porta in ginocchio con leggerezza con entrambe le gambe. Le ginocchia stanno vicino al fascione, mentre i piedi si posizionano leggermente divaricati ai lati del rachide del Cavallo. Il volteggiatore lascia quindi le maniglie contemporaneamente e le braccia vengono distese in fuori con la punta delle dita all'altezza degli occhi. Per le categorie ludiche: le braccia distese lungo i fianchi col palmo girato verso l'interno e con le dita delle mani unite e ben tirate.

La testa alta e lo sguardo avanti, il movimento del galoppo viene assorbito principalmente dalle articolazioni dai piedi all'anca, il busto eretto, le articolazioni delle gambe piegate quanto necessario per poter assorbire il movimento del cavallo. La parte inferiore delle gambe parallele alla spina dorsale del cavallo, le ginocchia alla larghezza delle anche. Ginocchia e piedi rimangono fermi con il peso distribuito in ugual misura su tutta la lunghezza degli stinchi.



In Ginocchio: Voto di riferimento

10	Busto eretto seguendo una linea da spalle e anche, con il peso distribuito equo dalle ginocchia ai piedi (baricentro sullo stinco)
-----------	--

5	Busto davanti alla verticale (45°), la linea tra spalle e anche non esiste più (anche piegate)
----------	--

Detrazioni:

Fino a 1 punto	• Ginocchia troppo aperte (gambe non parallele alla spina dorsale del cavallo) • Mancanza di postura
Fino a 2 punti	• Non distribuire equamente il peso tra ginocchio e piede (baricentro non sullo stinco, pressione sulle ginocchia)

4.2.12. Amazzone 1° parte

Essenza:

Armonia con il cavallo

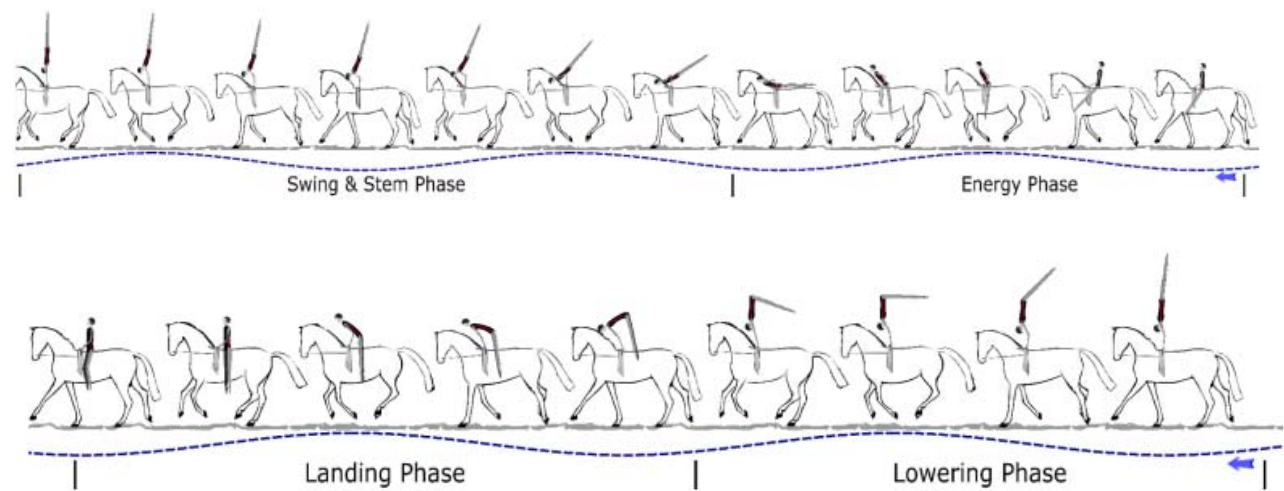
Altezza e posizione del baricentro

Meccanica :

L'Amazzone 1° parte è un esercizio dinamico che comprende 4 fasi biomeccaniche:

1. Fase energetica – inizia in posizione seduta in avanti e include la presa di slancio con le gambe
2. Fase di slancio e di spinta – la fase di slancio inizia quando il corpo perde il contatto con il cavallo (le mani sono l'unico contatto)
3. Fase discendente – inizia dopo il punto di massima elevazione (altezza massima)
4. Riceversi sul cavallo – inizia quando il volteggiatore tocca il cavallo (con bacino o gambe) nel riceversi e finisce con il seduto di lato all'interno.

Da seduto il volteggiatore raggiunge la verticale di slancio con la massima estensione delle braccia per raggiungere la massima elevazione. Le braccia e spalle sono in completa estensione. Senza interruzione del movimento, al punto di altezza massima, il volteggiatore flette le gambe sul tronco (squadra) mantenendo per poco il bacino sopra alle maniglie. Quindi si siede delicatamente all'interno scivolando sulla parte esterna della coscia destra e trovandosi seduto in posizione eretta.

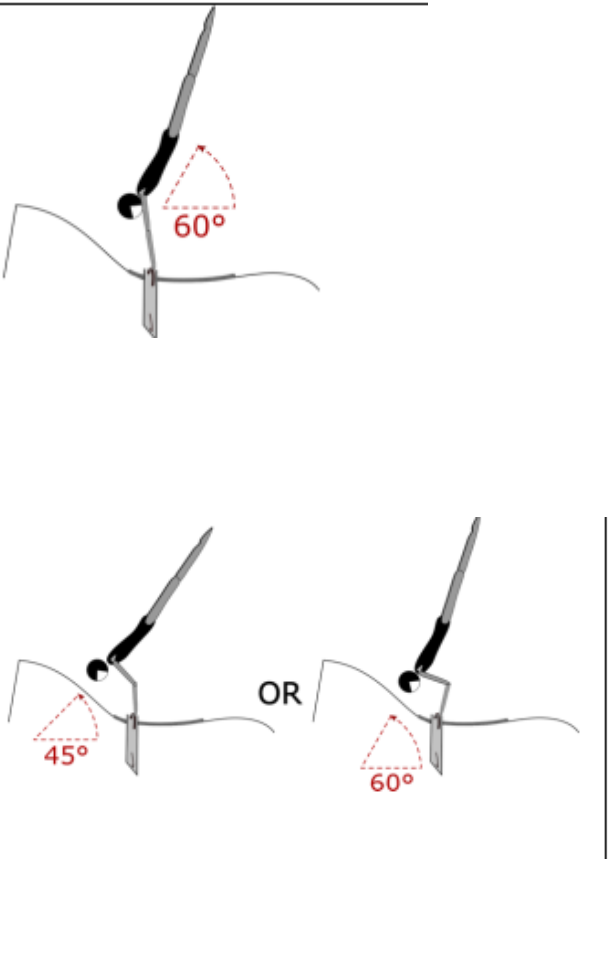
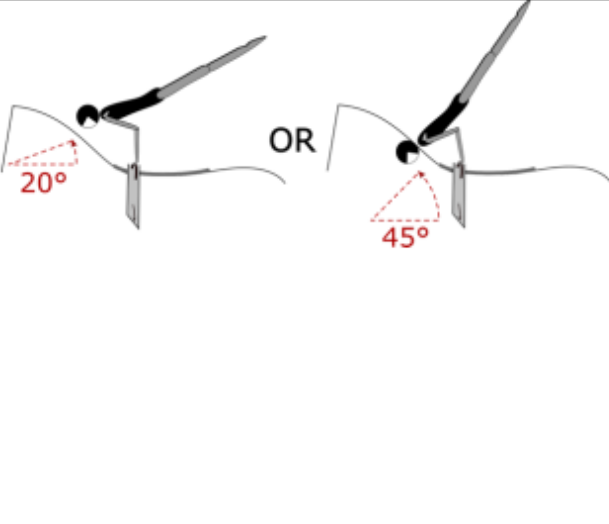


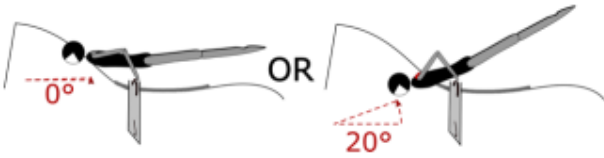
Obbligatorî Test 3 Squadra – passaggio di gamba in posizione seduta

Dal seduto all'interno il volteggiatore porta la gamba destra tesa sopra il collo del cavallo con un arco ampio e alto. Il busto rimane eretto e prossimo alla verticale mentre la gamba sinistra rimane distesa verso il basso e in contatto col cavallo, senza cambiare posizione. Le maniglie vengono lasciate e riprese al passaggio della gamba.)

Amazzone 1° Parte: Voto di riferimento

10		• Al punto più alto: Linea dritta dalle mani ai piedi chiusi. Il volteggiatore è perpendicolare al cavallo (90°); massima estensione delle braccia; • arrivo in seduto laterale morbido e corretto. • Movimento fluido senza interruzioni
9		• Al punto più alto: estensione massima delle braccia (non compreso le spalle), angolo tra busto e orizzontale 80° • Movimento non completamente fluido
8		• Al punto più alto: estensione massima delle braccia, angolo tra busto e orizzontale 60°

7		• Movimento non completamente fluido • Lievi deviazioni nel riceversi sul cavallo • Al punto più alto: estensione non totalmente estesa delle braccia, angolo tra busto e orizzontale 45° OPPURE • Estensione media delle braccia e angolo tra busto ed orizzontale 60° - Riceversi non controllato e armonioso, movimento non fluido, postura non ideale (schiena inarcata, non in linea con l'asse longitudinale del cavallo...)
6		• Al punto più alto: estensione media delle braccia, angolo tra busto e orizzontale 20° OPPURE • Estensione delle braccia minima, angolo tra busto e orizzontale 45° - Postura, controllo: deviazioni alla tecnica ottimale come schiena inarcata, non in linea con l'asse longitudinale del cavallo, spalle e/o bacino non parallele al fascione...

5		- Al punto più alto: estensione minima delle braccia, angolo tra busto e orizzontale 0° OPPURE - Nessuna Estensione delle braccia, angolo tra busto e orizzontale 20°
4		- Al punto più alto: Nessuna estensione delle braccia, angolo tra busto e orizzontale 0° - Principali deviazioni nel riceversi sul cavallo, comprese le cadute Postura, controllo: deviazioni alla tecnica ottimale come schiena inarcata, non in linea con l'asse longitudinale del cavallo, spalle e/o bacino non parallele al fascione, gambe non tese, perdita di controllo che risulta in un crollo della figura...
3		Peso appoggiato sulle spalle durante l'esercizio

Detrazioni:

Fino a 0,5 pt	Nelle squadre 3*: quando il passaggio di gamba per tornare seduti è mal eseguito
---------------	--

4.2.13. Amazzone 1° parte, seguito dall'uscita all'interno

Fase 1 – 4 per l'amazzone 1° parte vedi precedente punto 4.2.12

Fase 5: Uscita all'interno: parte dal seduto laterale all'interno, con l'asse delle spalle leggermente girata in avanti. Con le gambe unite, il volteggiatore si gira in avanti e allunga

braccia e fianchi; quindi, spinge contro le maniglie verso l'alto e scende dal cavallo.
Atterraggio corretto in direzione avanti

Per valutare l'atterraggio dopo l'uscita all'interno, utilizzare i criteri generali 3.3.9.
Atterraggio. In caso di caduta durante l'atterraggio, la detrazione per atterraggio scorretto è inclusa nella detrazione per la caduta; il punteggio di 4 o inferiore viene assegnato in base alla gravità della caduta.

4.2.14. Slancio in avanti

Essenza :

Armonia con il cavallo

Qualità del movimento

Postura e controllo del corpo

Meccanica :

Lo slancio in avanti è un esercizio dinamico che comprende 4 fasi biomeccaniche:

1. Fase energetica – inizia in posizione seduta in avanti e include la presa di slancio con le gambe
2. Fase di slancio e di spinta –inizia quando il corpo perde il contatto con il cavallo (le mani sono l'unico contatto)
3. Fase discendente – inizia dopo il punto di massima elevazione (altezza massima)
4. Riceversi sul cavallo – inizia quando il volteggiatore tocca il cavallo (con bacino o gambe) nel riceversi e finisce con il seduto in avanti.

Da seduto il volteggiatore raggiunge la verticale di slancio con la massima estensione delle braccia per raggiungere la massima elevazione. Le braccia e spalle sono in completa estensione. Senza interruzione del movimento, al punto di altezza massima, il volteggiatore porta le spalle leggermente in avanti per mantenere il baricentro sopra alle maniglie, assorbendo il movimento del cavallo con le braccia. Gambe e corpo si abbassano lentamente con un movimento fluido e controllato, con una velocità costante ed un corretto allineamento del corpo lungo l'asse longitudinale, con spalle e bacino ad angolo retto rispetto al fascione. Quindi si siede delicatamente in avanti in posizione eretta.

Voto di riferimento e grafiche: vedi Amazzone prima parte, eccetto per la fase discendente che deve essere gestito secondo la descrizione di cui sopra.

4.2.15. Slancio in Uscita all'esterno

Essenza :

Armonia con il cavallo

Qualità del movimento

Postura e controllo del corpo

Meccanica :

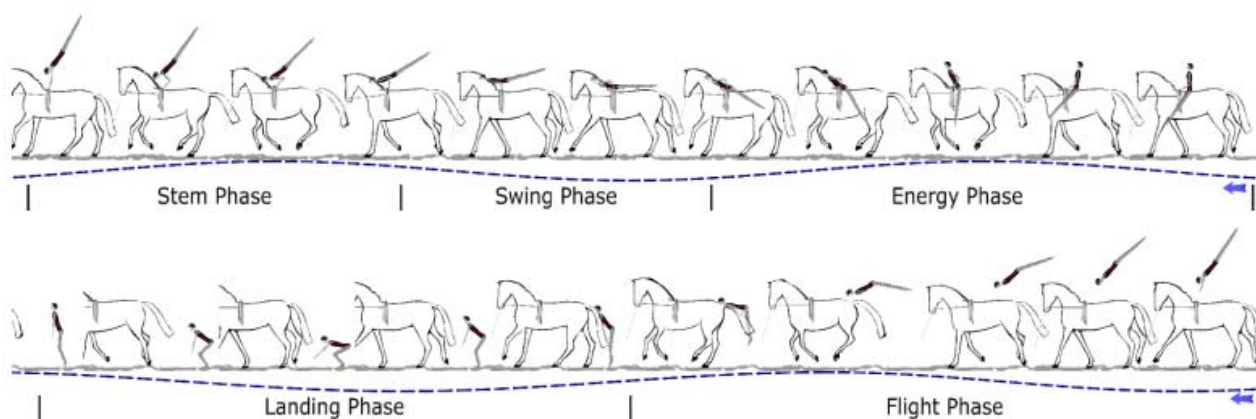
Lo slancio in uscita all'esterno è un esercizio dinamico che comprende 4 fasi biomeccaniche:

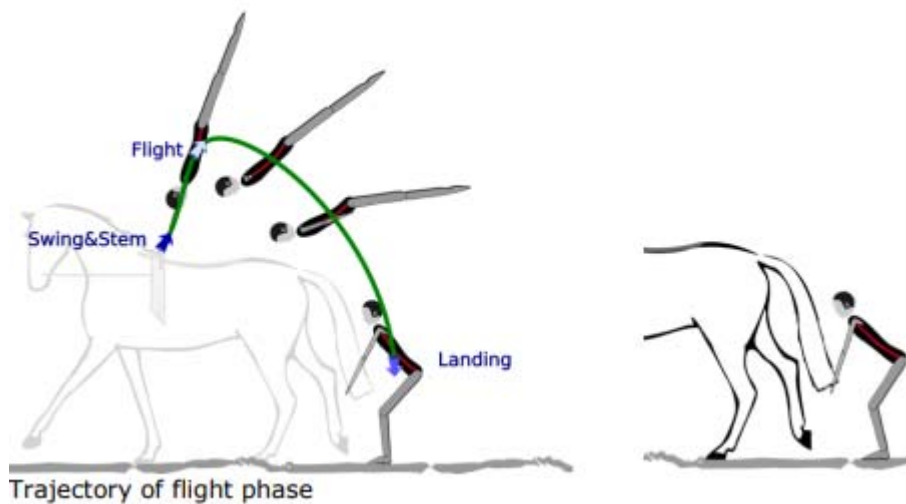
1. Fase energetica – inizia in posizione seduta in avanti e include la presa di slancio con le gambe
2. Fase di slancio e di spinta – inizia quando il corpo perde il contatto con il cavallo (le mani sono l'unico contatto)
3. Fase di volo – inizia quando entrambe le mani perdono il contatto con le maniglie
4. Fase di atterraggio – inizia appena prima che i piedi tocchino il suolo.

Dal seduto in avanti con le mani sulle maniglie, il volteggiatore prende lo slancio in alto. Appena il corpo perde il contatto con il cavallo (eccetto per la mani), le gambe si chiudono e si allungano, in linea con l'asse longitudinale del volteggiatore. Con un angolo compreso tra 80° e 90° rispetto all'orizzontale, il volteggiatore spinge contemporaneamente contro le maniglie con entrambe le braccia.

All'inizio della fase di volo il volteggiatore guadagna ulteriore e continua con un movimento fluido verso l'alto e all'indietro. Le gambe rimangono estese durante questa fase di volo, le braccia sono quasi dritte, i gomiti ed i polsi possono essere leggermente piegati.

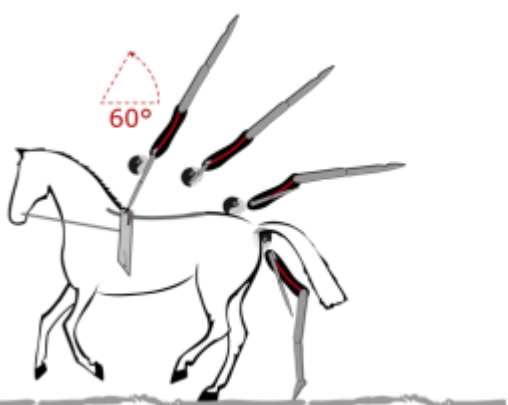
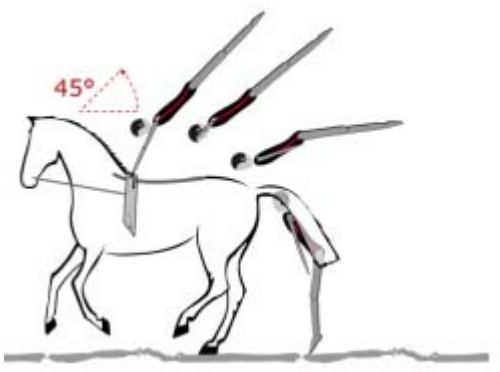
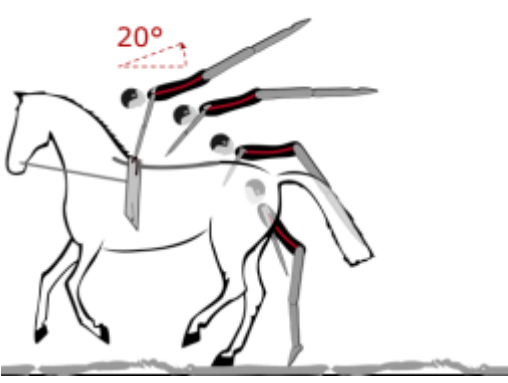
Atterraggio corretto, all'esterno.



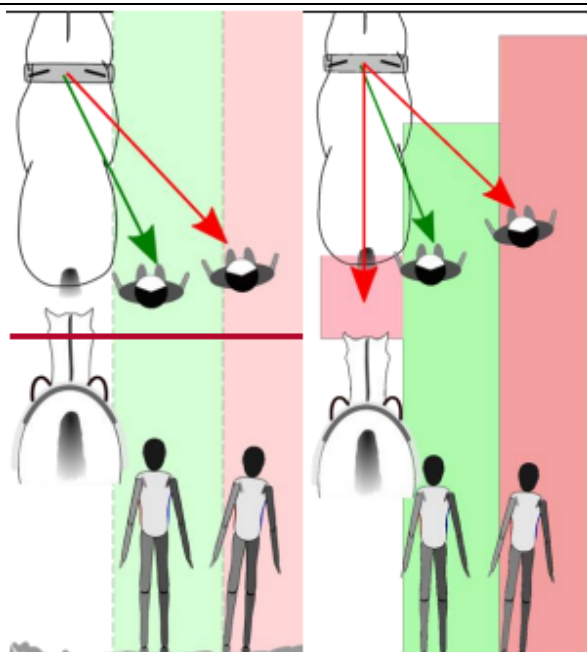


Slancio di uscita all'esterno: voto di riferimento

10		• Alla fine della fase di spinta: braccia estese completamente e angolo tra busto e orizzontale tra 80° e 90°. • Spinta con entrambe le braccia contemporaneamente senza ritardo • Meccanica corretta come descritta
9		• Vedi voto 10 ma con: - Leggero ritardo nella spinta con le braccia - Fase di volo senza ulteriore elevazione

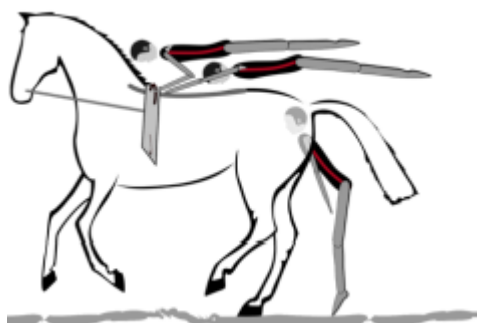
8	 	• Alla fine della fase di spinta: braccia estese completamente e angolo tra busto e orizzontale 60°. - Spinta con leggero ritardo - Irregolarità di fluidità - Gambe leggermente aperte • Alla fine della fase di spinta: braccia non completamente estese e angolo tra busto e orizzontale 45°. - Postura/controllo del corpo: Deviazione minore nella postura (schiena inarcata), spalle o anche non parallele alla linea della spalle del cavallo, non in linea con l'asse longitudinale del cavallo
7		• Alla fine della fase di spinta: braccia non completamente estese e angolo tra busto e orizzontale 20°. - Spinta quando il corpo è in linea orizzontale oppure più tardi - Irregolarità nel flusso - Postura/controllo del corpo: Deviazione minore nella postura (schiena inarcata), spalle o anche non parallele alla linea della spalle del cavallo, non in linea con l'asse longitudinale del cavallo - Volteggiatore tocca il pad durante la fase di volo - Il volteggiatore atterra più all'esterno del cavallo

5

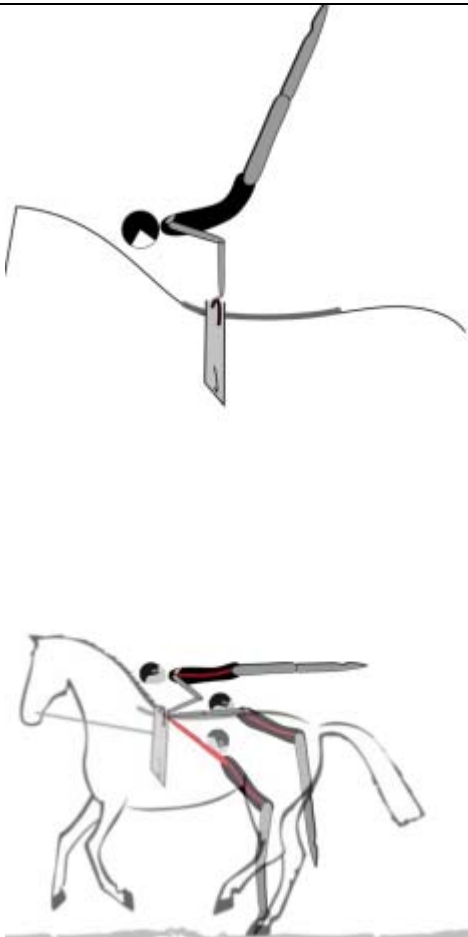


- Alla fine della fase di spinta: minima estensione delle braccia e angolo tra busto e orizzontale 0°

4



- Nessuna fase di spinta e angolo tra busto e orizzontale 0°.
- Gravi errori di postura e controllo del corpo
- Crollo sul cavallo

		
3		- Tenendo le maniglie fino all'atterraggio - Dallo slancio riceversi sul cavallo e scivolare a terra, senza interruzione (senza rimanere seduto)
0		- Dallo slancio riceversi sul cavallo scendendo poi a terra, dopo una chiara interruzione (rimanere seduti prima di scendere)

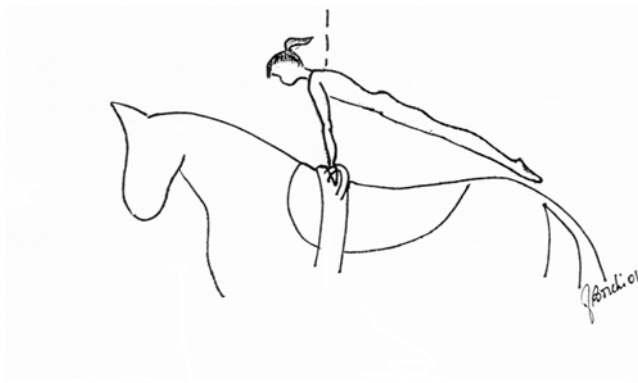
Per le corrette modalità di atterraggio, fare riferimento ai Criteri Generali 3.3.9. Atterraggio. In caso di caduta durante l'atterraggio, la penalità per atterraggio scorretto è inclusa nella penalità per la caduta; il punteggio di 4 o inferiore viene assegnato in base alla gravità della caduta.

4.2.16 Appoggio orizzontale

Meccanica:

Dalla posizione seduta il volteggiatore eleva gli arti inferiori tesi avanti per slanciarli dietro arrivando in appoggio sul Cavallo con il dorso dei piedi. Gli arti superiori rimangono sempre tesi, dalla fase di slancio a quella di appoggio. Nella fase di appoggio le spalle devono essere leggermente avanzate rispetto alla verticale passante per le mani, il dorso curvo con

spalle in spinta, il tratto lombare basso con il bacino in retroversione, le gambe e i piedi tesi restano leggermente divaricati (alla larghezza del bacino). Il capo deve essere mantenuto in linea con la colonna vertebrale e lo sguardo rivolto in avanti. Questo esercizio è statico e dinamico allo stesso tempo, poiché il volteggiatore impara a slanciare velocemente gli arti inferiori nel ritmo del galoppo del Cavallo, e a mantenere sia l'appoggio, sia la corretta postura, elementi fondamentali negli esercizi di slancio come forbici ed amazzone

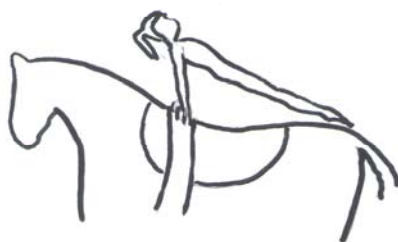


4.2.17 Appoggio orizzontale supino

Meccanica:

Dalla posizione seduta indietro il volteggiatore slancia gli arti inferiori tesi verso la groppa del cavallo arrivando leggero in appoggio coi piedi su quest'ultima. Nella fase di appoggio le spalle devono essere leggermente avanzate rispetto alla verticale passante per le mani.

Le spalle sono in spinta, il bacino in retroversione, le gambe e i piedi tesi restano leggermente divaricati (alla larghezza del bacino). Il capo deve essere mantenuto in linea con la colonna vertebrale. Questo esercizio è statico e nella categoria C al galoppo va mantenuto quattro falcate. Poi il volteggiatore mantenendo le spalle in spinta, divarica le gambe mantenendole tese e torna delicatamente in posizione seduta indietro; segue il passaggio di gamba all'interno e la discesa.



Art. 5 – TEST LIBERO

5.1. Requisiti del Test Libero

5.1.1. Test Libero Squadra

Test Libero categorie Ludiche: Eseguito al passo. Può includere esercizi individuali e/o due Volteggianti insieme sul cavallo. Ai fini del Voto Tecnico, la difficoltà non viene valutata. Tempo Limite: 30" a Volteggiatore.

Test Libero B: Eseguito al passo. Può includere esercizi con uno o due Volteggianti insieme sul Cavallo. I salti non sono permessi, se eseguiti non vanno valutati. Tempo Limite: 45" a Volteggiatore, fino a un massimo di 3 minuti.

Test Libero D: Eseguito al passo. Può includere esercizi con uno, due o tre Volteggianti insieme sul Cavallo, con un massimo di 6 esercizi in tre. I 20 esercizi più difficili vengono valutati per il Voto di Difficoltà. Tempo Limite 3'30".

Test Libero 1*: Eseguito al galoppo

Sono ammessi al massimo due volteggianti sul cavallo. Ai fini del Voto Tecnico la difficoltà non viene valutata. Tempo Limite 3 min.

Test Libero 2* JUNIOR: Eseguito al galoppo. Può includere esercizi con uno due o tre Volteggianti insieme sul Cavallo. I 20 elementi più difficili vengono valutati per il Voto di Difficoltà. Tempo Limite 3 min 30 sec.

Test Libero 2* SENIOR: Eseguito al galoppo. Può includere esercizi con uno due o tre Volteggianti insieme sul Cavallo.

I 25 elementi più difficili vengono valutati per il Voto di Difficoltà. Tempo Limite 3 min 30 sec

5.1.2. Test Libero Individuale

Test Libero D: Eseguito al passo. Elementi statici e dinamici. I 10 elementi più difficili vengono valutati per il Voto di Difficoltà. Tempo Limite 1'

Test Libero B/C/1*: Eseguito al galoppo. Include elementi statici e dinamici. Ai fini del Voto Tecnico, la Difficoltà non viene valutata. Tempo Limite 1'

Test Libero 2*/3*: Eseguito al galoppo. Include elementi statici e dinamici. I 10 elementi più difficili vengono valutati per il Voto di Difficoltà. Tempo Limite 1'

5.1.3. Test Libero Pas de Deux

Test Libero D: Eseguito al passo. Include salite e discese individuali con aiuto (non valutate nel voto di difficoltà) ed elementi di coppia. Durante tutto l'esercizio entrambi i volteggiatori dovranno rimanere in contatto con il Cavallo, le maniglie o fra di loro (Salti non sono permessi, se eseguiti non vengono valutati). Gli elementi individuali sul cavallo non vengono valutati nel Voto di Difficoltà. Per il Voto di Difficoltà si prenderanno in considerazione i 10 elementi più difficili. Tempo Limite 1'30"

Test Libero C: Eseguito al galoppo. Include salite e discese individuali ed esercizi di coppia. Durante tutto l'esercizio entrambi i volteggiatori dovranno rimanere in contatto con il Cavallo, le maniglie o fra di loro (ad eccezione dei salti). Gli elementi individuali sul cavallo non vengono valutati nel Voto di Difficoltà. Ai fini del Voto Tecnico, la difficoltà non viene valutata. Tempo Limite 1'30"

Test Libero 1: Eseguito al galoppo. Include salite e discese individuali ed esercizi di coppia. Durante tutto l'esercizio entrambi i volteggiatori dovranno rimanere in contatto con il Cavallo, le maniglie o fra di loro (ad eccezione dei salti). Gli elementi individuali sul cavallo non vengono valutati nel Voto di Difficoltà. Per la cat. Pas de Deux 1* ai fini del Voto Tecnico la difficoltà non viene valutata. Per le cat Pas de Deux 2* Junior e 2* Senior, per il Voto di Difficoltà si prenderanno in considerazione i 10 elementi più difficili. Tempo Limite 1'30"

Test Libero 2: cat. Pas de Deux 3*. Eseguito al galoppo. include salite e discese individuali ed esercizi di coppia. Durante tutto l'esercizio entrambi i volteggiatori dovranno rimanere in contatto con il Cavallo, le maniglie o fra di loro (ad eccezione dei salti). Gli elementi individuali sul Cavallo non vengono valutati nel Voto di Difficoltà. Per il Voto di Difficoltà, si prenderanno in considerazione i 13 elementi più difficili. Tempo Limite 2'

5.2. Criteri di valutazione del voto tecnico

Nelle Categorie Ludiche, B, C e 1* il Voto Tecnico è rappresentato solo dal Voto di Esecuzione degli elementi liberi.

Nelle Categorie D, 2* e 3* il Voto Tecnico è diviso nel Voto di Esecuzione (70%) e nel Voto di Difficoltà (30%).

5.2.1. Voto di Esecuzione

Il punteggio massimo è 10. Si possono usare i decimali. Il punteggio finale viene conteggiato fino al terzo decimale.

La valutazione dell'Esecuzione inizia nel momento in cui il (primo) volteggiatore tocca le maniglie, il Cavallo o il pad e termina quando (l'ultimo) volteggiatore tocca il terreno dopo la discesa finale.

Verrà valutata l'interazione tra la performance del volteggiatore e il movimento del Cavallo, considerando per ogni elemento:

- Tecnica/meccanica

- Forma del movimento esatta e corretta
- Sicurezza ed equilibrio di ogni elemento
- Controllo del corpo, postura e scioltezza del volteggiatore
- Continuità del movimento
- Elevazione, ampiezza, estensione del movimento
- Considerazione del cavallo
- In tutti i Test Liberi delle categorie agonistiche deve essere usato il sistema della “Media delle detrazioni” (Average System)

Average System (Media delle detrazioni) delle Categorie Agonistiche:

Questo è il sistema con cui viene definito il punteggio di Esecuzione nelle Categorie Agonistiche. Per ogni elemento non eseguito alla perfezione (10) verranno dati dei punti di detrazione da 1 a 10

Se tra due elementi viene eseguito un movimento (transizione) con meno difficoltà di un Elementare (E) in maniera non perfetta, deve essere assegnata una detrazione. Questa detrazione può essere scritta separatamente o inclusa nelle detrazioni dell'elemento successivo. Nella stessa maniera, deve essere applicata una detrazione ad interruzioni del movimento e pause (aspettare troppo a lungo per eseguire un elemento).

Per detrazioni vedi cap. 3.3. “Valutazione esercizi”, e Detrazioni generali.

La somma delle detrazioni verrà divisa per il numero degli esercizi (E-M-D-R) contati. Gli esercizi non tenuti e le cadute non andranno considerati nel numero totale degli esercizi usato per il conteggio della media delle detrazioni. Per gli elementi non tenuti non c'è detrazione automatica: se non sono ben eseguiti si può dare una detrazione fino a 10 punti. La salita del Test Libero, se ripetuto perché non riuscito, avrà la detrazione per ripetizione (R):

- Se il volteggiatore perde il contatto con il cavallo (maniglie, pad). In questo caso si applica una detrazione di 2 pt. per l'esecuzione della salita.

Cadute:

Una caduta è un movimento fuori controllo dove il volteggiatore tocca terreno, e viene valutato in base alla severità.

Una caduta è considerata un movimento fuori controllo. Le cadute nelle categorie agonistiche saranno registrate dal giudice del Voto Tecnico con delle detrazioni dal Voto di Esecuzione; queste detrazioni non vanno in media con le altre nell'Average System, bensì vengono sottratte dal Voto finale di Esecuzione.

Le cadute nell'Average System si registrano tra parentesi con la lettera “C” e la detrazione. La somma delle detrazioni per caduta va riportata nell'apposita casella, la segreteria provvederà poi a detrarre del Voto Tecnico.

Le categorie delle varie cadute si fa riferimento al punto 3.5. “Tabella delle cadute in Test Libero e Test Tecnico”

Esempio di Average System

Test Libero Individuale

D3 F2 R82 D2 D3 M1 D5 (C1,0) 3 D D2 (C2,0) F D R5 D M3 M2 (C0,4)

Somma cadute: 1,0+,0+0,4=3,4

Numero Esercizi: E=2

Detrazioni: 41

M=3

D=7

R=2

Totale 14

Media delle Detrazioni: 41 detrazioni/14 esercizi = 2,929

Media sottratta da 10	10,000
	-2,929
	7,071
Detrazioni per cadute	<u>-3,400</u>
Voto Esecuzione	3,671

Spiegazioni

In questo esempio due elementi di difficoltà inferiore ad E (quindi non valutati per la Difficoltà) hanno ricevuto le detrazioni (2,3) che sono aggiunte alle detrazioni dell'elemento successivo.

Un Elemento D non è stato tenuto e ha ricevuto detrazione 3 per cattiva esecuzione.

Durante l'esercizio ci sono state 3 cadute (F), una delle quali dopo l'uscita. Nelle note le cadute devono essere scritte tra parentesi per differenziarle dalle detrazioni dell'**Average System**.

Le detrazioni per caduta vanno sommate in una casella separata e detratte alla fine dal Voto di Esecuzione.

5.2.2. Voto di Difficoltà

Generalità:

Il punteggio massimo di difficoltà è 10. Si possono usare i decimali.

La valutazione della Difficoltà inizia nel momento in cui il (primo) volteggiatore tocca le maniglie, il pad o il cavallo e termina col Tempo Limite.

La difficoltà di un elemento dipende dalla soddisfazione delle seguenti condizioni:

- Coordinazione
- Equilibrio
- Armonia con il cavallo
- Numero dei punti di appoggio
- Forza
- Mobilità

Più alta è la soddisfazione delle suddette condizioni, più alta è la difficoltà.

Non viene attribuito alcun punteggio per:

- Elementi statici non tenuti (3 falcate di galoppo)
- Elementi iniziati dopo il suono della campana
- Elementi del Test Obbligatorio, non importa la posizione delle braccia.
- Elementi non eseguiti al galoppo giusto (destra o sinistra) al galoppo disunito
- Ripetizione di uno stesso Elemento
- Salite e discese assistite da terra (per le cat. al galoppo). In cat. squadra al galoppo: 1 salita e una discesa assistita da terra sono permessi. Se più di una, si applica una detrazione dal voto artistico (vedi cap. "Voto Artistico").

Nel "Code of points" del Regolamento FEI è riportata una lista di esercizi liberi e il loro grado di difficoltà.

5.2.2.1 Grado di difficoltà – cat. individuale

Gli esercizi sono divisi in quattro gradi di difficoltà. Soltanto i 10 esercizi con il grado di difficoltà più alto saranno presi in considerazione per il voto della difficoltà:

Esercizio di rischio (R) 1,3 punti

Esercizio difficile (D) 0,9 punti

Esercizio medio (M) 0,4 punti

Esercizio facile (F) 0,0 punti

Aumento della difficoltà

a) Un Elemento Difficile (D) diventa un Rischio quando:

- L'elemento presentato è una variante di un D, ma eseguito in condizioni di maggior difficoltà
- Variazioni di un elemento D che non possono essere resi ancora più difficili (esempio: verticale con un solo braccio)
- Complessa costruzione o decostruzione di un elemento D
- Serie di elementi eseguiti in immediata successione facendo uno o più di essi più difficili (una L potrebbe così diventare una M, una M potrebbe diventare una D, una D potrebbe diventare una R...)

5.2.2.2. Grado di difficoltà - Test Libero Squadre

Squadra 1*: Nessuna difficoltà viene valutata ai fini del voto tecnico

Libero Test 2 Junior Squadre / Libero Test D squadre: soltanto i 20 esercizi con il grado di difficoltà più alte verranno prese in considerazione per il voto della difficoltà:

Esercizio difficile (D)	0,5 punti
Esercizio medio (M)	0,4 punti
Esercizio facile (F)	0,2 punti

Libero Test 2 Senior Squadre: soltanto i 25 esercizi con il grado di difficoltà più alte verranno prese in considerazione per il voto della difficoltà:

Esercizio difficile (D)	0,4 punti
Esercizio medio (M)	0,3 punti
Esercizio facile (F)	0,1 punti

Elementi che si contano per il voto di difficoltà nelle cat. a squadre:

- Salita e discesa di ogni volteggiatore (ad eccezione che nella cat. D)
- Esercizi singoli (statici e dinamici)
- Elementi doppi o tripli:
 - 2 elementi statici eseguiti contemporaneamente: voto per il più difficile
 - 1 elemento statico e 1 dinamico eseguiti contemporaneamente: vengono calcolati entrambi (solo se i volteggiatori non si supportano o si stabilizzano a vicenda)
 - 2 elementi dinamici di gruppi strutturali diversi (es: un volteggiatore esegue una ruota e l'altro un batti e risali): vengono calcolati entrambi
 - 2 elementi dinamici dello stesso gruppo strutturale (es: due batti e risali simili): voto per il più difficile

5.2.2.3. Grado di difficoltà - Test Libero Pas De Deux

Libero Test 1 Pas de Deux:

Pas de Deux 1*: Nessuna difficoltà viene valutata ai fini del voto tecnico

Pas de Deux 2* Junior e 2* Senior: soltanto i 10 esercizi con il grado di difficoltà più alte verranno prese in considerazione per il voto della difficoltà:

Esercizio difficile (D)	1 punto
Esercizio medio (M)	0,5 punti
Esercizio facile (F)	0,0 punti

Libero Test 2 Pas de Deux, cat. Pas de Deux 3*: soltanto i 13 esercizi con il grado di difficoltà più alte verranno prese in considerazione per il voto della difficoltà:

Esercizio difficile (D)	0,8 punti
Esercizio medio (M)	0,4 punti
Esercizio facile (F)	0,0 punti

Elementi che si contano per il voto della difficoltà delle cat. Pas de Deux:

- Salita e discesa di ogni volteggiatore (ad eccezione che nella cat. D)

- Elementi doppi (di coppia)
- 2 elementi statici eseguiti contemporaneamente: voto per il più difficile
- 1 elemento statico e 1 dinamico eseguiti contemporaneamente: vengono calcolati entrambi (solo se i volteggiatori non si supportano o si stabilizzano a vicenda)
- 2 elementi dinamici di gruppi strutturali diversi (es: un volteggiatore esegue una ruota e l'altro un batti e risali): vengono calcolati entrambi
- 2 elementi dinamici dello stesso gruppo strutturale (es: due batti e risali simili): voto per il più difficile
- Gli elementi singoli (con un solo volteggiatore a cavallo) non vengono calcolati per la difficoltà

5.3. Il Voto Artistico

5.3.1. Generalità

La valutazione del Voto Artistico inizia nel momento in cui il (primo) Volteggiatore tocca le maniglie, il pad o il Cavallo e termina col Tempo Limite.

Il punteggio massimo è 10. Si possono usare i decimali.

Nelle competizioni di Squadra delle cat. C/1*/2*/3* sono ammessi senza ricevere penalità una (1) salita assistita da terra ed una (1) uscita assistita da terra. Ogni altra salita o uscita assistita da terra sarà penalizzata con una detrazione di 0,5 pt. dal Voto Artistico Complessivo (Detrazione a parte sulla scheda del Voto Artistico).

Accessori decorativi

Ogni accessorio deve essere di materiale morbido e flessibile. Non devono in alcun modo compromettere la sicurezza né del cavallo né del volteggiatore.

Il viso del volteggiatore deve essere visibile: non sono permessi maschere o completa pittura del viso ("Clown").

Accessori di scena come cinture sulla superficie della tuta, cappelli, mantelli e quant'altro non parte integrante della tuta non sono permessi.

5.3.2. Percentuali dei singoli voti del Programma Artistico

Categorie 1*/2*/3*

(Valido per Squadre, Individuali, Pas de Deux)

Voto CoH: Considerazione del Cavallo

Voto C1: Varietà degli elementi ("Struttura del programma artistico")

Voto C2: Varietà delle posizioni ("Struttura del programma artistico")

Voto C3: Unità della composizione e complessità ("Coreografia del progr. Artistico")

Voto C4: Interpretazione della Musica ("Coreografia del progr. Artistico")

	1*	2*	3*
CoH	20%	20%	20%
C1	25%	20%	10%
C2	20%	10%	10%
C3	20%	25%	30%
C4	15%	25%	30%

Categorie B/ D/C

(Valido per Squadre, Individuali, Pas de Deux)

Voto C1: Varietà degli elementi ("Struttura del programma artistico")

Voto C2: Varietà delle posizioni ("Struttura del programma artistico")

Voto C3: Unità della composizione e complessità ("Coreografia del progr. Artistico")

Voto C4: Interpretazione della Musica ("Coreografia del progr. Artistico")

	D	C
C1	30%	30%
C2	25%	25%
C3	35%	35%
C4	10%	10%

5.3.3. CoH: Considerazione del cavallo

Voti di riferimento:

Fino a 10 punti	Considerazione eccellente Il criterio viene applicato indipendentemente dal fatto che il cavallo reagisca visibilmente o meno!	• <u>Composizione:</u> Completamente in armonia con il fisico del cavallo, il suo livello di addestramento e la qualità del galoppo in circolo • <u>Equilibrio:</u> Elementi statici e esercizi dinamici sono equilibrati e non compromettono l'equilibrio del cavallo • <u>Contatto/interazione:</u> Il contatto tra il volteggiatore ed il cavallo è sempre leggero e controllato I movimenti dei volteggiatori creano un senso di unità in cui cavallo e volteggiatore sembrano muoversi come uno solo.
Fino a 8 punti	Buona considerazione Il criterio viene applicato indipendentemente dal fatto che il cavallo reagisca	• <u>Composizione:</u> Completamente in armonia con il fisico del cavallo, il suo livello di addestramento e la qualità del galoppo in circolo • <u>Equilibrio:</u> - Elementi statici e esercizi dinamici sono <i>maggiormente</i> equilibrati e non compromettono

	visibilmente o meno!	l'equilibrio del cavallo ● <u>Contatto/interazione:</u> - Il contatto tra il volteggiatore ed il cavallo è maggiormente leggero e controllato. I movimenti del volteggiatore non compromettono in modo significativo l'equilibrio del cavallo, il suo allineamento del corpo o la sua capacità di rimanere sulla linea del circolo
Fino a 6 punti	Considerazione soddisfacente Il criterio viene applicato indipendentemente dal fatto che il cavallo reagisca visibilmente o meno!	● <u>Composizione:</u> - il Test Libero contiene alcuni esercizi/combinazioni che non corrispondono con il fisico del cavallo ed il suo livello di addestramento ed influenzano la sua qualità di galoppo in circolo ● <u>Equilibrio:</u> - Elementi statici e esercizi dinamici non sono equilibrati e compromettono <i>ripetutamente</i> l'equilibrio del cavallo ● <u>Contatto/interazione:</u> - Il contatto tra il volteggiatore ed il cavallo non è sempre leggero e controllato a sufficienza. I movimenti del volteggiatore compromettono alcune volte l'equilibrio del cavallo, il suo allineamento del corpo o la sua capacità di rimanere sulla linea del circolo. I movimenti del volteggiatore sembrano talvolta disgiunti, contratti e/o contro il movimento del cavallo. Si osserva ripetuta mancanza di assorbimento.
Fino a 4 punti	Considerazione insufficiente Il criterio viene applicato indipendentemente dal fatto che il cavallo reagisca visibilmente o meno!	● <u>Composizione:</u> - il Test Libero contiene tanti esercizi/combinazioni che non corrispondono con il fisico del cavallo ed il suo livello di addestramento ed influenzano la sua qualità di galoppo in circolo ● <u>Equilibrio:</u> - Elementi statici e esercizi compromettono <i>spesso</i> l'equilibrio del cavallo o la sua capacità di rimanere sulla linea del circolo ● <u>Contatto/interazione:</u> - I volteggiatori sono spesso non sufficientemente controllato sul cavallo (volteggiatore "duro") - I movimenti del volteggiatore compromettono visibilmente l'equilibrio del cavallo, il suo allineamento del corpo o la sua capacità di rimanere sulla linea del circolo. - Elementi frequentemente fuori equilibrio e non in armonia con il cavallo
Fino a 2 punti	Considerazione pessima	● <u>Composizione:</u> - il Test Libero contiene numerosi

	Il criterio viene applicato indipendentemente dal fatto che il cavallo reagisca visibilmente o meno!	esercizi/combinazioni che non corrispondono con il fisico del cavallo ed il suo livello di addestramento ed influenzano significativamente la sua qualità di galoppo in circolo • <u>Equilibrio:</u> - Elementi statici e esercizi dinamici non sono equilibrati e compromettono l'equilibrio del cavallo • <u>Contatto/interazione:</u> - I volteggiatori sono spesso non sufficientemente controllato sul cavallo (volteggiatore "duro") - I movimenti del volteggiatore compromettono costantemente l'equilibrio del cavallo, il suo galoppo o la sua capacità di rimanere sulla linea del circolo.
--	--	---

5.3.4. C 1: Varietà degli esercizi (cat. Individuali)

Gli esercizi dei programmi liberi sono da assegnare a diversi gruppi strutturali, i quali a loro volta sono inseriti in "box" (10 box in totale per il voto C1).

Box 1 a 5 rappresenta esercizi statici; Box 6 a 10 rappresenta esercizi dinamici. È possibile che un singolo esercizi conta per più di un Box. (vedi allegato: gruppi strutturali per la definizione)

Voto 10 in C1: ogni box da 1-10 è soddisfatto.

Box	Gruppi strutturali / esercizi	Commenti	N° esercizi richiesti
1	Esercizio Seduto Esercizio Pendente Esercizio In ginocchio (incl. Bandiere, panchina ecc...) Esercizio Sdraiato	Posizioni in spaccata (p.es. spaccata in una posizione sdraiata) possono contare anche per il Box 2	1 esercizio
2	Box 2 contiene esercizi che dimostrano scioltezza del busto, anche e gambe come: Spaccata Bielmann	Esercizi di scioltezza di una posizione "In piedi" vengono contati in questo Box soltanto se una gamba è almeno orizzontale o più alta (questi contano in Box 2 e Box 4)	1 esercizio
3	Esercizi di supporto (spalle sopra l'area di supporto, il carico corporeo è trasferito attraverso gli arti superiori all'area di supporto quando la pressione viene esercitata su essi) p.es. il ponte		1 esercizio

4	Esercizi “In piedi” testa in su (area di supporto: arti inferiori)	In qualsiasi direzione	1 esercizio
5	Esercizi di supporto testa in giù (area di supporto: arti superiori, spalle, nuca..)		1 esercizio
6	Esercizi saltati (sul cavallo)	Un salto viene contato in questo box quando il livello di difficoltà è almeno M (medio), quindi il baricentro si alza di almeno 30 cm. Viene contato anche per il box 8 se eseguito con un giro	1 esercizio (non richiesto per cat. D/C/1*)
7	Movimento oscillante (include ogni cerchio delle gambe e libero slancio di una gamba in alto = “kick”) Ruota Shoot up		1 esercizio
8	Giri (movimento di giro intorno l’asse longitudinale del proprio corpo) Rotoli (movimenti di giro intorno l’asse laterale del proprio corpo) Capriole Flick	Giri si possono contare anche in combinazione con esercizi di un altro gruppo, p.es. Saltino con mezzo giro si conta in gruppo 6 e 8.	1 esercizio
9	Salita oppure uscita con livello di difficoltà è almeno D (“difficile”)	Possono contare anche in altre Box	1 esercizio (non richiesto per cat. D/C/1*)
10	Batti-risali (esterno o interno)		1 esercizio (non richiesto per cat. D/C/1*)

- Ogni esercizio presentato può soddisfare la richiesta di più di un box (p.es. l’esercizio in piedi nella staffa con una gamba, l’altra alzata almeno orizzontale o più alta conta per box 2 e box 4).
- Un esercizio statico va tenuto per 3 falcate di galoppo per essere contato per un box.
- La salita conta sia per la posizione in cui si arriva che per la dinamica del movimento stesso; quindi, può contare anche in due box (p. es. salita di capovolta in una posizione in ginocchio conta per box 8 e box 1), lo stesso vale per l’uscita.
- Se salita e/o l’uscita sono di livello D (difficile) viene contato anche per il box 9.

Detrazioni dal C1:

0,5 – 1 pt	Uso eccessivo di un box (se esercizi vengono scelti prevalentemente da un gruppo a sfavore di altri gruppi scelti)
0,5 – 1 pt	Uso eccessivo di esercizi statici o dinamici
Per cat. 2* e 3*: 1,0 pt. per ogni box non soddisfatta Per cat. 1*: 1,5 pt per ogni box non soddisfatta	Nessun esercizio per un determinato gruppo viene eseguito

Esempi per detrazioni:

- In cat. B/C/D/1* abbiamo 7 gruppi che contano per un voto massimo di 10. Se uno dei 7 gruppi richiesti manca, il voto finale del C1 sarà 8,5. In cat. 2*/3* si richiedono tutti i 10 gruppi per il voto di 10. Se uno dei 10 gruppi richiesti manca, il voto finale del C1 sarà 9, se mancano due il voto finale sarà 8 e così via.

5.3.5 C2: Varietà delle posizioni (cat. Individuali)

Il Test Libero delle categorie individuali dovrebbe includere un'ampia varietà di posizioni in relazione con/in relazione al cavallo e direzioni di movimento in relazione con il corpo del volteggiatore e dovrebbe presentare anche un uso bilanciato dello spazio sul cavallo.

Voto Base di 10 in C2: viene dato il 10 se tutte le direzioni richieste (6) e tutte le posizioni richieste (6) vengono eseguite almeno una volta nel Test. Il voto C2 è un voto calcolato in base alla definizione dei requisiti richiesti per il voto di 10, prendendo in considerazione ogni possibile detrazione o deviazione da questo:

Direzioni richieste:

	Direzione	Descrizione	Commento	Tipo di esercizio
1	In Avanti	Volteggiatore è rivolto nella stessa direzione del cavallo		Statico
2	Indietro	Volteggiatore è rivolto nella direzione opposta del cavallo		Statico
3	All'interno	Volteggiatore è rivolto verso il centro del circolo		Statico
4	All'esterno	Volteggiatore è rivolto verso l'esterno del circolo		Statico

5	Asse longitudinale	Movimento lungo la spina dorsale del cavallo	p.es. capriola da dietro in avanti sul collo	Dinamico
6	Asse trasversale	Movimento attraverso la spina dorsale del cavallo	p.es. ruota sulle maniglie dall'interno all'esterno / salto con mezzo giro	Dinamico

Posizioni richieste:

	Posizione sul cavallo:	Commento
1	Collo	Conta se il centro di gravità è sul collo del cavallo
2	Maniglie	Centro di gravità è sopra alle maniglie/al fascione
3	Schiena	Centro di gravità è sulla schiena del cavallo (posizione sella)
4	Groppa	Centro di gravità è sulla groppa del cavallo
5	Interno	Conta se l'esercizio è o un batti-risali all'interno o un esercizio nel laccio interno del fascione
6	Esterno	Conta se l'esercizio è o un batti-risali all'esterno o un esercizio nel laccio esterno del fascione

Grafica:

Esterno			
Laccio		Batti-risali	
Collo	Maniglie/fascione	Schiena	Groppa
Laccio		Batti-risali	
Interno			

C2 Annotazioni:

1. Un'esercizio statico viene preso in considerazione per almeno una Posizione ed una direzione
2. Un'esercizio dinamico può contare la sua posizione di partenza, la sua posizione di posizione finale e per una direzione.
3. La direzione di un esercizio dinamico è determinato se più di 70% del corpo è volto in quella direzione (riguardo l'asse delle spalle e del bacino)
4. Un'uscita ha una posizione di partenza ed una direzione dinamica (per es. capriola in uscita dall'in ginocchio sulla schiena del cavallo conta per Posizione *3 e Direzione *1)
5. La salita ha una posizione di arrivo e può avere una direzione statica ed una dinamica (per es. salita in posizione Principe indietro = Posizione *3 e direzione *6 e 2*, per es. Salita in posizione Principe in avanti = Posizione *3 e Direzione *1).
6. Per ogni direzione e posizione richiesta non mostrata avrà una detrazione
7. L'uso predominante di una determinata direzione o posizione risulta in una detrazione.
8. È previsto che la posizione *3 (Schiena) sarà usata di più rispetto alle altre posizioni sul cavallo, in quanto la schiena è spesso punto di partenza e di arrivo di esercizi dinamici, e la posizione *1 (Collo) e 2* (maniglie/fascione) saranno usati di meno. L'uso della posizione *3 in una relazione più di 1:5 sarà considerata predominante e riceverà una detrazione.

Detrazioni:

per ogni direzione o posizione richiesta non mostrato durante il Test Libero	1.0 punto
Uso predominante di una direzione o posizione in relazione al numero totale degli esercizi (più di 1:3) Per la posizione "Schiena" : più di 1:5	Fino a 1.0 punto

5.3.6 C 1: Varietà degli esercizi (cat. Squadre e Pas de Deux)

Si dovrebbero eseguire tutte le combinazioni. Le combinazioni possono essere esercizi in due o in tre. Esercizi in tre non sono necessari.

- Esercizi singoli: un volteggiatore sul cavallo
- Esercizi in due:
 - Di supporto: un volteggiatore supporta una parte significativa del peso dell'altro volteggiatore
 - Combinati: due esercizi individuali eseguiti allo stesso tempo, senza che un volteggiatore sostiene l'altro
- Esercizi in tre:
 - Di sostegno: due volteggiatori sostengono un altro, il peso del "volante" è caricato dai due supporti
 - Semi-combinato: un esercizio in due di sostegno in combinazione con un esercizio singolo
 - Combinati: tre esercizi individuali eseguiti allo stesso tempo, senza sostegno tra loro

Per un'eccellente Varietà di esercizi si considerano anche i seguenti aspetti:

- Eccellente complessità: esercizi in due/in tre con alta richiesta di complessità di tenuta e/o equilibrio della base di supporto (per es. base sta in piedi senza che sia tenuta da un altro volteggiatore)
- Eccellente coordinazione: esercizi in due/in tre con alta richiesta di coordinazione tra i volteggiatori (per es. complessa costruzione dell'esercizio, combinazione di esercizi dinamici complessi in contemporanea...)
- Sequenze stabilizzanti eccellenti: la base esegue una direzione di postura o direzione o livello di altezza mentre sostiene un volante (per es. il volante in piedi sulle spalle di una base in ginocchio che si alza in piedi).

5.3.7. C2: Varietà delle posizioni (cat. Squadre e Pas de Deux)

Il Test Libero di Squadra dovrebbe coprire una grande varietà di posizioni, direzioni, livelli di altezza, con una partecipazione piuttosto equa di tutti i volteggiatori nei vari ruoli (base, supporto, volante).

Posizioni: tutte le posizioni elencati in 5.3.5. sono richieste

Direzioni: tutte le direzioni elencati in 5.3.5. sono richieste

Livelli di altezza richiesti:

- Livello basso: sdraiato, seduto e simili
- Livello medio: in ginocchio, posizione panchina e simili
- Livello superiore: posizione panchina alta, in piedi e simili

Per un punteggio eccellente in C2 cat. Squadre/Pas de Deux va considerato inoltre:

- Livello "aria": ogni esercizio in cui il volante è con tutto il suo corpo più alto della testa del porteur in livello superiore (per es.: esercizio statico o dinamico su una base in piedi, dove il corpo del volante è più alta della testa del porteur).

Ruoli: i ruoli sottoelencati dovrebbero essere distribuito in modo abbastanza uniforme tra i membri della squadra / Pas de Deux

- Base di appoggio/sostegno: sostiene il peso di un altro volteggiatore
- Base stabilizzante: stabilisce la base di sostegno/appoggio
- Volante: peso del volteggiatore è sostenuto da uno o due volteggiatori
- Interprete individuale: esegue un esercizio individuale senza o con minimo sostegno da altri volteggiatori.

5.3.8 C3: Unità di composizione e complessità cat. Individuali, cat. Squadre e cat. Pas-de-Deux

Flusso, controllo, connessione, complessità e libertà di movimento.

Flusso: Descritto al punto 3.3.6. “Qualità di movimento”

Controllo: Capacità di effettuare aggiustamenti posturali attivi e dirigere corpo e arti per effettuare un movimento specifico.

Complessità: Un elemento o una sequenza di elementi è complesso nelle condizioni seguenti:

- modo elaborato o eccezionale di assemblare esercizi, combinazioni, transizioni (indipendentemente dal livello di difficoltà degli elementi collegati), posizioni, direzioni...
- un unico elemento che si distingue con una difficoltà eccezionale, come per esempio: superficie di supporto molto ridotta, diversi assi/direzioni, punti di contatto insoliti tra volteggiatore e cavallo o tra i volteggiatori...
- Connessione: interazione basata sulla comunicazione tra i volteggiatori per coordinare i loro movimenti e per migliorare il modo in cui utilizzano i punti di contatto tra loro.

C 3: Voto di riferimento

Voto	Descrizione	Osservazione
Fino a 10 punti	Test Libero che dimostra leggerezza con un effetto fluttuante, senza esitazioni Controllo coerente Eccellente livello di complessità Uso creativo dello spazio, nessuna dipendenza costante delle maniglie Connessione significativa e creativa per Squadre e PdD	Libertà di movimento Uso creativo ed inaspettato dello spazio sul cavallo
Fino a 8 punti	Momenti di esitazione nell'esecuzione del Test Libero Elementi sono essenzialmente controllati durante il Test	Gli esercizi sono ben collegati, flusso buono con qualche momento di interruzione Il Test dimostra un costante livello di sicurezza, tutti gli elementi corrispondono al livello di allenamento dei volteggiatori

		Nel caso di una caduta con cavallo vuoto: il voto max. 8.
Fino a 6 punti	Flusso riconoscibile, ma qualche volta interrotto Elementi talvolta complessi Diversi elementi non vengono eseguiti in modo controllato Connessione con poca sinergia oltre la semplice stabilizzazione e supporto	Nel caso di due o più cadute con cavallo vuoto: il voto max. 6.
Fino a 4 punti	Interruzioni frequenti Grave mancanza di controllo ed insufficiente livello di sicurezza Nessun elemento complesso Sempre vicino alle maniglie e nessun uso creativo dello spazio Qualità e varietà di connessione insufficienti	
Fino a 2 punti	Nessun flusso, continue interruzioni Gli elementi non sono controllati ed influenzano il cavallo Solo elementi molto basilari Costantemente sbilanciato, tirando le maniglie I volteggiatori lottano costantemente per rimanere in contatto	

5.3.9 C4: Interpretazione di Musica (cat. Individuali, cat. Squadre e cat. Pas-de-Deux)

La tabella seguente contiene i voti di riferimento per il Voto C4 Interpretazione di Musica. I commenti danno una guida delle aspettative per il voto base del rispettivo box. Non è previsto che tutte le osservazioni nei commenti si dimostrano nel rispettivo Test Libero, ma la maggior parte di loro dovrebbero applicarsi per ricevere il punteggio più alto del box. Nel caso contrario il punteggio più bassi nel box dovrebbero essere scelti per il voto.

Voto	Descrizione	Osservazioni
Fino a 10 punti	Volteggianti profondamente impegnati Accattivante interpretazione della musica Alto livello e varietà espressiva rispondendo agli elementi differenti della musica Incarnazione di un personaggio o della musica da parte dei volteggianti	• Volteggianti si immergono nella musica, la prestazione è profondamente connessa con la musica • Mosse e sequenze che servono il concetto artistico • Linguaggio del corpo creativo • La prestazione si regola in base ai cambi di ritmo, tempo e stile della musica, quando occorre • Volteggianti sono molto espressivi, generosi e completamente impegnati per tutta la prestazione e dimostrano varietà di presenza e coinvolgimento emotivo
Fino a 8 punti	Volteggianti impegnati Interpretazione significativa di alcuni elementi musicali con corrispondenza del linguaggio del corpo Buon livello di espressione in combinazione con elementi musicali	• Concetto artistico può essere chiaramente identificato durante la maggior parte della prestazione • Il concetto artistico è delineato attraverso le mosse ed il linguaggio del corpo • Il volteggiatore dimostra occasionalmente espressioni facciali e gesti corrispondenti alla musica ed il concetto artistico
Fino a 6 punti	Volteggianti parzialmente impegnati Interpretazione di base degli elementi musicali Basso livello di espressione in combinazione degli elementi musicali, mancanza di varietà	• Un semplice concetto artistico può essere identificato, ma illustrato solo in pochi parti della prestazione • Semplice linguaggio del corpo qualche volta connesso alla musica. Gestii semplici mostrati durante posizioni stabili e statici • Qualche movimento è in linea con il ritmo e la melodia della musica, ma il volteggiatore non risponde ai cambiamenti di tempo, ritmo o stile durante la musica • Durante l'esecuzione di esercizi dinamici ed elementi complessi, la

		concentrazione è sull'esercizio con poca attenzione al ritmo della musica • Volteggianti mostra espressione ma non dimostra coinvolgimento emotivo
Fino a 4 punti	Interpretazione della musica molto limitata e rudimentale	• Si riconosce un tentativo di implementare un concetto artistico ma non è chiaramente identificabile • Semplice linguaggio del corpo, maggiormente non connesso con la musica • Attenzione principale è sull'esecuzione degli elementi e praticamente nessuna attenzione sul ritmo, tempo, melodia • Posture e movimenti inespressivi
Fino a 2 punti	Volteggianti inespressivi Nessuna interpretazione di elementi musicali	• Il concetto artistico non è identificabile • Linguaggio del corpo molto limitato e non corrispondente alla musica selezionata • Nessuna espressione

Se il test Libero venisse eseguito senza musica, potrebbe succedere che il concetto artistico venga riconosciuto.

5.3.10. Detrazioni dal Voto Artistico

Squadra

0,5 pt.	• In cat. C/1*/2*/3* Per ogni salita o uscita assistita oltre a quelli permessi (è permesso una salita e una uscita durante lo svolgimento del Programma Libero)
Fino 1 punto	• Abbigliamento non conforme al Codice di Abbigliamento del Reg. Volteggio FISE • Numero non indossato o non visibile.
1 punto	• Nelle Categorie Agonistiche, elementi o uscite dopo il suono della campana (ad eccezione di quelli già iniziati) • Nel Test Libero 1: eseguire esercizi in tre
2 punti	• Per ogni volteggiatore che non esegue almeno un esercizio oltre alla salita e alla discesa

Individuale / Pas De Deux

Fino 1 punto	• Abbigliamento non conforme al Codice di Abbigliamento del Reg. Volteggio FISE • Numero non indossato o non visibile
1 punto	• Elementi o uscite dopo il suono della campana (ad eccezione di quelli già iniziati)

Art. 6 – TEST TECNICO

6.1. Generalità

Voto		Coefficiente
A	Voto Cavallo	25%
B	Voto Esercizi Tecnici	25%
C	Voto Artistico	25%
D	Voto Esercizi Tecnici	25%

Il Test Tecnico consiste in cosiddetti “esercizi tecnici” che sono da eseguire obbligatoriamente nel Programma, con esercizi liberi in aggiunta, a libera scelta del volteggiatore. Gli esercizi tecnici non devono seguire un ordine prescritto. Individuale 3* Senior deve eseguire tutti e cinque esercizi tecnici, in qualsiasi ordine. Individuale 2* Young Vaulters deve eseguire tre dei cinque esercizi tecnici, in qualsiasi ordine. Se il volteggiatore presenta più di tre esercizi tecnici nel suo programma, i primi tre di essi si valutano per il Voto Esercizi Tecnici, mentre quelli che seguono si valutano come esercizi liberi aggiunti.

6.2. Criteri di giudizio del Test Tecnico

6.2.1. Esercizi Tecnici

Per ogni esercizio tecnico viene dato un voto secondo i criteri di punteggio definiti (vedi 5.4.). Il voto massimo per ogni esercizio tecnico è 10. Sono ammessi i decimali.

Errori specifici negli esercizi tecnici con penalità e detrazioni sono riportati nel capitolo 3.4. “Detrazioni specifici degli esercizi obbligatori e degli esercizi del Test Tecnico”.

6.2.2. Voto di Esecuzione degli esercizi liberi aggiunti

La qualità dell'esecuzione degli esercizi liberi aggiunti e transizioni sarà considerata separatamente e questi esercizi e detrazioni saranno riportati sulla scheda come nel Programma Libero (average system). Per Cadute vedi 3.5. “Tabella cadute”.

Soltanto gli esercizi eseguiti o iniziati prima del tempo limite verranno contati.

Il giudizio per l'esecuzione comincia al momento che il Volteggiatore tocca il fascione, il pad (copertino) o il cavallo e finisce con l'arrivo a terra dopo l'uscita finale del volteggiatore.

6.4. Descrizione degli esercizi del Test Tecnical e criteri di valutazione

6.4.1. In Piedi indietro (Equilibrio)

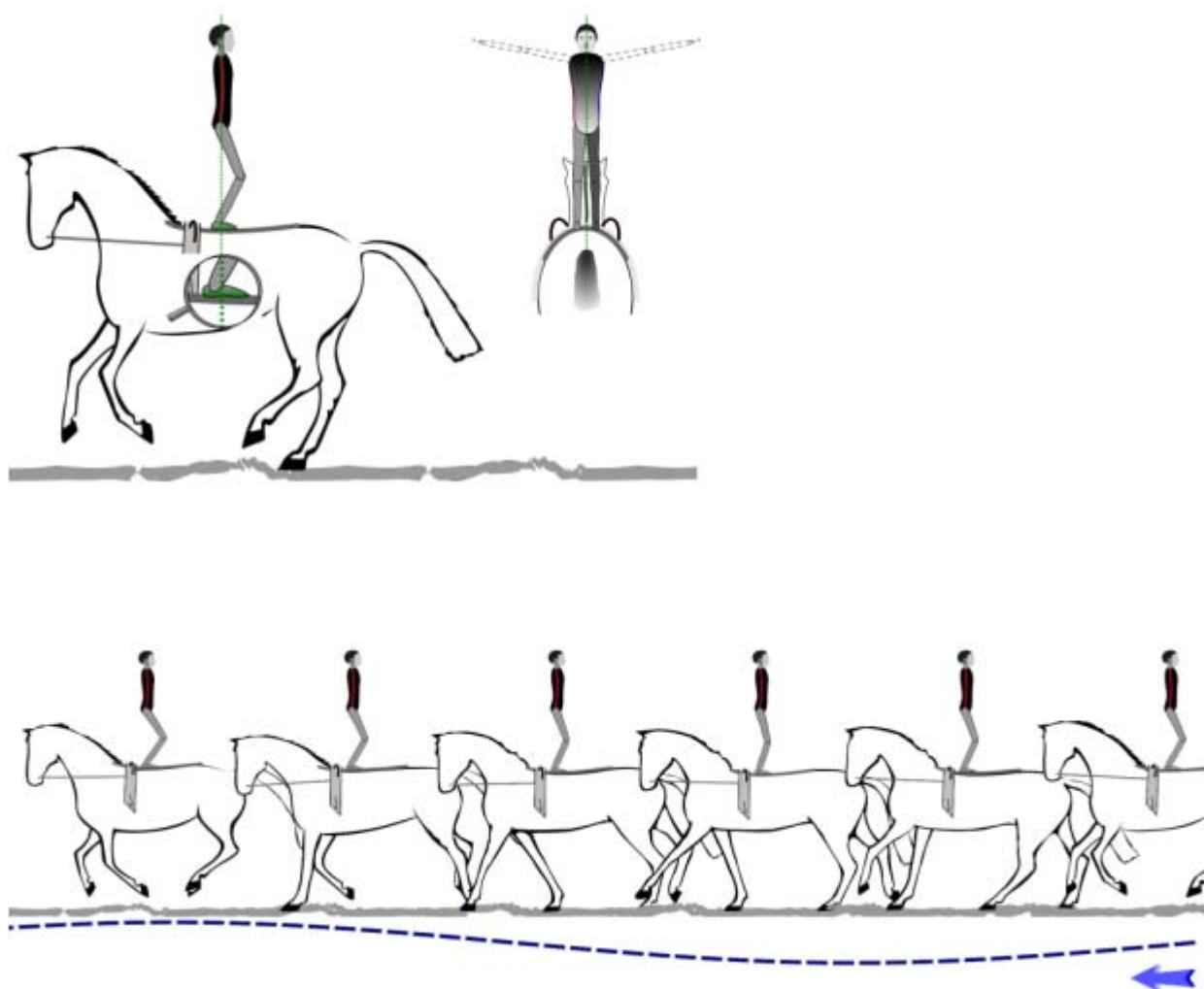
In Piedi indietro con posizione statica delle braccia

Meccanica:

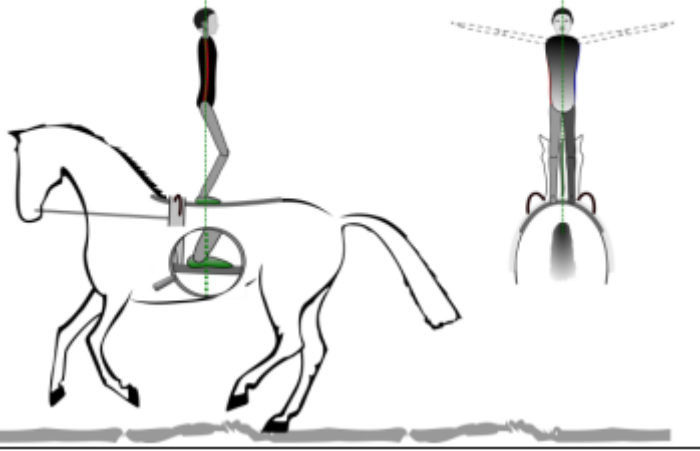
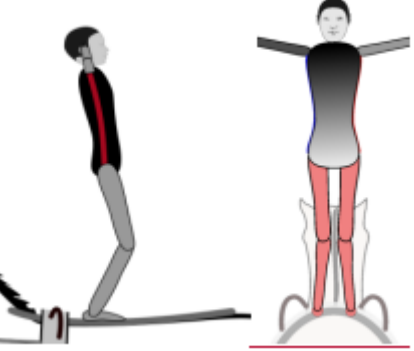
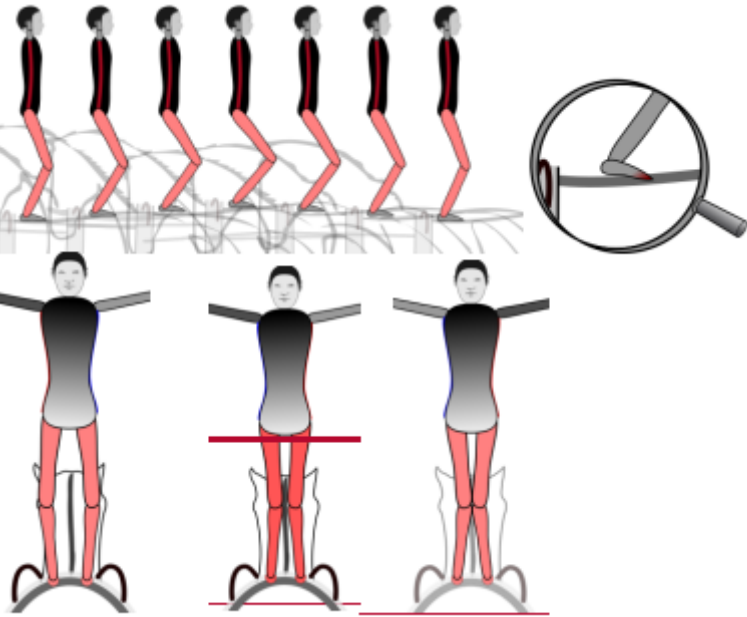
In Piedi all'indietro, le braccia in posizione statica a scelta. Questa posizione va tenuta per 3 tempi di galoppo. Errori dopo il terzo tempo di galoppo si considera come errore di esecuzione (p.es. il volteggiatore cade durante il quarto tempo di galoppo, si conta come esercizio tecnico quello fatto durante i tre tempi stabiliti, poi si calcola la caduta come errore di esecuzione).

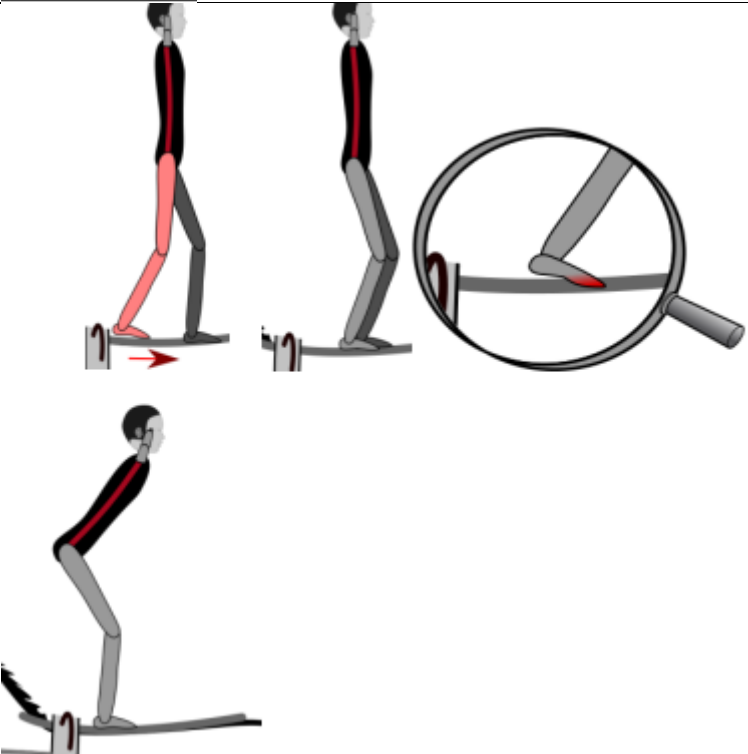
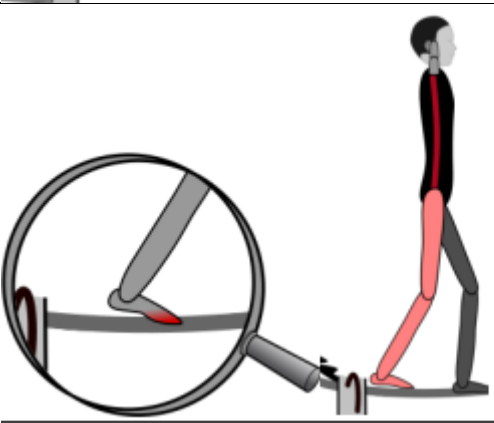
Essenza:

Armonia con il Cavallo, equilibrio e postura. L'essenza della posizione In Piedi all'indietro è l'abilità di mantenere l'equilibrio in una condizione di instabilità data dal movimento del cavallo. Le perdite di equilibrio sono giudicate come piccolo, medie o grandi.



Voto di riferimento:

10		• Assorbimento del movimento: corretto • Equilibrio e stabilità: il peso è distribuito uniformemente su tutto il piede (suola) • Postura: corretta
9		• Assorbimento del movimento: corretto • Equilibrio e stabilità: il peso è distribuito uniformemente su tutto il piede (suola) • Postura: inclinarsi leggermente in avanti o indietro, ginocchia o piedi troppo larghi o troppo stretti
8		• Assorbimento: leggermente mancato (p.es. poca tensione nella parte superiore del corpo e/o delle gambe) • Postura: le articolazioni delle gambe sono piegate più del necessario per compensare il movimento del cavallo. Ginocchia più larghi o più stretti rispetto ai piedi

7		• Equilibrio: piccolo passo
6		• Equilibrio: troppo peso sulla punta dei piedi, sui talloni • Piccolo passo senza ritornare a piedi pari • Busto 45° davanti alla verticale
5		• Equilibrio: il peso è sulle punte dei piedi, sui talloni oppure su un piede solo. • Grande passo senza ritornare a piedi pari • Saltellare

4		• Gambe rigide (non assorbono il movimento del cavallo) • Saltellare in continuazione • Busto più di 45° davanti alla verticale
0		• Un piede sta sul collo o sul fascione durante l'esercizio

6.3.2. Ruota dal collo alla schiena (Timing/coordinazione)

Meccanica:

La ruota è un esercizio dinamico, che comprende 4 fasi:

1. fase energetica: inizia con l'in piedi (peso su un piede=piede di appoggio) sul collo faccia indietro, le mani sulle maniglie ("on top of the handles")
2. fase ascendente: inizia quando il piede di appoggio perde il contatto con il collo (l'altra gamba è la gamba oscillante che inizia per prima la salita)
3. fase discendente: inizia quando la prima gamba (gamba oscillante) comincia la discesa.
4. Fase di atterraggio: inizia quando il piede della prima gamba tocca la schiena del cavallo

Fase energetica:

Posizione di partenza dell'esercizio: in piedi all'indietro su un piede (= gamba portante qui chiamata "seconda gamba") sul collo del cavallo, entrambe le mani tengono le maniglie, la prima gamba (gamba oscillante) è tesa e punta in basso. Le braccia sono estese e rimangono tese durante questa fase energetica. La prima gamba oscilla verso l'alto, la seconda gamba spinge via dal collo e segue la prima chiaramente ritardata.

Fase ascendente, fase discendente:

Durante la fase ascendente (dal momento in cui la seconda gamba perde contatto con il cavallo) e la fase discendente (fin quando la prima gamba tocca la schiena del cavallo) la distanza tra le gambe rimane costantemente uguale.

Il centro di gravità sale al di sopra del centro della superficie di appoggio (mani sulle maniglie).

Durante la fase ascendente e la fase discendente le gambe si muovono con costante flusso e rimangono tese, mentre il busto esegue una rotazione fluida. Il volteggiatore passa attraverso una verticale a gambe aperte, con l'anca parallela all'asse longitudinale del cavallo all'inizio della fase discendente; braccia, spalle, anche e busto sono allineati. Quando il volteggiatore gira le braccia incrociandole, la prima gamba si piega nell'articolazione dell'anca e le gambe scendono controllate.

La ruota è un movimento lungo l'asse centrale del cavallo.

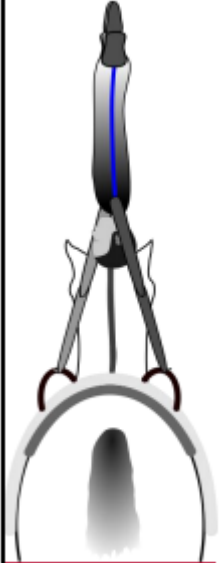
Fase di atterraggio:

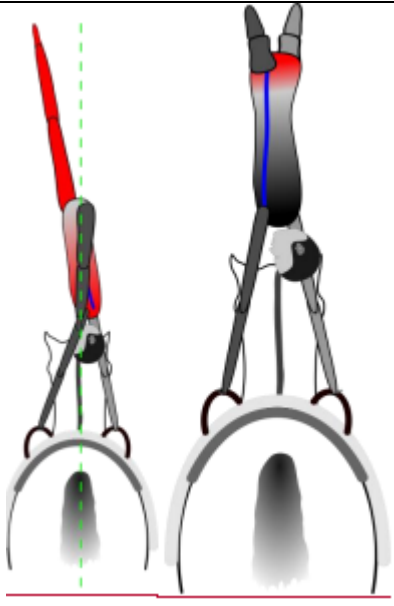
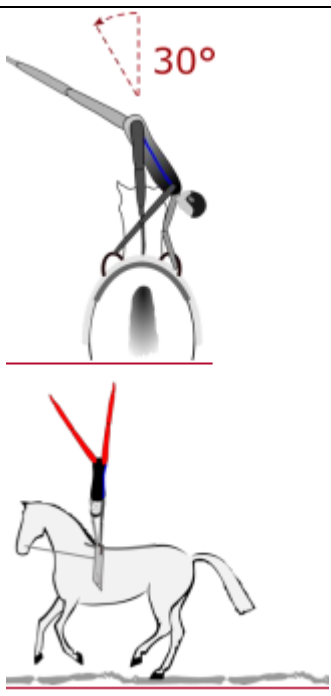
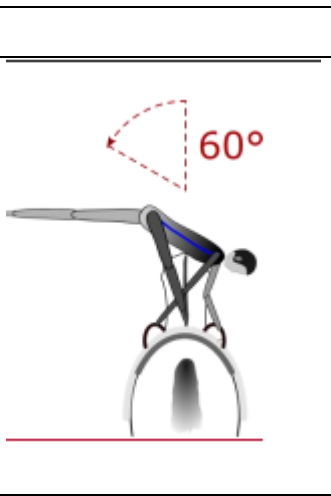
La prima gamba si riceve dolcemente sulla suola del piede, in posizione controllata in avanti, su un piede con entrambe le mani sulle maniglie. La seconda gamba segue con un movimento controllato e fluido.

Posizione finale dell'esercizio:

In piedi sulla scuola del primo piede, punta del piede in avanti, entrambe le mani sulle maniglie, per almeno un tempo di galoppo, fin quando la seconda gamba arriva tesa e punta in basso. Il secondo piede non deve essere fermato in questa posizione ma può continuare il movimento.



10		+Il movimento è fluido e senza interruzioni, in armonia con il movimento del cavallo +il baricentro del volteggiatore rimane sopra le maniglie (area di supporto), il movimento avviene lungo l'asse centrale del cavallo. +le braccia sono estese e rimangono tese durante la fase ascendente. +cominciando la fase discendente, le anche del volteggiatore sono parallele all'asse longitudinale del cavallo +durante la salita e la discesa, le gambe rimangono divaricate costantemente uguali +l'atterraggio sul cavallo avviene dolcemente sulla suola di un piede.
----	---	---

8		+Il movimento è fluido e senza interruzioni, in armonia con il movimento del cavallo +durante la salita e la discesa, le gambe rimangono divaricate costantemente uguali +l'atterraggio sul cavallo avviene dolcemente sulla scuola di un piede. -il baricentro del volteggiatore è sopra le maniglie, ma qualche parte del suo corpo non è in linea con l'asse centrale del cavallo -braccia e gambe non sono perfettamente tese durante la salita e la discesa -iniziando la fase discendente, le anche del volteggiatore non sono completamente parallele all'asse longitudinale del cavallo.
6		-la ruota presenta un'interruzione media nel movimento di uno o entrambe le gambe -il baricentro del volteggiatore non è costantemente sulle maniglie, alcune parti del corpo non sono allineate con l'asse centrale del cavallo (angolo tra il busto e l'asse centrale è 30°) -deviazione media nell'estensione del braccio e della gamba -iniziando la fase discendente le anche del volteggiatore non sono parallele all'asse longitudinale del cavallo -l'apertura delle gambe non rimane consistente nella fase ascendente e discendente. -atterraggio: non perfettamente sotto controllo
4		-interruzione grave del movimento delle gambe -baricentro del volteggiatore non è mai sopra le maniglie, il corpo non è in linea con l'asse centrale del cavallo (angolo 60°) -maggiore deviazione nell'estensione del braccio e della gamba -l'apertura delle gambe non è consistente -atterraggio sul cavallo avviene in modo duro
0		-atterraggio diverso da come descritto (non su un piede solo) -atterraggio simultaneamente con due piedi

		-atterraggio prima con la seconda gamba -tenere la posizione finale non per almeno 1 falcata di galoppo -usando come supporto altre parti del corpo invece di mani e piedi
--	--	--

6.3.3. Verticale sull'avambraccio (forza)

Meccanica:

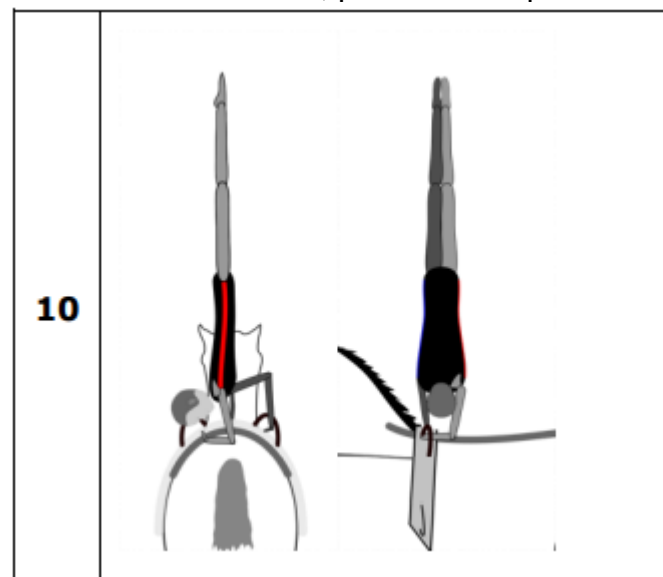
Ciascuna mano tiene una maniglia; il peso viene supportato maggiormente dall'avambraccio. Il gomito dell'altro braccio è pressappoco verticale sulla mano che tiene l'altra maniglia. Il petto del volteggiatore è direzionato all'interno o all'esterno del circolo. Se l'esercizio viene eseguito sull'avambraccio sinistro, il petto è direzionato all'esterno, mentre se eseguito sull'avambraccio destro il petto è direzionato all'interno del circolo. La linea delle spalle e del bacino del volteggiatore sono in linea con l'asse longitudinale del cavallo, la testa è l'estensione dell'asse longitudinale del corpo. Le gambe del volteggiatore sono tese e chiuse per avere il voto ottimale. Se sono in una qualsiasi altra posizione che non chiuse, il voto massimo sarà 8 punti o meno.

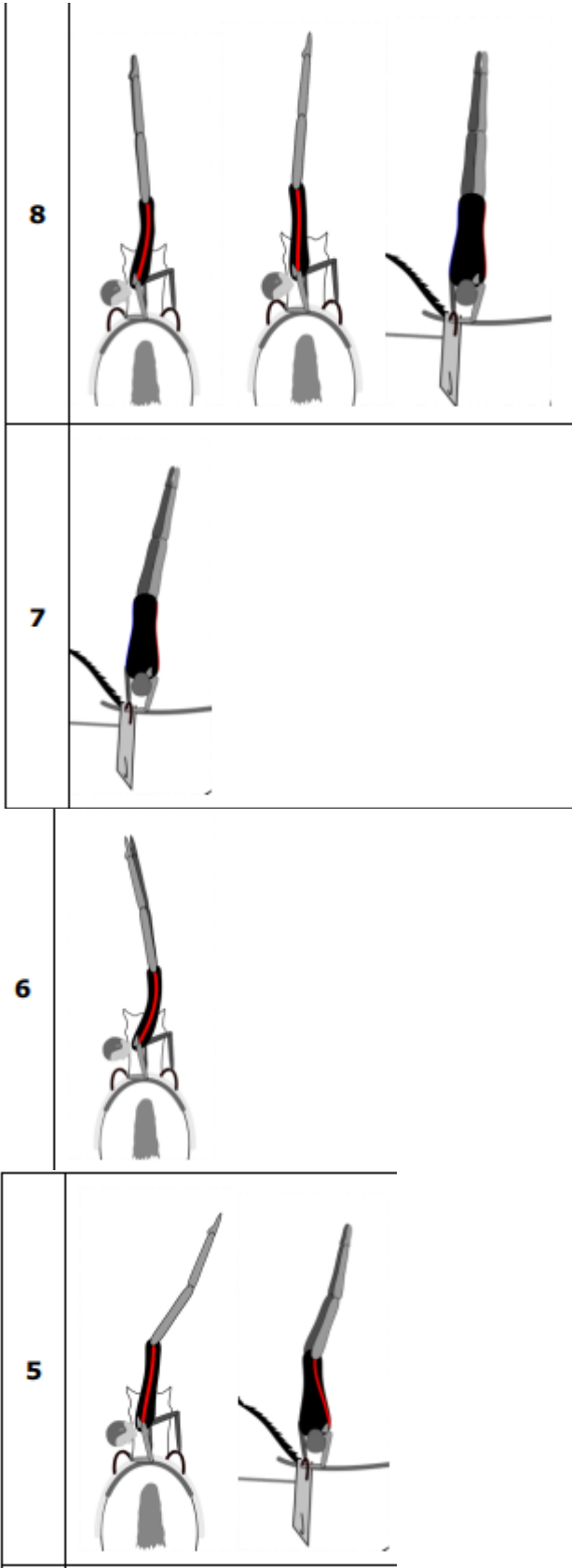
La posizione finale viene tenuta 3 tempi di galoppo che si cominciano a contare alla prima posizione statica delle gambe.

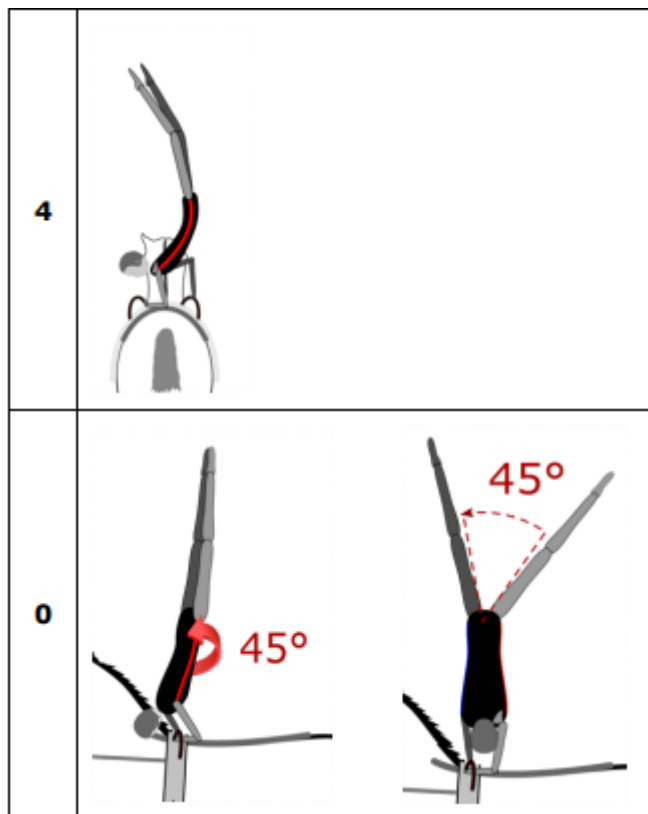
Errore dopo il terzo tempo di galoppo si considera come errore di esecuzione (p.es. il volteggiatore cade durante il quarto tempo di galoppo, si conta come esercizio tecnico quello fatto durante i tre tempi stabiliti, poi si calcola la caduta come errore di esecuzione).

Essenza:

Armonia con il cavallo, postura ed equilibrio.







Voto di riferimento:

10	Asse longitudinale del corpo dritta dalle spalle ai piedi, vicino alla verticale. Le braccia tengono il volteggiatore in posizione, assorbono il movimento del cavallo. Gambe tese e chiuse. Anca, ginocchia e piedi sono direzionati correttamente lateralmente all'interno o all'esterno.
9	- Deviazione minore dalla posizione sopra descritto: il corpo non viene tenuto teso e si muove leggermente (body tension mancante) - Anca leggermente piegata, il corpo non è verticale - Corpo girato (non laterale) - Gambe leggermente aperte
7	- Deviazione media dalla posizione sopra descritto: Schiena arcuata e/o movimento visibile del corpo (body tension mancante) - Anca leggermente piegata, il corpo non è verticale - Corpo girato (non laterale)
5	- Deviazione maggiore dalla posizione sopra descritto: Schiena arcuata e/o movimento visibile del corpo (body tension mancante) - Anca piegata, il corpo non è verticale - Corpo girato (non laterale). Deviazione maggiore dalla posizione sopra descritto: Schiena arcuata e/o movimento visibile del corpo (body tension mancante) - Corpo girato (non laterale)

Detrazioni:

3 punti	- Le mani non tengono la maniglia alla parte superiore
----------------	--

6.3.4. Salita in supporto sulla spalla (shoulderstand) indietro (forza di salto)

(si può eseguire come salita iniziale o come batti-risali dall'interno o esterno)

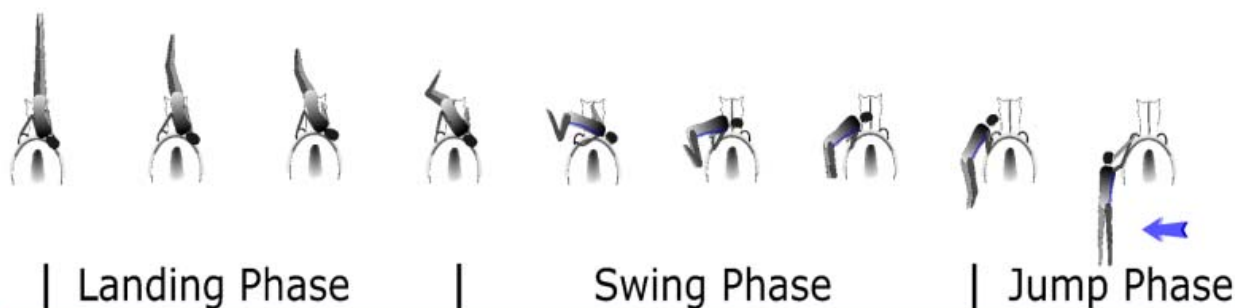
Meccanica:

L'esercizio parte da terra battendo con due piedi da una posizione in avanti. Le mani tengono una maniglia. Ginocchia, tacchi e punte dei piedi sono vicini dal momento che i piedi si staccano da terra. Durante la prima parte della salita, il centro di gravità si muove verticalmente d terra con le gambe accovacciate. Durante il movimento verso l'alto, le spalle cominciano a muoversi verso la schiena del cavallo mentre le anche si muovono più in alto. Con un movimento fluido una mano si muove all'altra maniglia del fascione in modo che ogni mano tiene una maniglia. Nel momento che la spalla del volteggiatore appoggia sul dorso del cavallo, le anche, ginocchia e piedi vengono allungate in su e lasciano così la posizione accovacciata. Le spalle del volteggiatore sono parallele all'asse delle spalle del cavallo. Il petto del volteggiatore è rivolto verso il collo del cavallo. Entrambe le braccia superiori del volteggiatore vicine alla parte superiore del corpo. La posizione finale è un Shoulderstand all'indietro sulla schiena del cavallo. Questa posizione si deve raggiungere entro la terza falcata di galoppo dalla partenza. La posizione finale va tenuta per un minimo di 3 tempi di galoppo, con le gambe chiuse.

Errore dopo il terzo tempo di galoppo si considera come errore di esecuzione (p.es. il volteggiatore cade durante il quarto tempo di galoppo, si conta come esercizio tecnico quello fatto durante i tre tempi stabiliti, poi si calcola la caduta come errore di esecuzione).

Essenza:

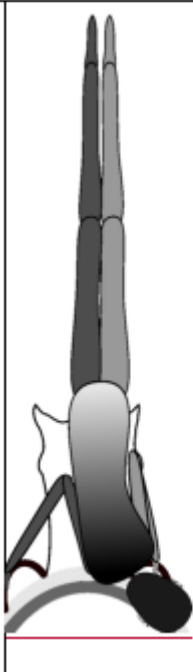
Armonia con il cavallo. Coordinazione del movimento e raggiungimento della posizione finale.

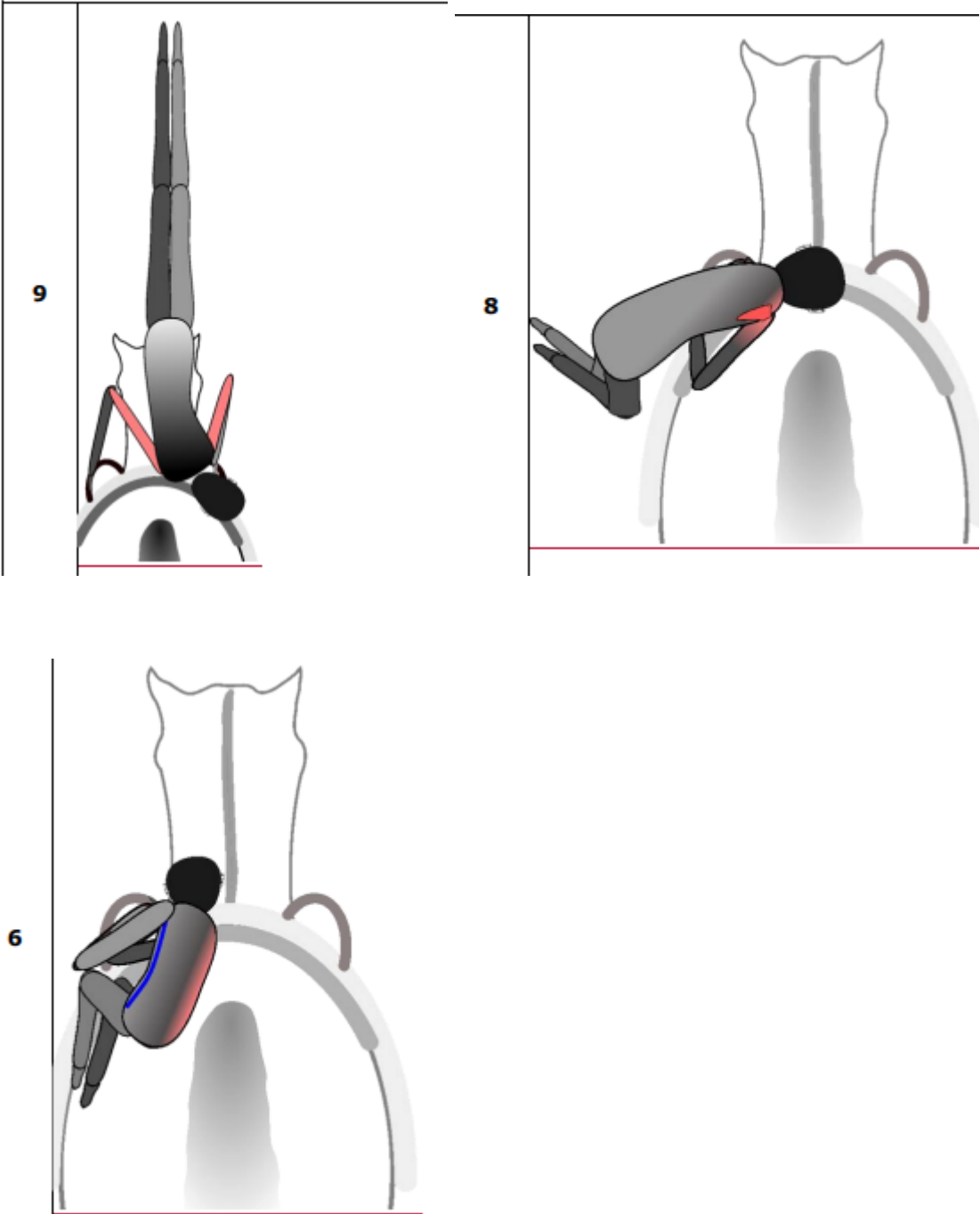


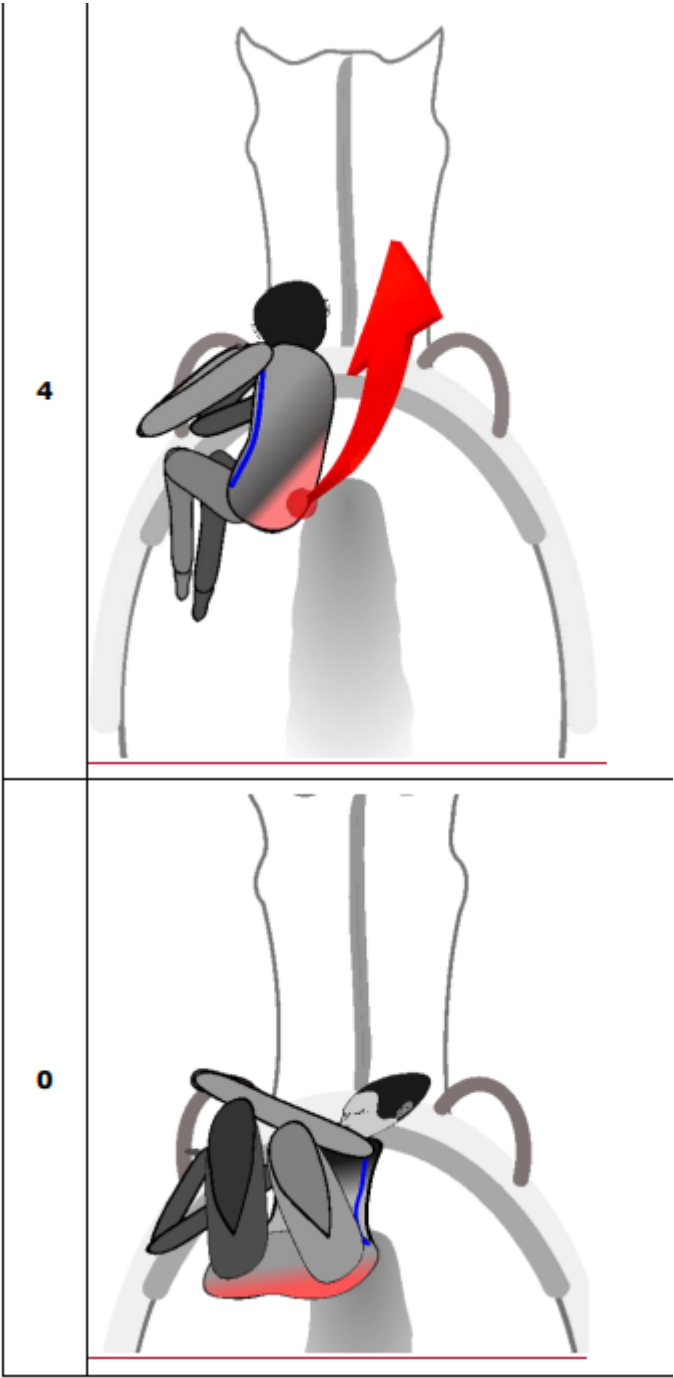
Voto di riferimento:

10	Ottima esecuzione della meccanica descritta. Movimento fluido con centro di gravità in aumento chiaramente visibile, riceversi morbido sul dorso del cavallo entro tre tempi di galoppo.
9-8	- Centro di gravità non sale immediatamente - Volteggiatore si riceve sulla scapola e non sulla spalla e si corregge poi in posizione corretta
7 6	- Il volteggiatore ci mette quattro falcate di galoppo prima di arrivare in posizione finale - Una gamba tocca cavallo o fascione durante la fase di salita - Torna indietro durante la fase di salita e la parte laterale del busto tocca il cavallo (senza spingersi in alto)
5	- Esecuzione della figura con gambe aperte - Il volteggiatore ci mette cinque falcate di galoppo prima di arrivare in posizione finale.
4	- Le gambe non salgono insieme in alto (una gamba dopo l'altra (90° aperti o di più) - Il volteggiatore si sdraia lateralmente sul cavallo e da questo si raggiunge la posizione finale
0	- Volteggiatore arriva in posizione sdraiata di schiena sul dorso del cavallo, sul collo del cavallo o sul fascione prima di muoversi da lì nella posizione finale. - Il volteggiatore sale in posizione Shoulder Hang (le spalle sono parallele alla spina dorsale del cavallo, la spalla non poggia sul dorso) prima di mettersi nella posizione Shoulderstand. - La posizione finale si raggiunge, ma non viene tenuta nemmeno per un tempo di galoppo

10







6.3.5. Ago indietro (flessibilità)

Ago indietro sulla schiena del cavallo, entrambe le mani poggiano piatte sul pad (copertino)

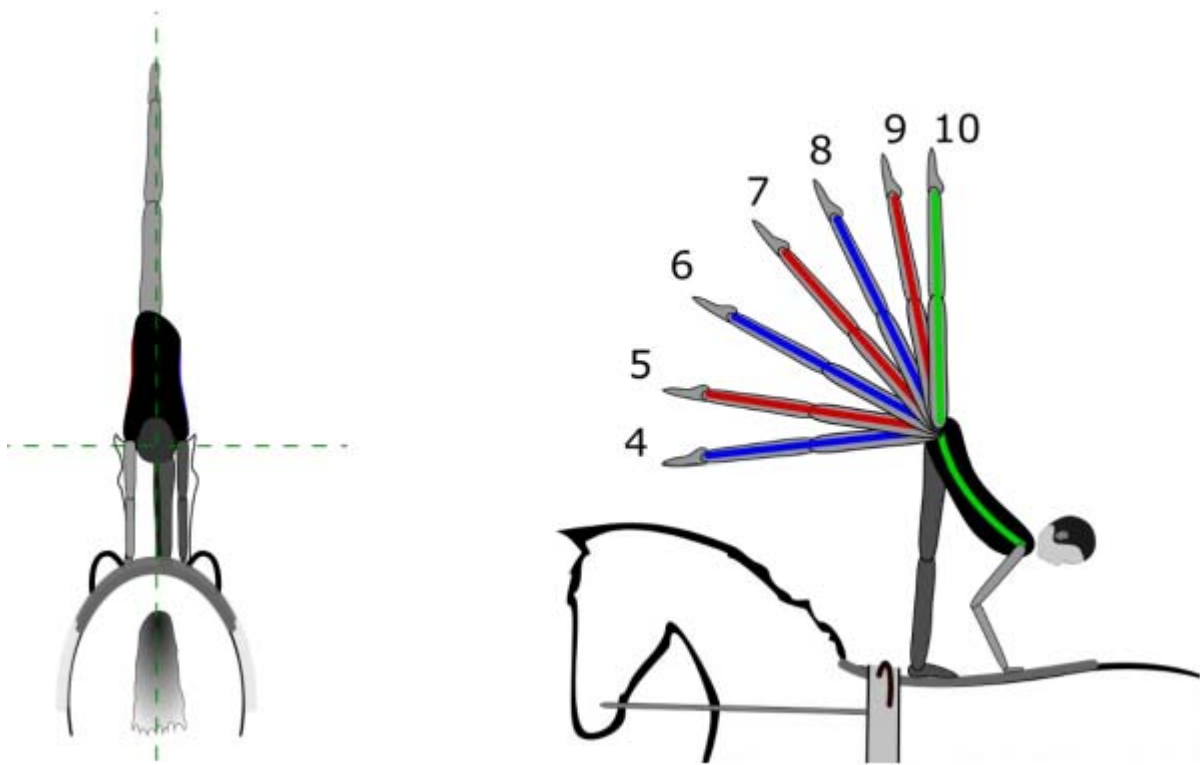
Meccanica:

Il piede di supporto poggia completamente sulla schiena del cavallo. La gamba di supporto è tesa in linea con l'asse verticale del cavallo. La gamba alzata è tesa ed in linea con la gamba di supporto. Le spalle del volteggiatore sono parallele all'asse laterale del cavallo. La posizione viene tenuta per 3 falcate di galoppo.

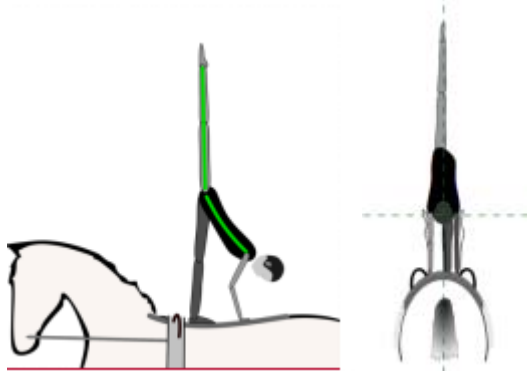
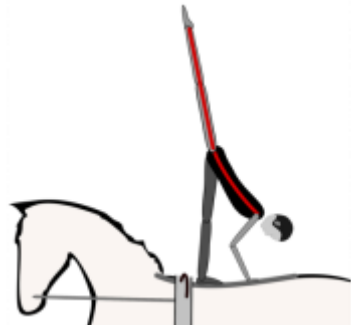
Essenza:

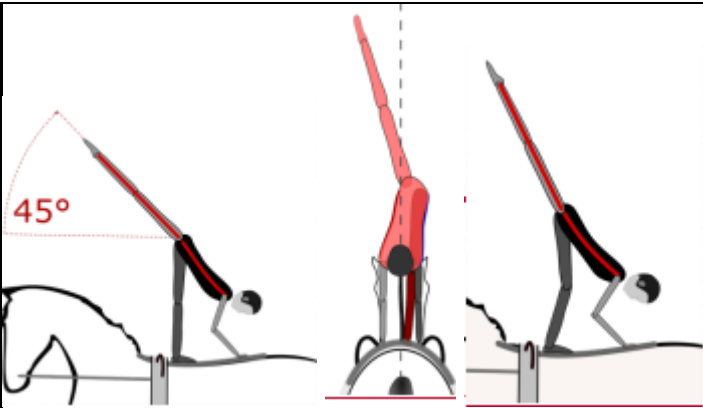
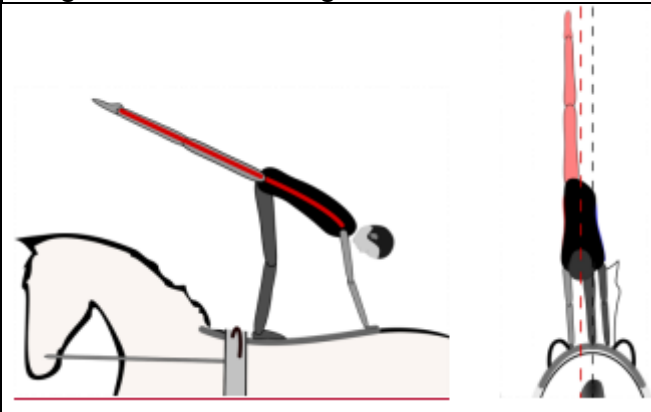
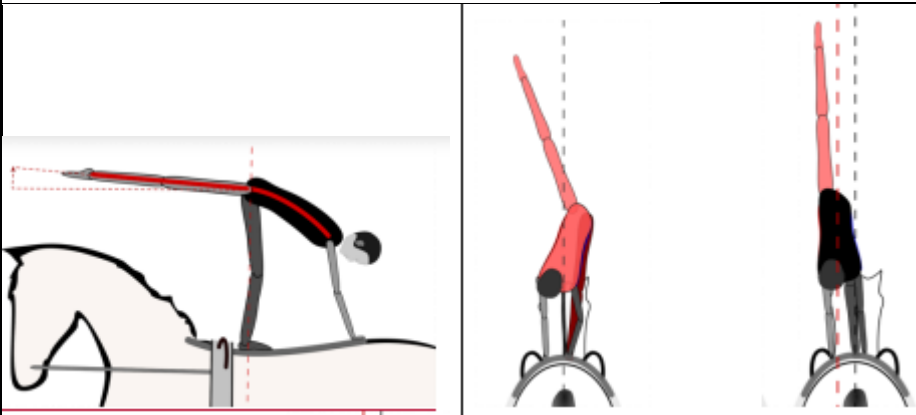
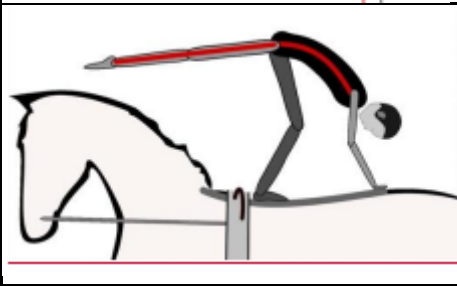
Armonia con il cavallo. Flessibilità.

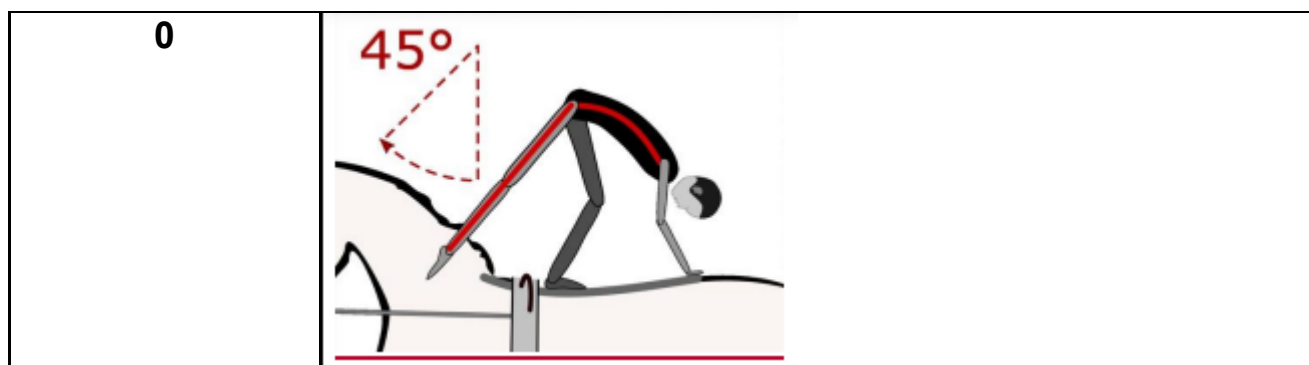
Errore dopo il terzo tempo di galoppo si considera come errore di esecuzione (p.es. il volteggiatore cade durante il quarto tempo di galoppo, si conta come esercizio tecnico quello fatto durante i tre tempi stabiliti, poi si calcola la caduta come errore di esecuzione).



Voto di riferimento:

10	 Angolo delle gambe è 180° Angolo tra la parte superiore del corpo e la gamba di supporto non più di 20°
9	 Gamba dell'ago si muove leggermente Angolatura: vedi disegno
8	 Angolatura: vedi disegno. Leggera deviazione nell'allineamento della gamba (fuori centro)

7	 Gamba di supporto leggermente piegato Angolatura: vedi disegno
6	
5	
4	 Gamba di supporto piegata



Detrazioni:

1 punto	- Piede di supporto in contatto con il fascione
Fino a 2 punti	- Presa del copertino con le mani

6.4 Voto Artistico del Test Tecnico

Il voto massimo è 10. Sono ammessi i decimali.

Il giudizio inizia quando il volteggiatore tocca il fascione, il pad (copertino) o il cavallo e finisce con il tempo limite.

Il voto Artistico del Test Tecnico è giudicato secondo i seguenti criteri:

CoH 20%	Considerazione del Cavallo Scelta di elementi, compreso gli esercizi tecnici, in armonia con il cavallo, senza sovraccaricare il cavallo e senza compromettere il suo equilibrio .	CoH	20%
------------	--	-----	-----

STRUTTURA 40%	Selezione degli Elementi /Sequenze/Transizioni Utilizzo di elementi/sequenze/transizioni unici ed originali, e/o elevata richiesta di complessità di elementi e sequenze, transizioni o combinazioni tra questi danno il valore più o meno elevato delle sequenze tra un elemento tecnico e l'altro	T1	40%
	S1 S2 S3 S4 S5 S6		
COREOGRAFIA 40%	Unità della composizione - Transizioni morbide e movimenti che dimostrano fluidità e connessione di tutti gli esercizi dimostrati (esercizi tecnici ed esercizi aggiuntivi) durante il Test Tecnico - Integrazione degli elementi tecnici che dimostrano efficienza, connessione e fluidità all'interno del Test Tecnico - Utilizzo bilanciato di spazio e direzioni - Scelta di elementi e sequenze in armonia con il Cavallo	T2	10%
	Interpretazione della Musica - Profondo impegno per un concetto musicale completamente sviluppato - Accattivante interpretazione della musica - Elevata varietà espressiva in risposta a diversi elementi musicali - Complessità del linguaggio del corpo	T3	30%

1 punto	Per ogni esercizio, incluso l'uscita finale, cominciato dopo il tempo limite (suono della campana)
---------	--

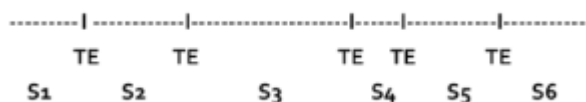
Voto T1 Individuali Senior 3*

1. Il Test Tecnical è diviso in sei sequenze, la prima dalla salita a primo esercizio tecnico, 4 sequenze da un esercizio tecnico al prossimo e la sesta dall'ultimo esercizio tecnico all'uscita finale.
2. Ogni sequenza riceve un voto. Questo voto rappresenta i seguenti criteri: Difficoltà e/o Originalità ed Individualità di un elemento e/o sequenza di elementi e/o transizioni.
3. Se il volteggiatore inizia il Test con l'esercizio tecnico "salita in verticale sulla spalla indietro", la prima sequenza riceve il voto di 5.
4. Se un esercizio Tecnico non viene eseguito affatto, la sequenza mancata sarà giudicata 0.

Voto T1 Individuali 2* Young Vaulters

1. Il Test Tecnical è diviso in quattro sequenze, la prima dalla salita al primo esercizio tecnico, 2 sequenze da un esercizio tecnico al prossimo e la quarta dall'ultimo esercizio tecnico all'uscita finale.
2. Ogni sequenza riceve un voto. Questo voto rappresenta i seguenti criteri: Difficoltà e/o Originalità ed Individualità di un elemento e/o sequenza di elementi e/o transizioni.
3. Se il volteggiatore inizia il Test con l'esercizio tecnico "salita in verticale sulla spalla indietro", la prima sequenza riceve il voto di 5.
4. Se un esercizio Tecnico non viene eseguito affatto, la sequenza mancata sarà giudicata 0.

Esempio:



	S1	S2	S3	S4	S5	S6	T1 Voto
Complessità e/o Originalità e/o unicità della sequenza	5,5	6	8	7,5	4	6	6,167

I voti T1 / T2 / T3 si scrivono sulla scheda, il Centro Calcoli farà il conteggio. Per Individuali 3* il voto totale per T1 è la media delle 6 sequenze, calcolati per 3 decimali. Per Individuali 2* Young Vaulters, il voto totale per T1 è la media delle 4 sequenze, calcolati per 3 decimali.

Basic Score T1

Fino a 10	La sequenza consiste in uno o più esercizi/transizioni di cui almeno uno soddisfa i seguenti requisiti: • Molto complesso e/o originale, e/o R-esercizio viene mostrato • Connettività buona/eccellente
Fino a 8	La sequenza consiste in uno o più esercizi/transizioni di cui almeno uno soddisfa i seguenti requisiti: • complesso e/o originale • qualche buona connettività, dipendente dalla complessità dell'esercizio mostrato
Fino a 6	La sequenza consiste in uno o più esercizi/transizioni di cui almeno uno soddisfa i seguenti requisiti: • moderata complessità e/o originalità • dimostra qualche connettività senza maggiore interruzione (fluidità media) Per esempio, una transizione per collegare esercizi Tecnici che dimostra una buona fluidità e non è interrotta
Fino a 4	La sequenza consiste in un esercizio o transizione che è • non molto complessa o poco originale • Basso livello di connessione con qualche interruzione (non fluido)
Fino a 2	Nessun esercizio/transizione supplementare - nessuna complessità nella sequenza, mancanza di connettività, comprese le grandi interruzioni tra ogni esercizio tecnico.

Numero di esercizi aggiuntivi richiesti per Basic Score:

Fino a 2	NESSUN esercizio o transizione
Fino a 4	UN esercizio o transizione
Fino a 6	UNO o PIÙ esercizi o transizioni di cui almeno UNO soddisfa i criteri
Fino a 8	UNO o PIÙ esercizi o transizioni di cui almeno UNO soddisfa i criteri superiori di cui "fino a 6"
Fino a 10	UNO o PIÙ esercizi o transizioni di cui almeno UNO soddisfa i criteri superiori di cui "fino a 8"

- Dopo il suono della campana viene preso in considerazione soltanto l'uscita finale per l'ultima sequenza
- Come per il Test Libero, un'uscita finale dopo il tempo limite viene penalizzato con 1 punto, seguendo le linee guida

Allegato I: Tabella Difficoltà Squadre e Pas de Deux**Grado di difficoltà per Squadre:****Test Libero 2 Senior:**

D-Exercises		M-Exercises		Total Score	E-Exercises	
	Score		Score			Score
25	10,0	0	0,0	10,0	0	0,0
24	9,6	1	0,3	9,9	1	0,1
23	9,2	2	0,6	9,8	2	0,2
22	8,8	3	0,9	9,7	3	0,3
21	8,4	4	1,2	9,6	4	0,4
20	8,0	5	1,5	9,5	5	0,5
19	7,6	6	1,8	9,4	6	0,6
18	7,2	7	2,1	9,3	7	0,7
17	6,8	8	2,4	9,2	8	0,8
16	6,4	9	2,7	9,1	9	0,9
15	6,0	10	3,0	9,0	10	1,0
14	5,6	11	3,3	8,9	11	1,1
13	5,2	12	3,6	8,8	12	1,2
12	4,8	13	3,9	8,7	13	1,3
11	4,4	14	4,2	8,6	14	1,4
10	4,0	15	4,5	8,5	15	1,5
9	3,6	16	4,8	8,4	16	1,6
8	3,2	17	5,1	8,3	17	1,7
7	2,8	18	5,4	8,2	18	1,8
6	2,4	19	5,7	8,1	19	1,9
5	2,0	20	6,0	8,0	20	2,0
4	1,6	21	6,3	7,9	21	2,1
3	1,2	22	6,6	7,8	22	2,2
2	0,8	23	6,9	7,7	23	2,3
1	0,4	24	7,2	7,6	24	2,4
0	0,0	25	7,5	7,5	25	2,5

Test Libero 2 Junior:

D-Exercises		M-Exercises		Total Score	E-Exercises	
	Score		Score			Score
20	10,0	0	0,0	10,0	0	0,0
19	9,5	1	0,4	9,9	1	0,2
18	9,0	2	0,8	9,8	2	0,4
17	8,5	3	1,2	9,7	3	0,6
16	8,0	4	1,6	9,6	4	0,8
15	7,5	5	2,0	9,5	5	1,0

STARTING GUIDELINES 2024

14	7,0	6	2,4	9,4	6	1,2
13	6,5	7	2,8	9,3	7	1,4
12	6,0	8	3,2	9,2	8	1,6
11	5,5	9	3,6	9,1	9	1,8
10	5,0	10	4	9,0	10	2,0
9	4,5	11	4,4	8,9	11	2,2
8	4,0	12	4,8	8,8	12	2,4
7	3,5	13	5,2	8,7	13	2,6
6	3,0	14	5,6	8,6	14	2,8
5	2,5	15	6	8,5	15	3,0
4	2,0	16	6,4	8,4	16	3,2
3	1,5	17	6,8	8,3	17	3,4
2	1,0	18	7,2	8,2	18	3,6
1	0,5	19	7,6	8,1	19	3,8
0	0,0	20	8,0	8,0	20	4

Grado di difficoltà Pas de Deux Test 1 – D/Junior 2*

D-Exercises		M-Exercises		Total Score
	Score		Score	
10	10,0	0	0,0	10,0
9	9,0	1	0,5	9,5
8	8,0	2	1,0	9,0
7	7,0	3	1,5	8,5
6	6,0	4	2,0	8,0
5	5,0	5	2,5	7,5
4	4,0	6	3,0	7,0
3	3,0	7	3,5	6,5
2	2,0	8	4,0	6,0
1	1,0	9	4,5	5,5
0	0,0	10	5,0	5,0

Grado di difficoltà Pas de Deux Test 2 – Senior 2*/Senior 3*

D-Exercises		M-Exercises		Total Score
	Score		Score	
13	10,0	0	0,0	10,0
12	9,6	1	0,4	10,0
11	8,8	2	0,8	9,6
10	8,0	3	1,2	9,2
9	7,2	4	1,6	8,8
8	6,4	5	2,0	8,4
7	5,6	6	2,4	8,0
6	4,8	7	2,8	7,6
5	4,0	8	3,2	7,2
4	3,2	9	3,6	6,8
3	2,4	10	4,0	6,4
2	1,6	11	4,4	6,0
1	0,8	12	4,8	5,6
0	0,0	13	5,2	5,2

Allegato II: Codice dei commenti (Abbreviazioni)

Lettera	Detrazione	Descrizione
G	1 pt. per ogni falcata di galoppo mancante	Errore nel conteggio delle falcate in Test Obbligatorio e Test Tecnico
K	1 pt.	Mancata posizione in Ginocchio prima della bandiera o dell'In Piedi (Test Obbligatorio)
N	1 pt.	Toccare il collo del cavallo con la mano nella bandiera, senza perdere la costruzione della stessa (Test Obbligatorio)
C	1 pt.	CADUTA = ogni atterraggio diverso dal quello su entrambi i piedi (Test Libero, Test Tecnico)
T	1 pt.	Per ogni Errore di ritmo nel mulino
R	2 pt.	RIPETIZIONE (Testo Obbligatorio, Test Tecnico)