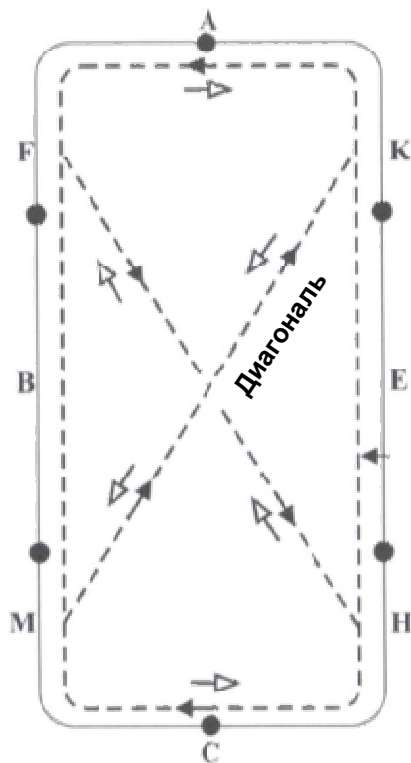


## Разметка манежа и манежные фигуры

Езда по буквам облегчает поддерживать порядок в манеже и организацию тренировки.



Первый след



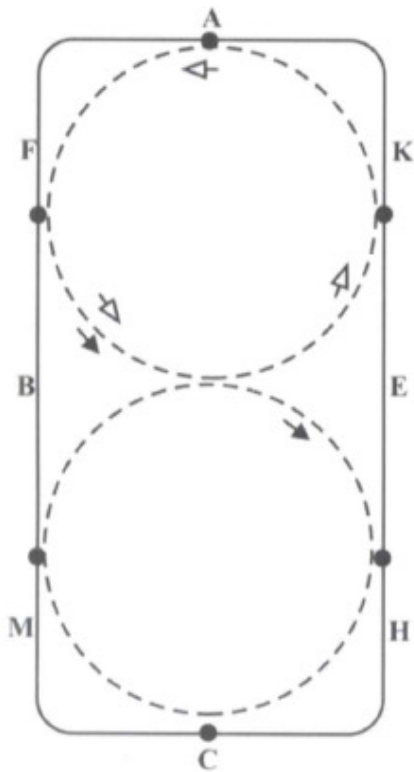
### Смена направления через манеж из угла

- от Н до F или наоборот
- от М до К или наоборот

### Смена направления через середину манежа

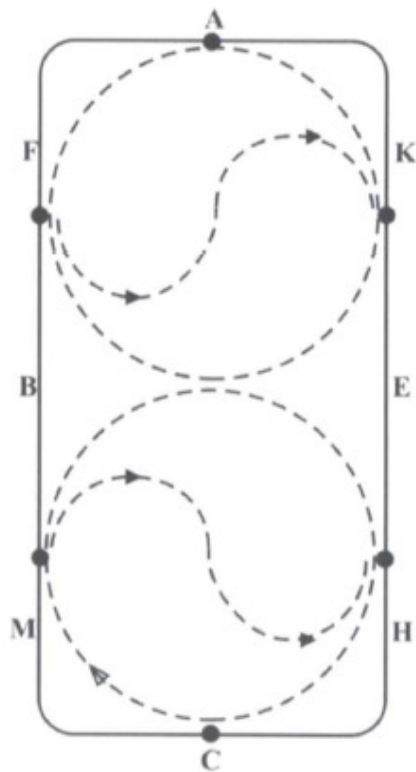
- От С до А или наоборот

## Фигуры на окружностях



### Езда по кругу

- круг у А или С



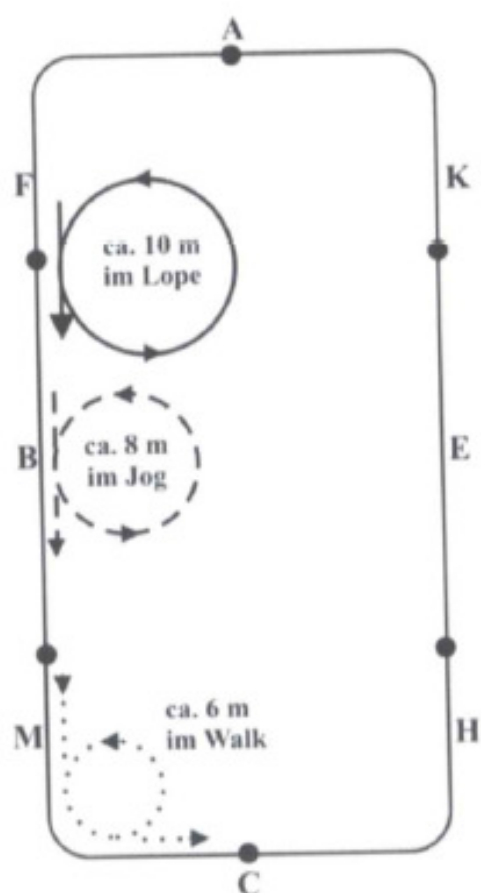
### Смена направления из круга

-Смена направления из одного круга в другой

### Смена направления через круг

- От открытой стороны к закрытой, т.е. в направлении С или А

## Вольты и обратные вольты

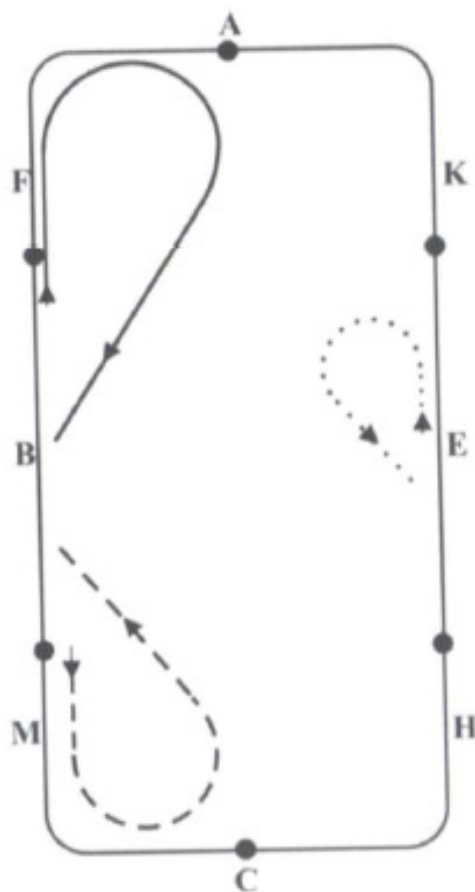


### Обычный вольт

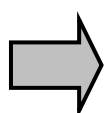
Диаметр на шагу = 6 м.

Диаметр на рыси = 8 м.

Диаметр на галопе = 10 м.



### Обратный вольт

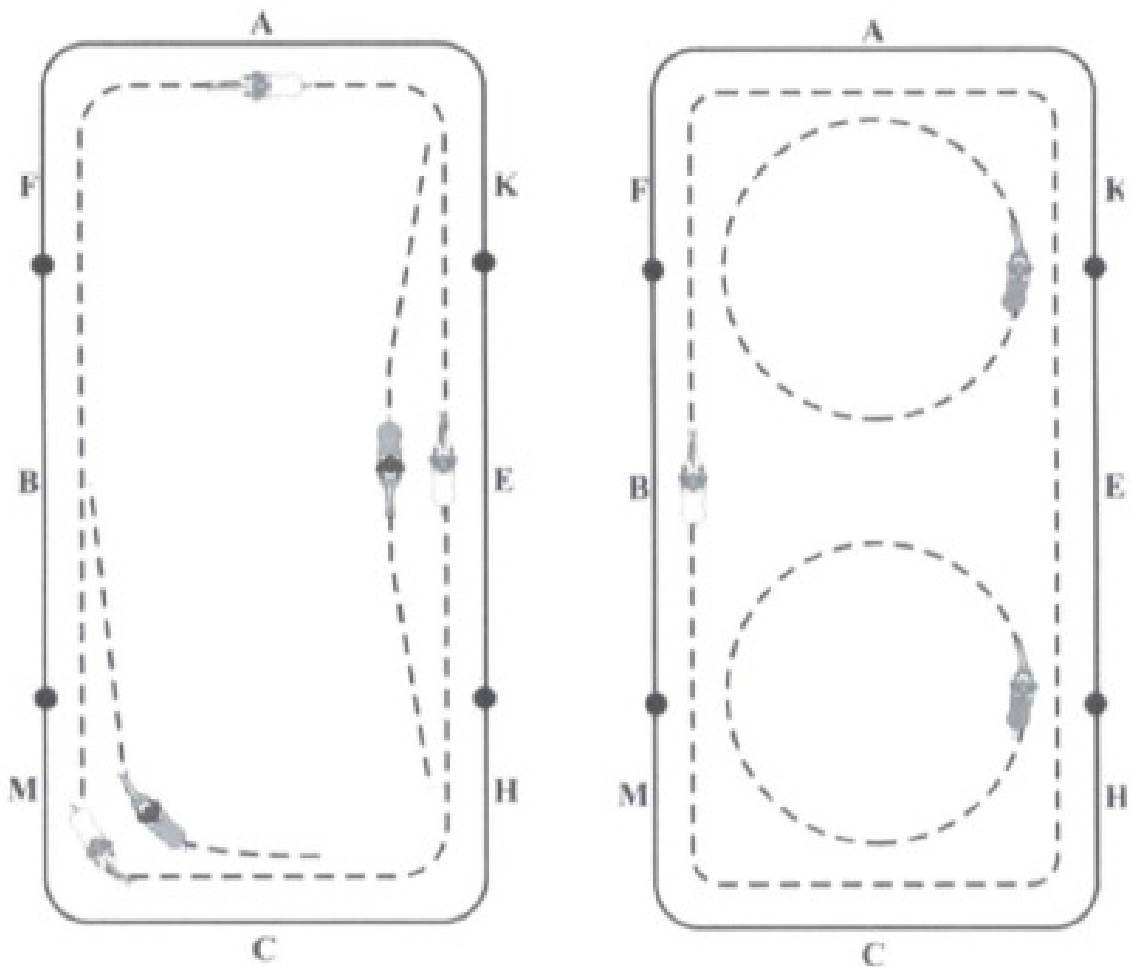


..... = шаг / Walk

- - - - = рысь / Jog

—— = галоп / Lope

## Правила поведения в манеже

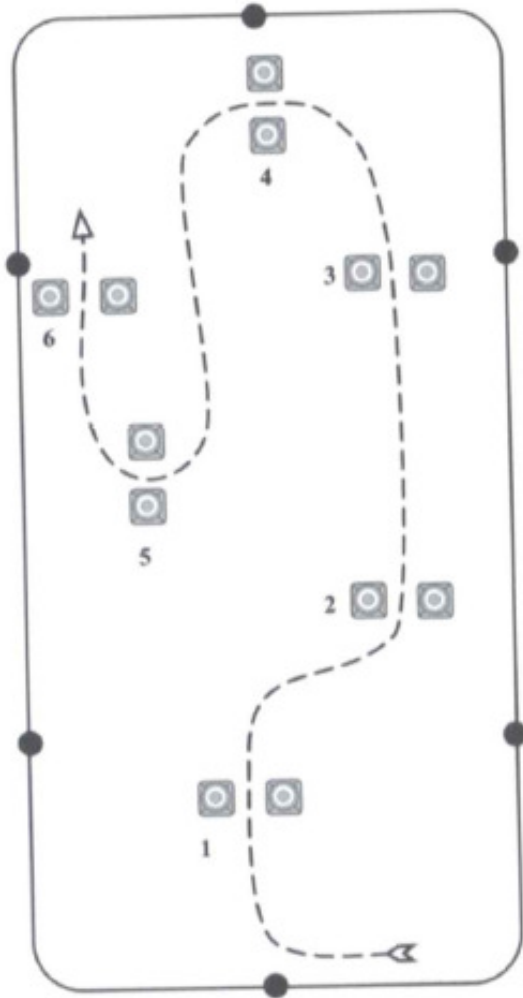


При езде по стенке манежа налево всадник остается на первом следе. Всадник, который движется направо, пропускает его, уходя на второй след.

Езда по кругу должна быть организована так, чтобы первый след у стенки манежа оставался свободным.

Всадники, которые отшагивают своих лошадей должны уходить внутрь манежа. Длительные остановки лучше делать в центре манежа.

## Езда через ворота



Расстояние между конусами – 1 м.

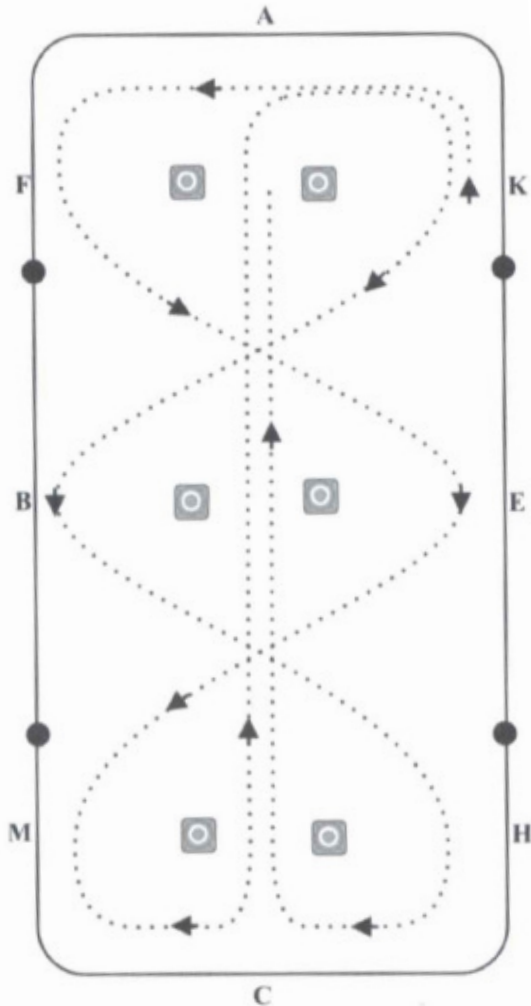
Необходимо проехать между конусами в указанной последовательности.

***Всегда смотри вперед на следующие ворота!***



**Следи за тем, чтобы не тянуть лошадь одним поводом к следующим воротам. Всегда води лошадь шенкелем и обоими поводьями!**

## Езда по буквам и конусам



Начало у буквы К

По первому следу до F

Оттуда до E

Потом до M

По первому следу до C

Через середину через ворота до A

Направо до K

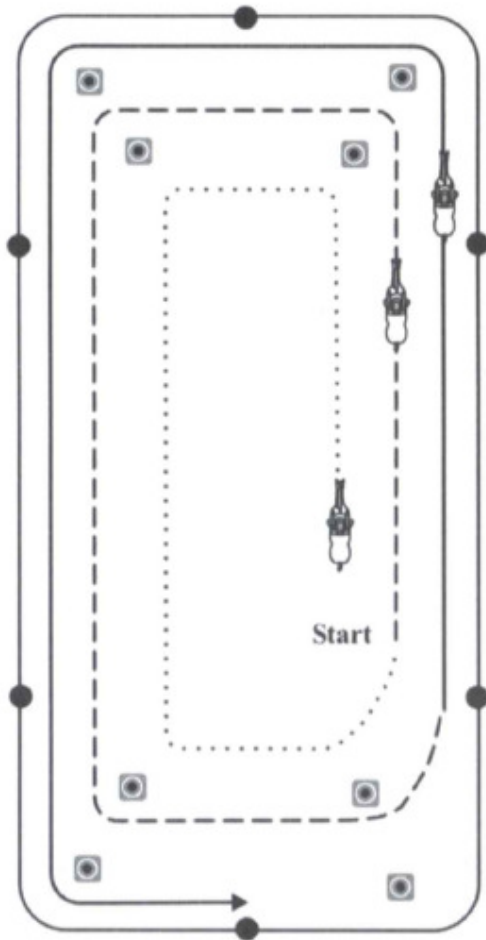
Оттуда до B

Потом до H

От C через середину до последних ворот.

Пройди маршрут сначала на шагу и только потом на рыси.

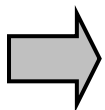
## Правильная езда по второму и третьему следу



Сделай круг по третьему следу на шагу.

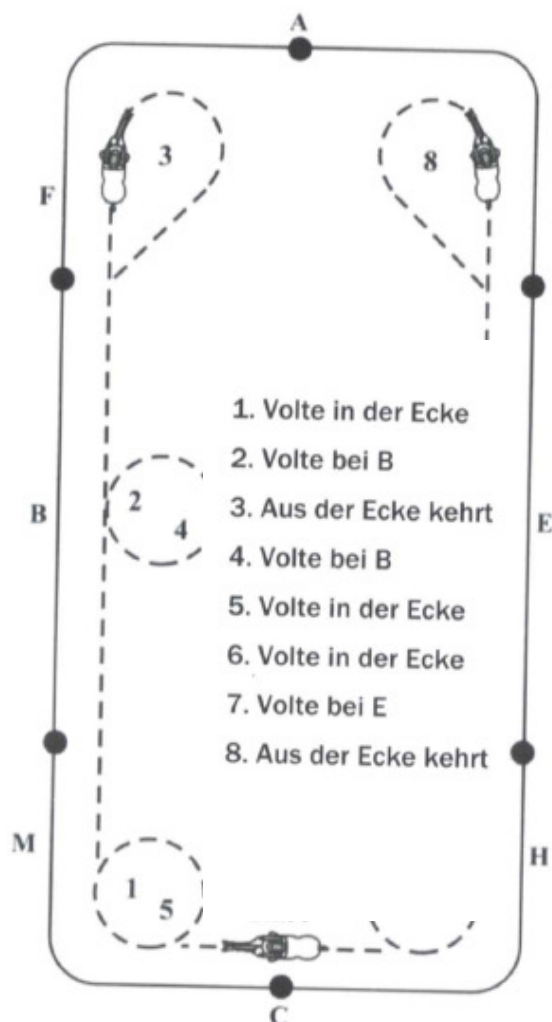
Сделай круг по второму следу на рыси.

Потом сделай круг по первому следу на галопе.



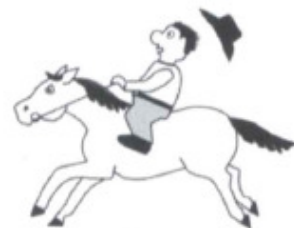
**Смотри вперед и ориентируйся по конусам!**

## Систематическая работа на вольтах



1. Вольт в углу
2. Вольт у буквы В
3. Из угла назад
4. Вольт у буквы В
5. Вольт в углу
6. Вольт в углу
7. Вольт у буквы Е
8. Из угла назад

Сделай упражнение сначала на шаг и только потом на рыси.

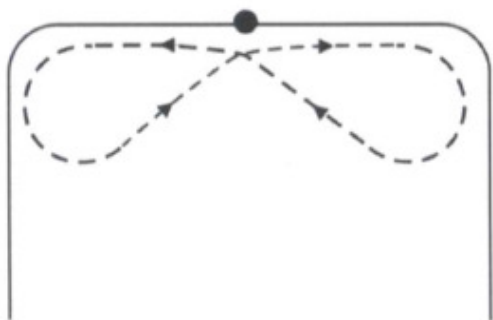


Данное упражнение хорошо подготавливает лошадь к сбору и особо полезно для лошадей, которые склонны ускоряться или плохо работают задом.



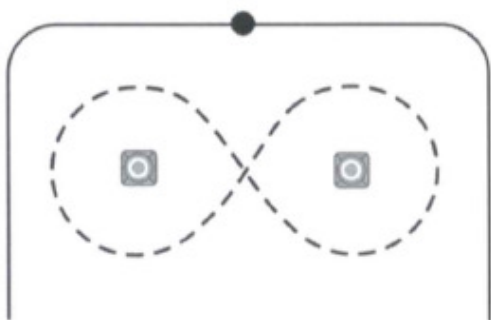
## Узкие развороты на короткой стенке

Сделай упражнение сначала на шагу и только потом на рыси на короткой стенке манежа.



### Вольт назад.

Выпрямляй лошадь между поворотами на прямом участке!



### Восьмерка.

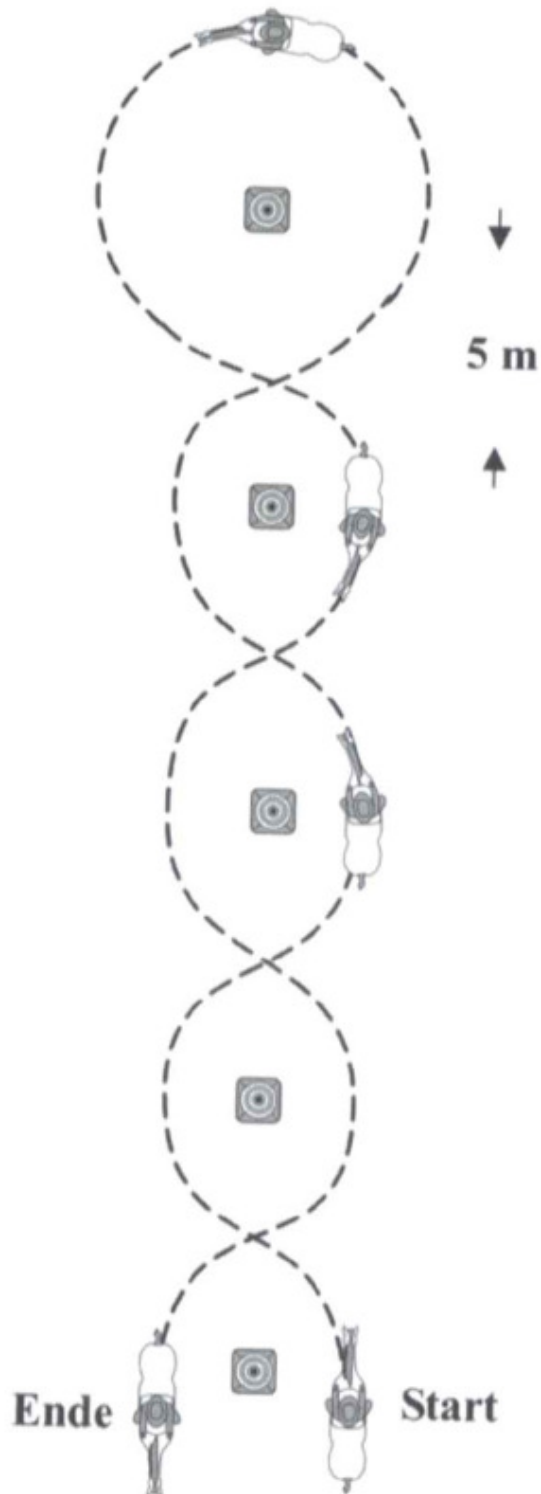
Смотри на конуса! Не бросай свою лошадь в повороты!



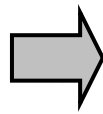
Данное упражнение служит для обучения лошади чувства шенкеля. Суть упражнения в том, чтобы не тянуть лошадь поводом в поворот, а плавно вести лошадь шенкелем, поддерживая легкое постановление.

## Слалом

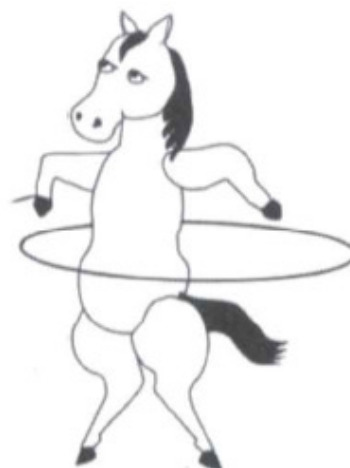
Сделай упражнение сначала на шагу и только потом на рыси.



Необходимо первые четыре конуса объехать максимально близко к конусу, а вокруг последнего сделать равномерный вольт.

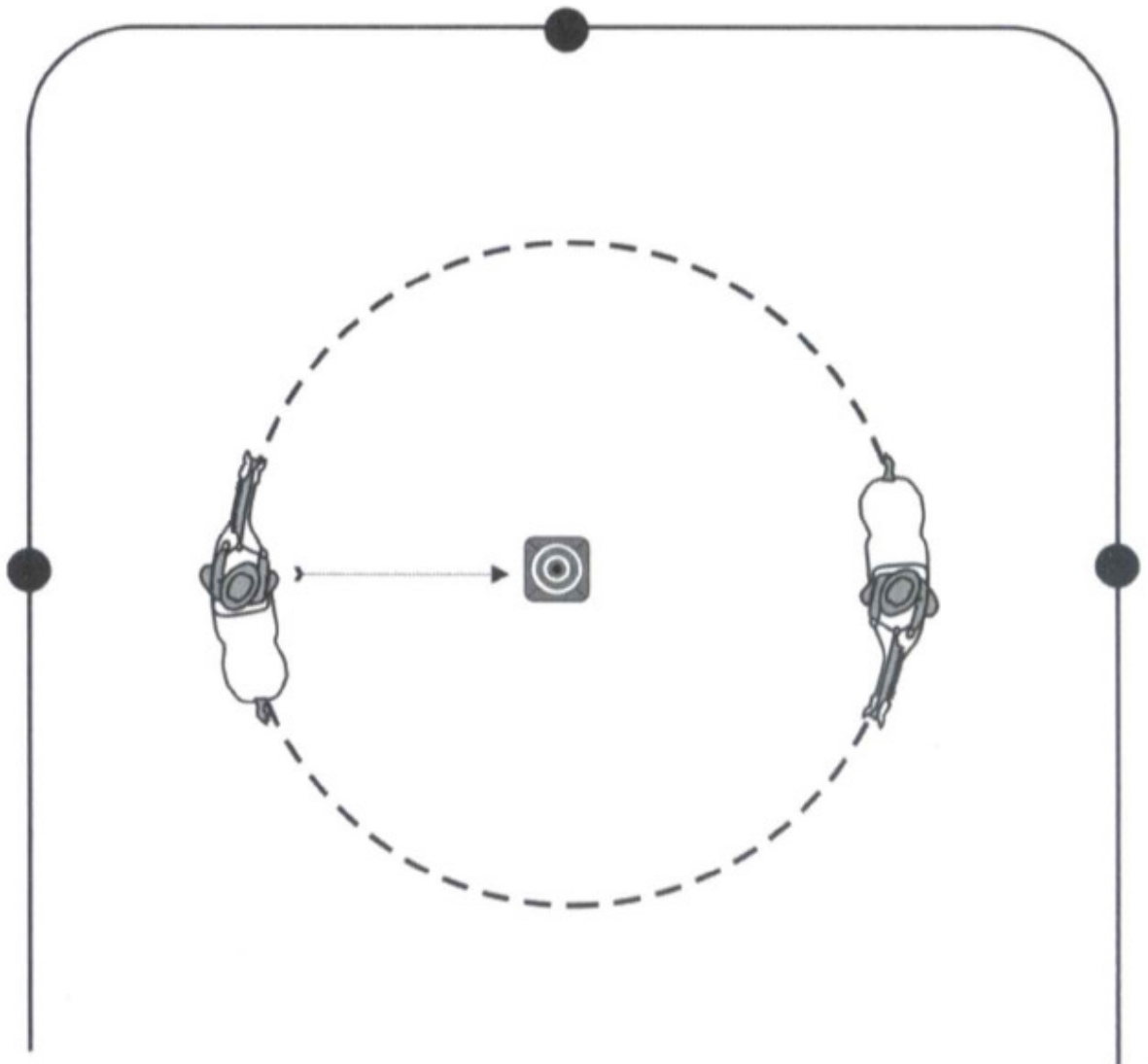


Это упражнение на быструю смену постановки и сгибания лошади.



## Работа на невидимой корде

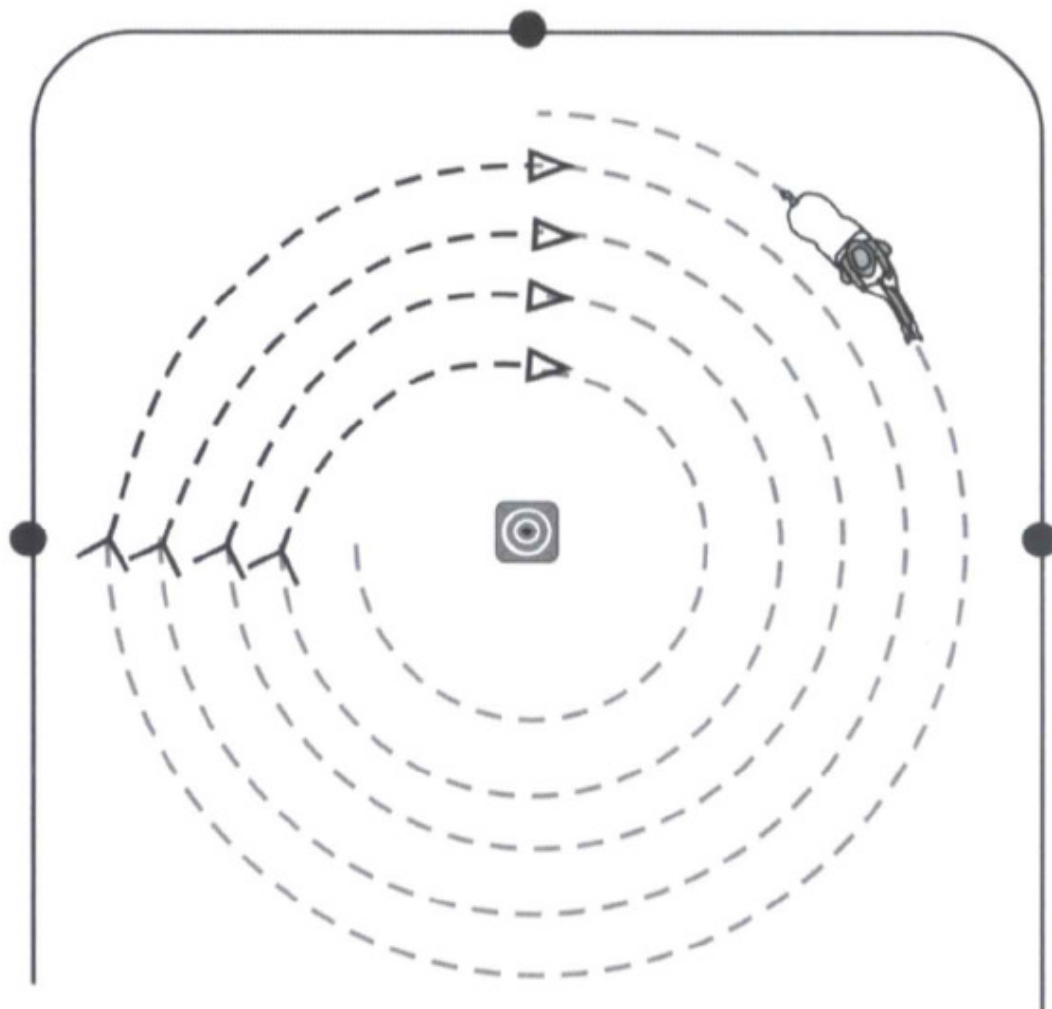
Данное упражнение необходимо работать на шагу, рыси и галопе. В центре может стоять тренер, который будет напоминать всаднику смотреть на него.



Чтобы получился ровный круг, постоянно держи конус в поле зрения и не меняй расстояние до него.

## Улитка

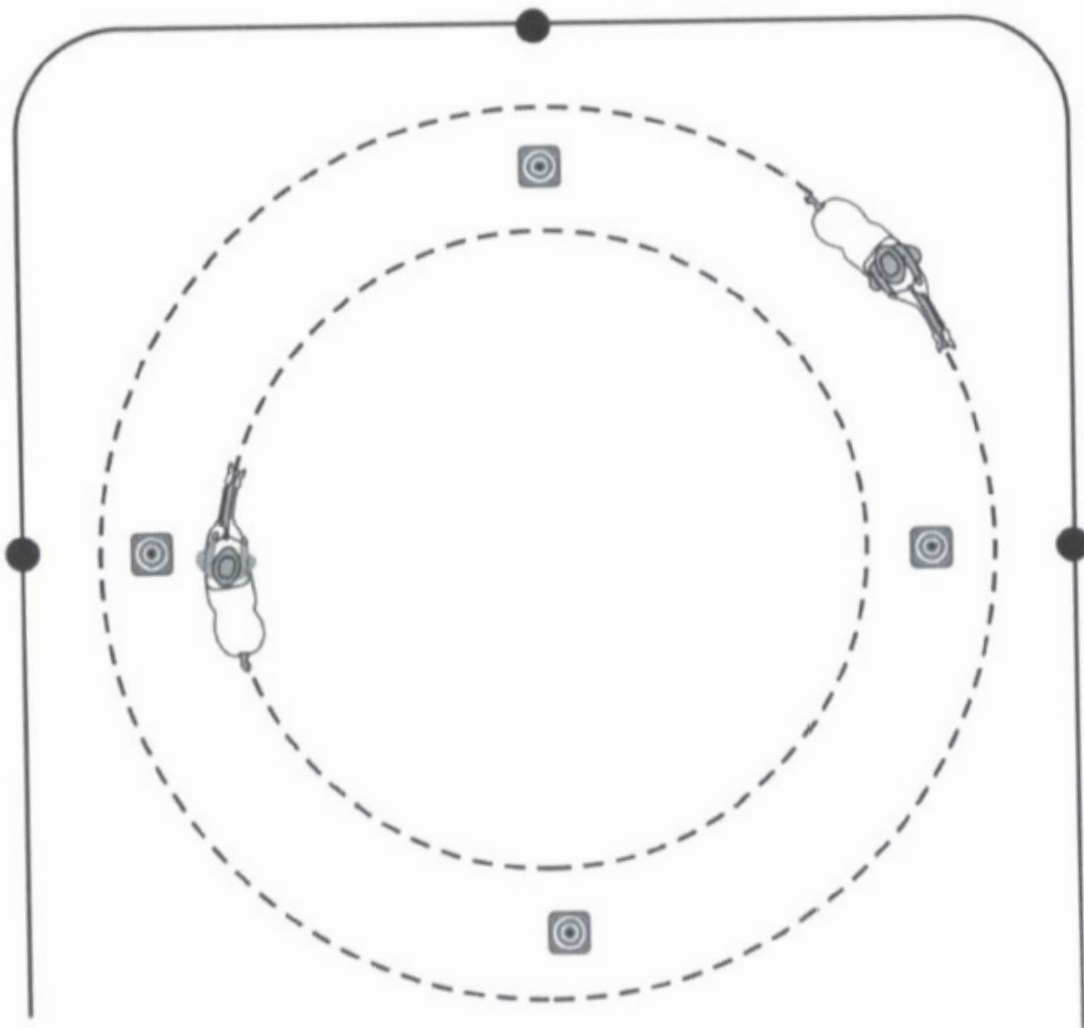
Данное упражнение можно работать на шагу и на рыси.  
После каждого круга сокращай его где-то на один метр. Когда почувствуешь, что лошади тяжело, начинай опять расширять круг.



Ведите лошадь от наружного шенкеля к внутреннему поводу.  
Т.е. Внешним шенкелем и поводом определяете траекторию движения, а внутренним шенкелем и поводом поддерживаете сгибание.

## Круги разного размера

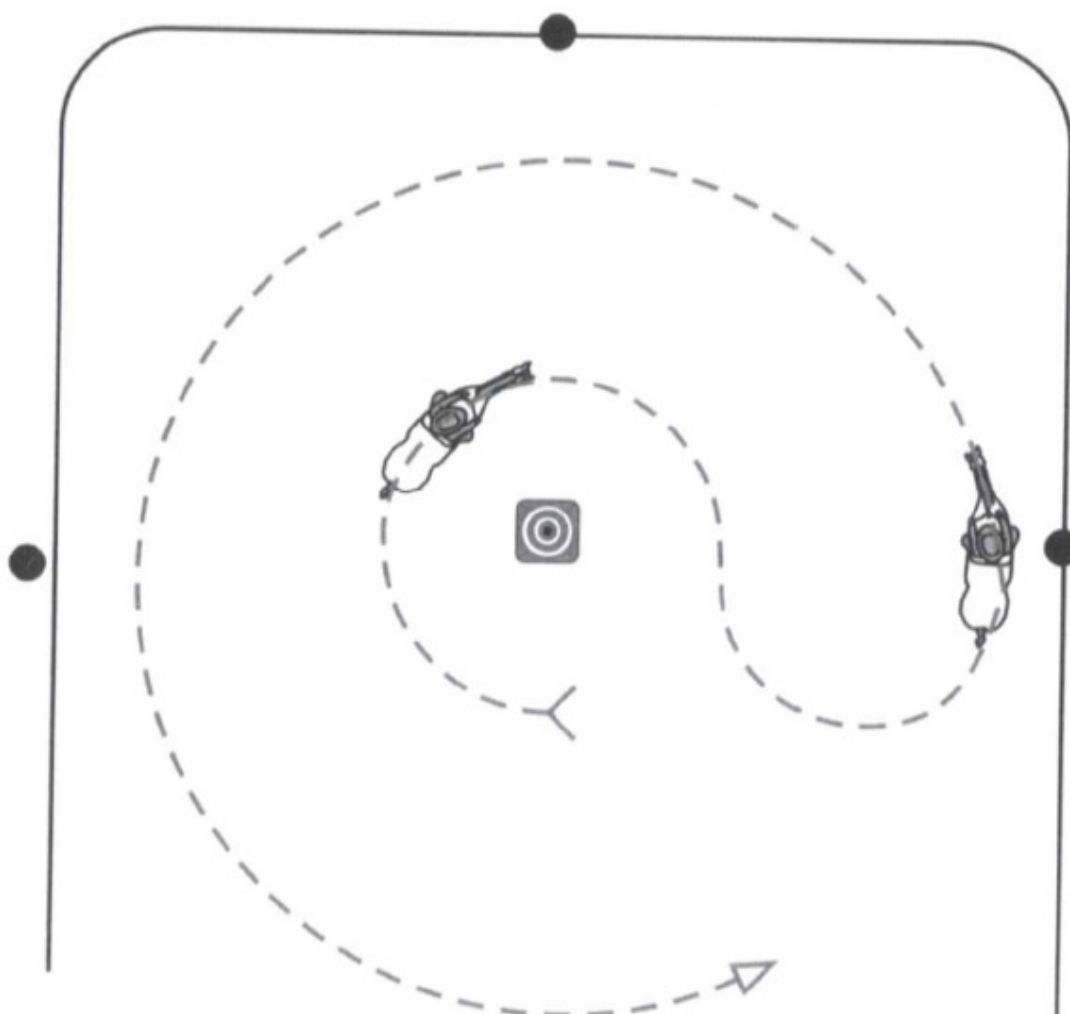
Данное упражнение необходимо работать на всех трех аллюрах. Попеременно работайте на большом и малом круге.



Четко води лошадь обеими шенкелями. Для поддержки может использоваться внутренний повод при увеличении круга и внешний повод при уменьшении.

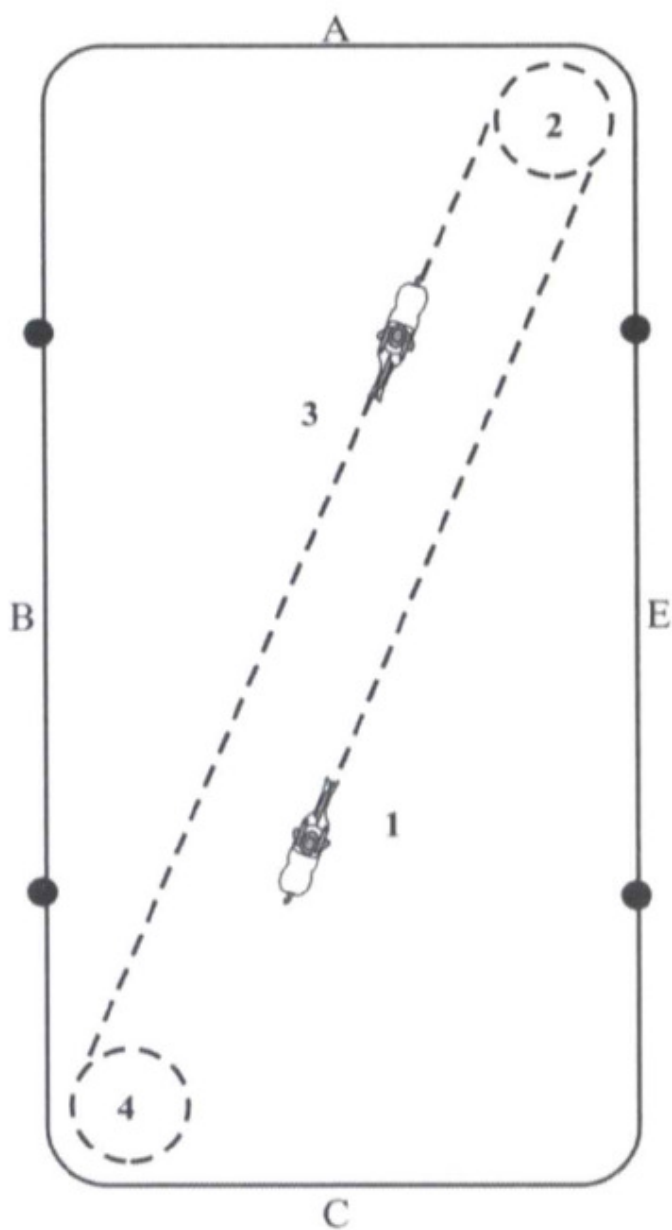
## Смена руки в «улитке»

Из самого маленького круга «улитки» проезжаете полвольта наружу и тем самым опять оказываетесь на большом круге.

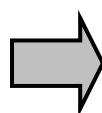


Чем меньше круг, тем выше сбор! Поэтому на маленьких кругах необходимо увеличить работу шенкелем на повод. Не забывайте следить за чистотой такта!

## Работа на диагоналях



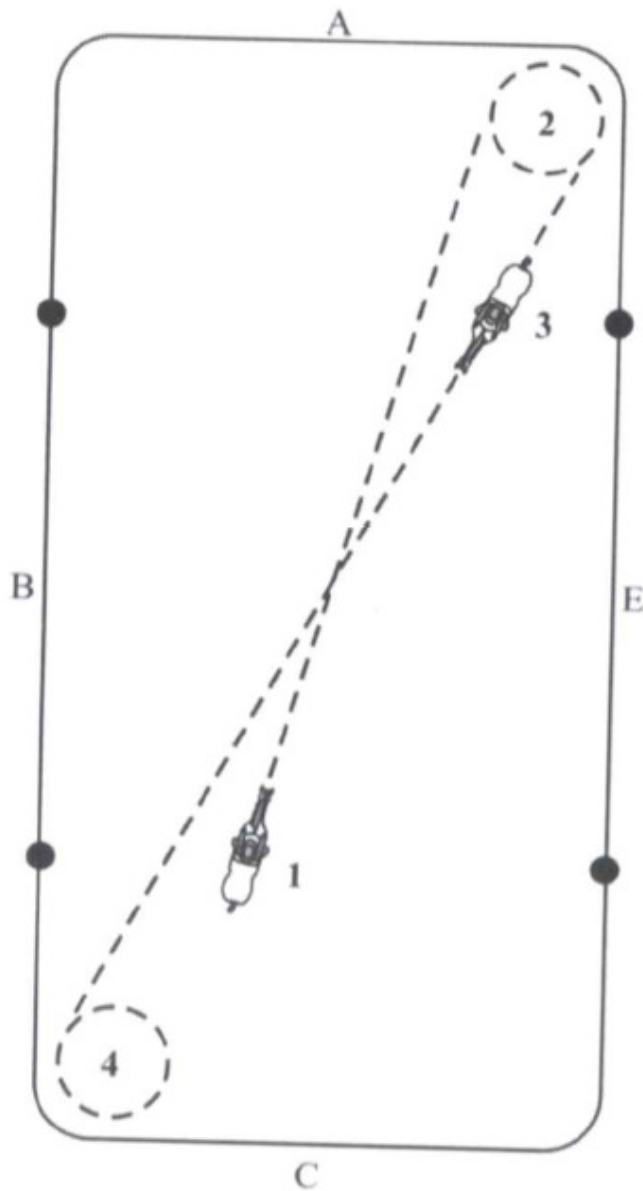
1. Веди лошадь по прямой до следующего угла
2. Сделай полный вольт в углу
3. Далее по прямой до следующего угла
4. Полный вольт



Данное упражнение отучает лошадь прижиматься к внешнему ограждению.



## Диагонали со сменой руки



1. Веди лошадь по прямой до на левой стороне следующего угла
2. Сделай полный вольт в углу
3. Далее по прямой к правой стороне следующего угла
4. Полный вольт в углу

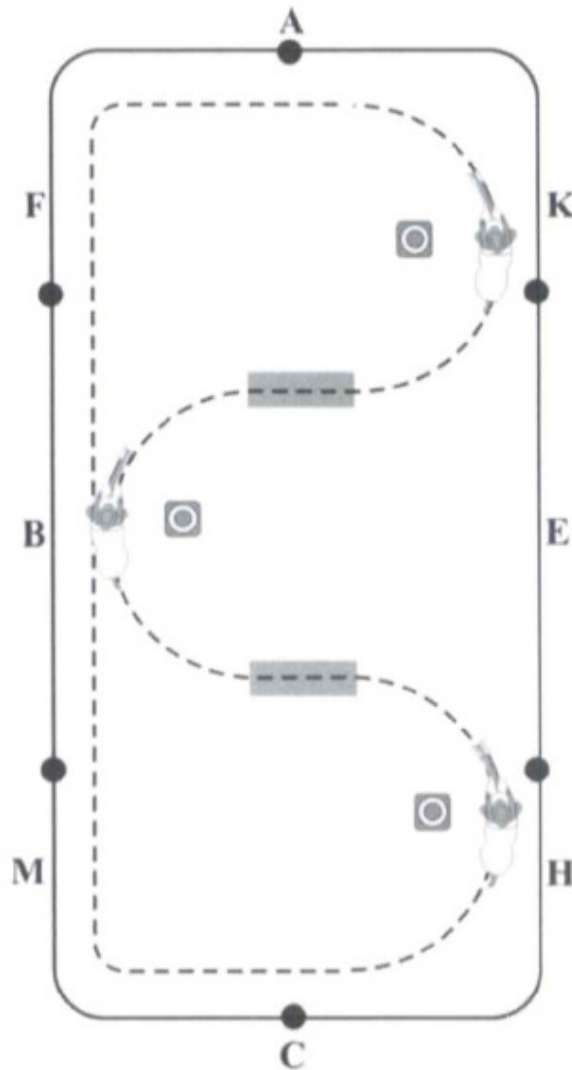


Этим упражнением необходимо добиться, чтобы на прямых участках выпрямлять лошадь, а перед углами своевременно подготовить к повороту.



## Серпантин через весь манеж / 3 петли

Работай на учебной и стоевой рыси. При работе на 3 петлях не происходит смены руки.

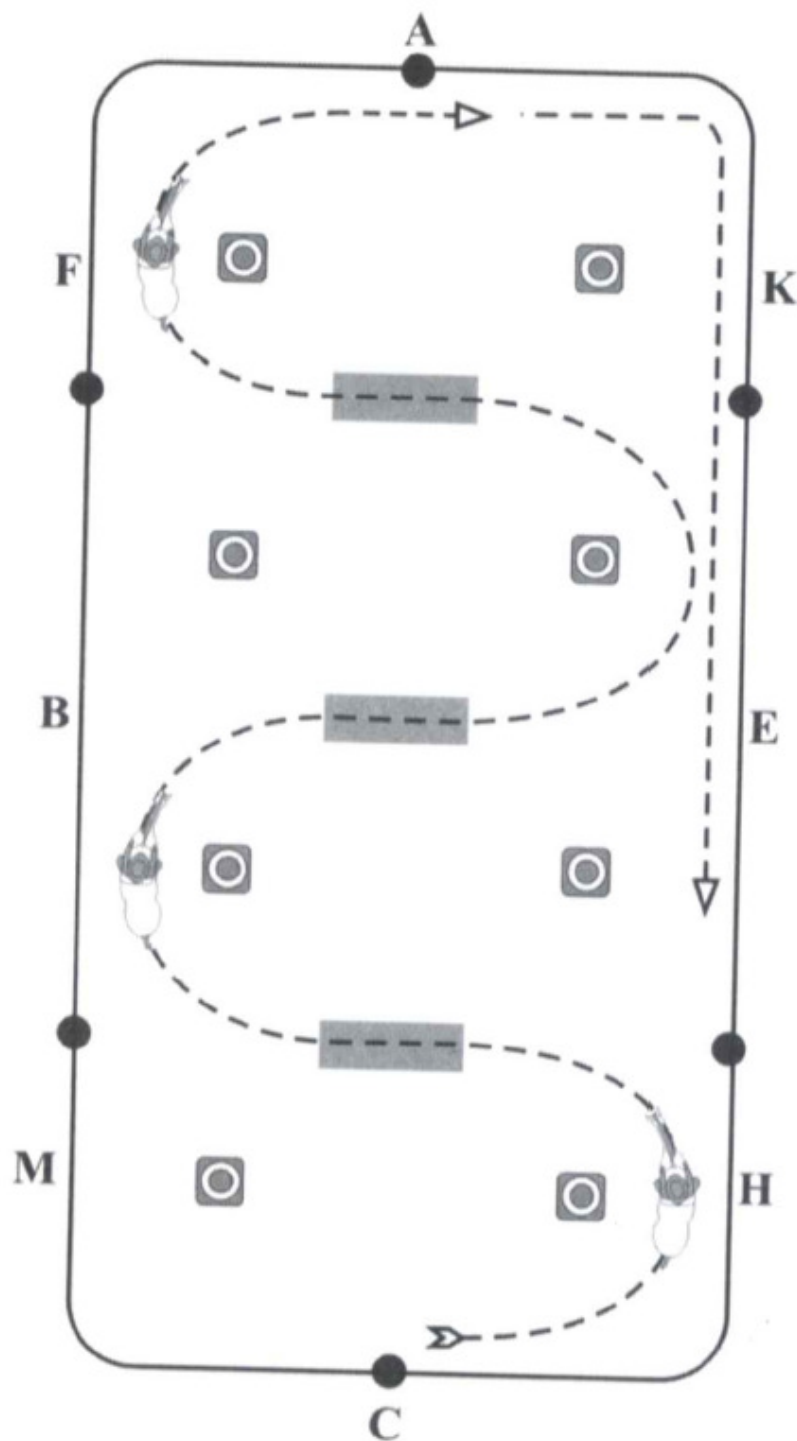


Важно своевременно сменить постановление. Между сменой постановления лошадь необходимо в указанных серым участках выпрямлять.

В этих местах также происходит смена ноги на облегченной рыси.

## Серпантин через весь манеж / 4 петли

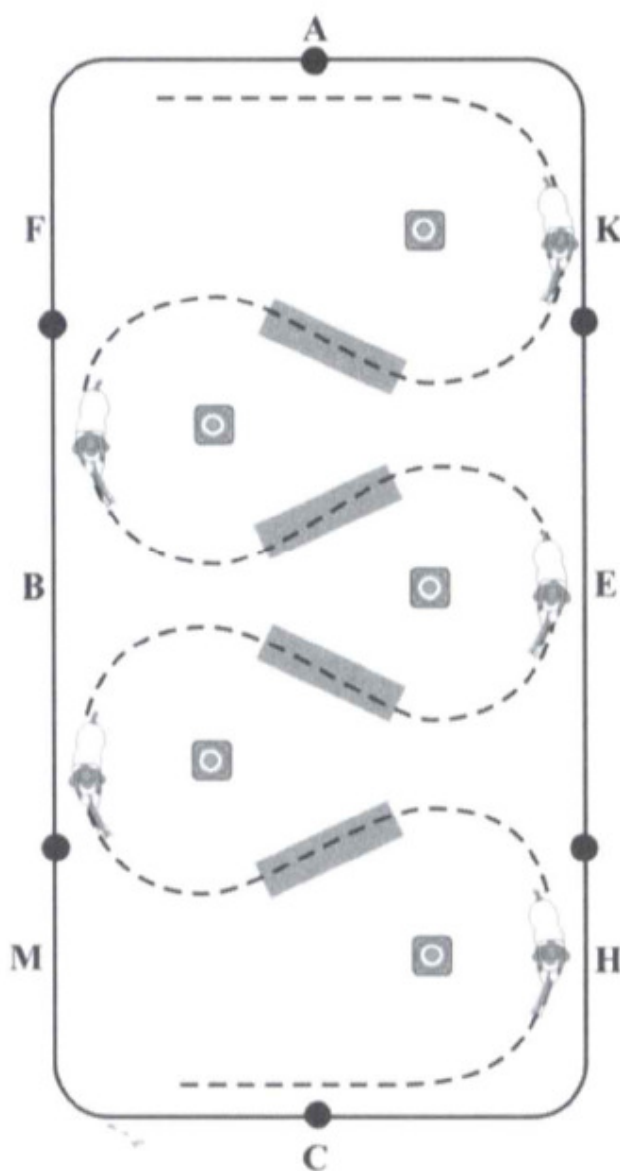
Работай упражнение на учебной и облегченной рыси. На данном серпантине происходит смена руки.



## Серпантин через весь манеж / 5 петель

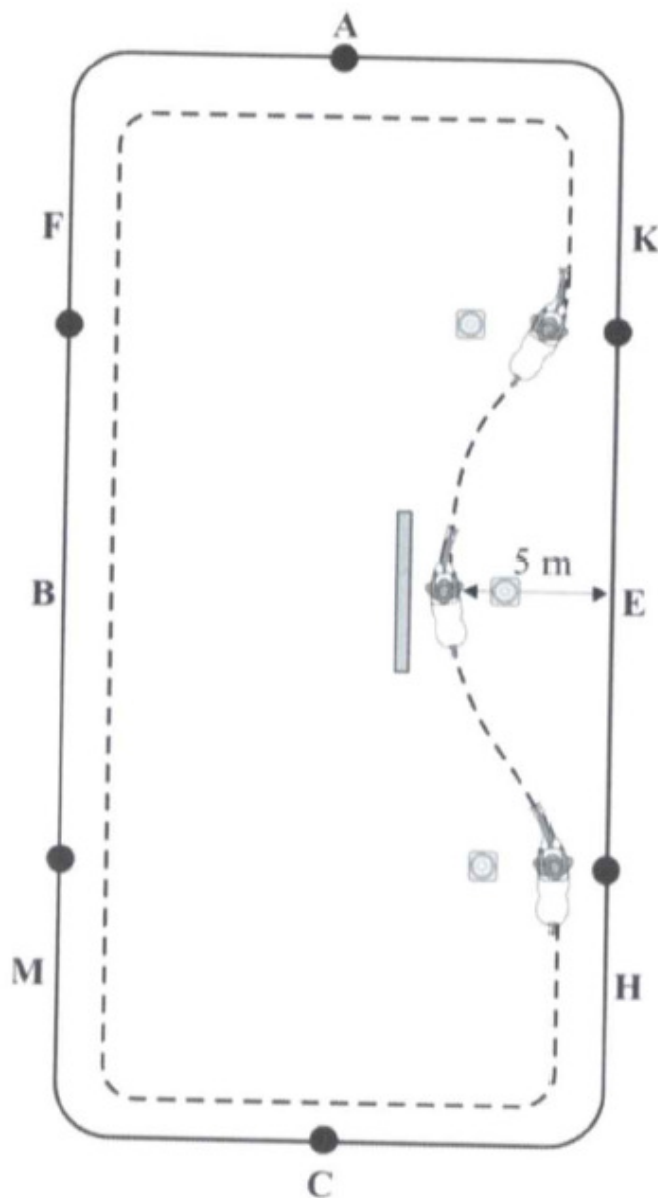
Это старая форма серпантина. Петли здесь напоминают по форме капли. Петли длиннее чем полувольт, тем самым постановление и сгибание держаться дольше.

На данном серпантине не происходит смены руки. Работайте поэтому попеременно в обе стороны.



## Простой серпантин на длинной стенке манежа

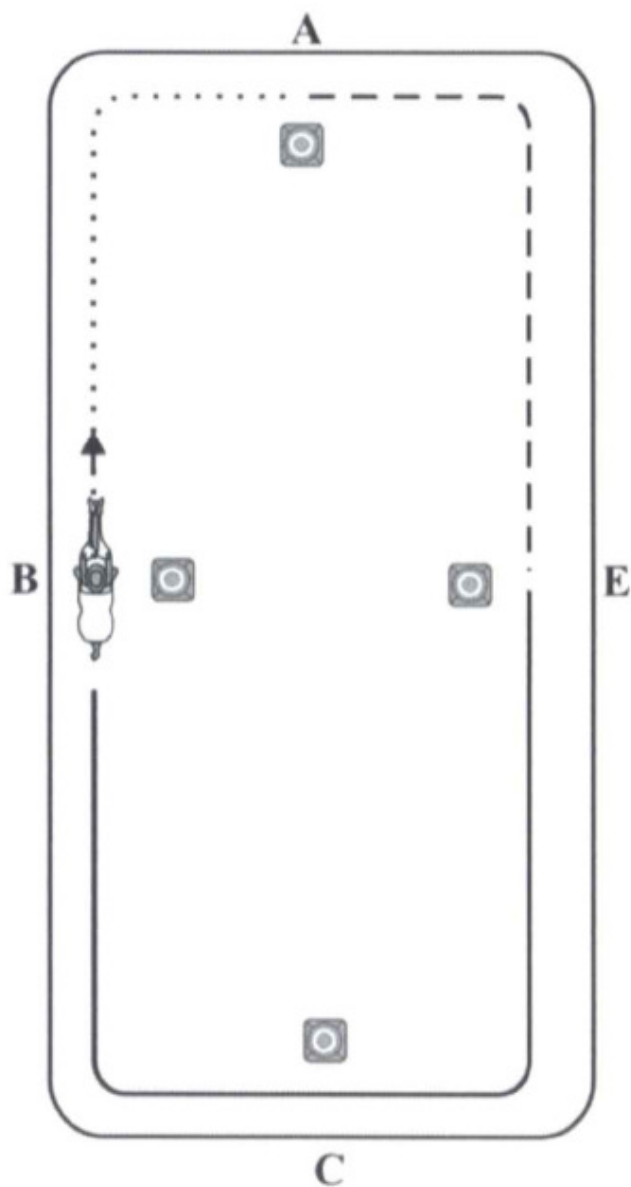
На рыси уйди от точки Н с первого следа и с правым постановлении обогни конус у точки Е. У точки К опять смени постановление, чтобы следующий угол пройти с левым постановлением.



Данное упражнение выглядит проще, чем есть на самом деле, т.к. следует быстрая смена постановлений.

Продвинутым всадникам можно у точки К делать подъем в галоп.

## Работа над переходами по буквам



У буквы В начать шаг

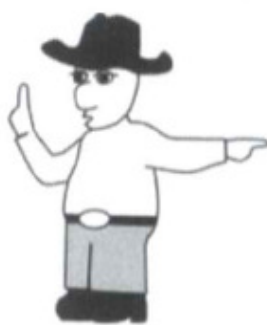
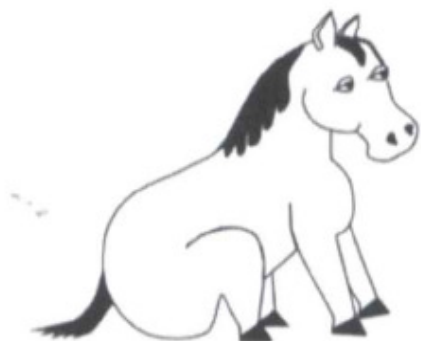
У буквы А рысь

У буквы Е галоп

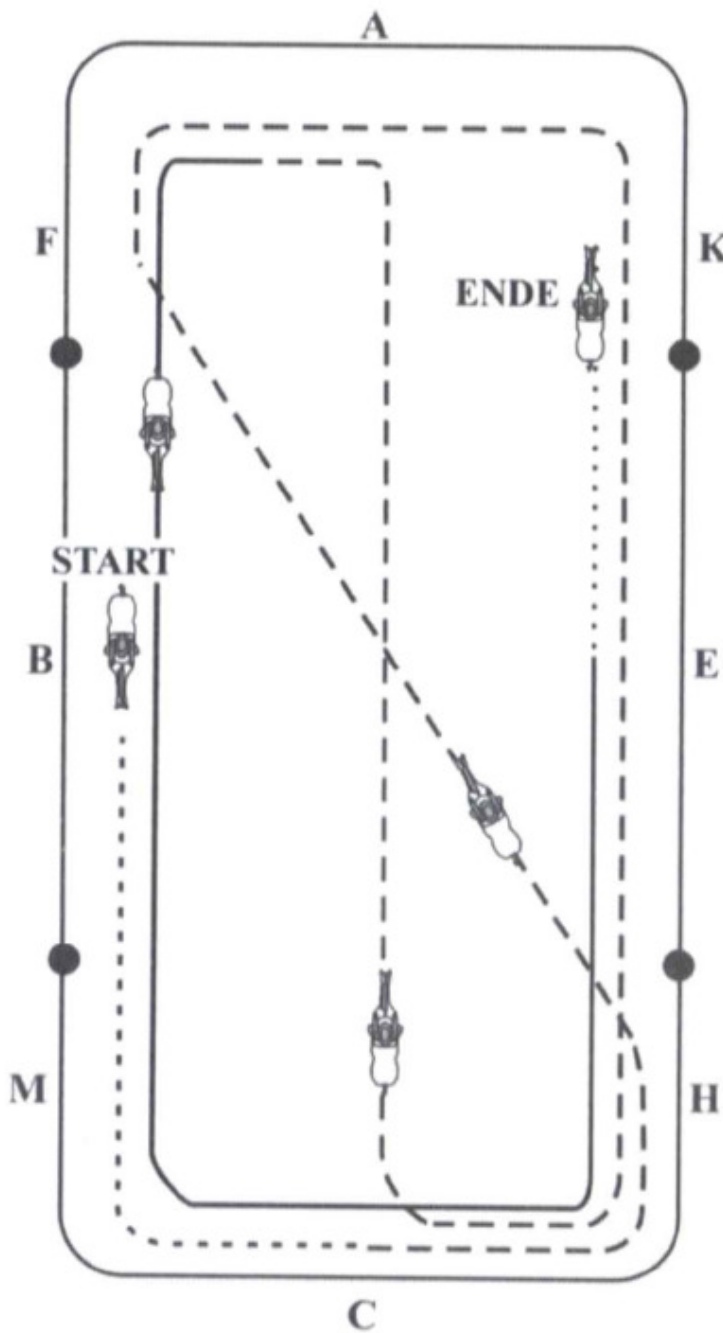
У буквы В опять шаг



Особенно продвинутые всадники должны хорошо ездить по манежным буквам. Езда по буквам хорошо подготавливает к экзамену по Western Horsemanship.



## Работа над точными переходами



У буквы В начать шаг

У буквы С рысь

Перемен по диагонали

Длинная стенка

У буквы С перемена через  
середину

Из угла подъем в галоп

У буквы Е шаг

У буквы К остановка



Данное упражнение является хорошей подготовкой к экзамену по Western Horsemanship и Western Pleasure.



