



Federazione Italiana
Turismo Equestre TREC – ANTE – Cross Emilia Romagna



Formazione Pre-Campionati Addestramento Classico - Cross Country

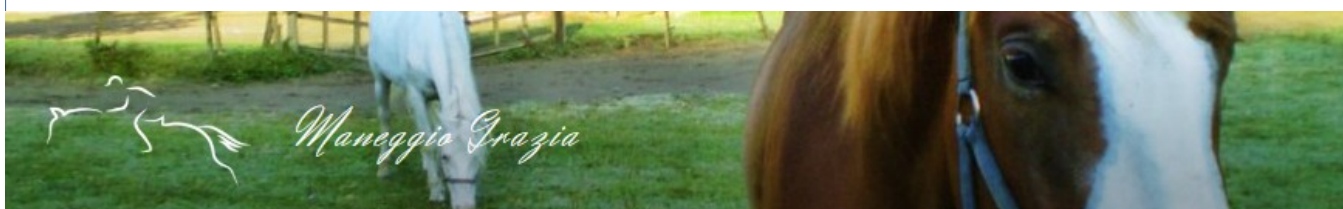
7, 8 Marzo 2020



Presso:

C.E. PAOLO GRAZIA - Via BOSCHI , 27 e 29
40037 – Sasso Marconi (BO) Tel. Claudio 329 9539606
Cod: 057BO140 E-mail: claudio.gambarini@maneggiograzia.it

Istruttori: Giovanni Gozzi , Claudio Gambarini, Anna Maria Grazia



PROGRAMMA :

Sabato 7 Marzo 2020 :

- ore 8:00 Teoria - "Tecnica equestre" i fondamentali per patente A2. **Gruppi A e B**
- ore 9:15 Pausa
- ore 9:30 Pronti in sella atleti 1° Ripresa. **Gruppo A**
- **ore 9:45** **1° Ripresa:** L'assetto e il lavoro in piano in funzione del salto.
Lavoro in terreno vario. Prove in Rettangolo, Ripresa n. 2 Addestramento Classico.
- ore 11:00 Pausa – Pronti in sella Atleti 2° ripresa. **Gruppo B**
- **ore 11:15** **2° Ripresa :** Ripetizione prima ripresa .
- ore 12:30 Termine lavori.
- ore 12:45 Pausa Pranzo
- **ore 14:30** **3° Ripresa:** L'assetto: ricerca della scioltezza in un tracciato su alcuni piccoli ostacoli, con cadenze prestabilite. **Gruppo A**
- ore 15:45 Pausa
- **ore 16:15** **4° Ripresa :** Ripetizione terza ripresa. **Gruppo B**
- ore 17:30 Controllo sistemazione cavalli, domande e riepilogo lavoro svolto. **Gruppi A e B**



Domenica 8 Marzo 2020:

- ore 8:00 Teoria - Cultura equestre. Regolamenti MDL e Cross Country. **Gruppi A e B**
- ore 9:15 Pausa
- ore 9:30 Pronti in sella atleti 1° Ripresa. **Gruppo B**
- **ore 9:45** 1° Lavoro in Campo prova; Tecnica riscaldamento, Lavoro in preparazione del rettangolo A seguire , Rettangolo Ripresa n. 2 Addestramento Classico (**Simulazione di gara**).
- **ore 11:15** 2° Lavoro: Pronti in sella Atleti 2° ripresa. **Gruppo A** . Ripetizione come primo gruppo
- ore 12:30 Termine lavori.
- ore 12:45 Pausa Pranzo
- **ore 14:30** **Gruppo B** 1°Lavoro in Campo prova: Tecnica riscaldamento, Lavoro in preparazione del Cross. A seguire ,Prova di Cross Percorso in terreno vario (**Simulazione di gara**).
- **ore 16:15** **Gruppo A** . 2° Lavoro . Ripetizione lavoro primo gruppo
- ore 17:30 Controllo sistemazione cavalli, domande e riepilogo lavoro svolto. **Gruppi A e B**



Allenamento MDL Add. Classico - Cross Country

Il Referenti Emilia Romagna Discipline Monta Da Lavoro Giovanni Gozzi e Cross Country Claudio Gambarini, organizzano un' allenamento aperto a tutti gli atleti interessati alle Discipline Addestramento Classico e Cross . Gli eventi sono organizzati, per tutti gli atleti Fitetrec ANTE, in preparazione dei 2 Campionati delle discipline in oggetto.

In ogni formazione i Binomi saranno divisi in 2 gruppi: **A e B**. Il lavoro sarà ripartito in 2 giornate con una sessione teorica e 4 riprese : 2 riprese, mattina e pomeriggio, per il gruppo A e 2 riprese, mattina e pomeriggio, per il gruppo B, per la giornata di Sabato e per la giornata di Domenica, con una sessione teorica unica al mattino prima dei lavori .

Sono invitati a condividere il programma di allenamento, prima delle giornate di formazione, gli istruttori interessati alle discipline.

Per iscriversi all'allenamento gli atleti dovranno compilare la **scheda di Iscrizione** collegandosi al sito autorizzato dal Comitato Regionale <http://www.maneggiograzia.it/> ; Percorso: Iscrizioni > Iscrizione Campionato >1°Formazione. Specificare la categoria Cross che si desidera provare: Ludica; Cat.Avv. A; Cat. Avv.B; Cat. F

Costo a Binomio 4 riprese compreso scuderizzazione 2 gg Euro 50 + IVA (Possibile arrivo al Ven. 6 Marzo dopo ore 10:00)

Costo a Binomio 4 riprese senza scuderizzazione 2gg Euro 30 + IVA

Costo Uditori: Nessuno

Per ulteriori informazioni: MDL – Giovanni Gozzi: 320.2503119; Cross Country Claudio Gambarini: 329 95 39 606.