

INSTRUCTORUL DE ECHITATIE FIȘA POSTULUI FEDERATIA ECVESTRA ROMANA

Cursurile și examenele de promovare se organizează de Federația Ecvestră Română.
 Carnetele de INSTRUCTOR SPORTIV se eliberează de Direcțiile Județene de Sport, în baza recomandării Federației Nationale.

Călarie	Managementul clubului, bazei hipice, grajdului	Predare	Observații
<p>Elemente de bază (încălecat, descălecat, pas, trap, galop, întoarceri, călărie individuală în manej și teren variat).</p> <p>Simțul mersurilor: ritmul și viteza</p> <p>Dresaj</p> <p>Progresia elementară</p> <p>Obstacole - gimnasticari diferite.</p> <p>Concurs Complet – Nivel Novici</p> <p>Anduranță</p> <p>Licență = 30 km</p>	<p>ABC de anatomie și fiziologia calului.</p> <p>Luarea și înțelegerea indicilor fiziologici.</p> <p>Recunoașterea unei șchiopături.</p> <p>Furajarea, curățirea și îngrijirea calului în situații standard.</p> <p>Îngrijirea harnașarea și ajustarea echipamentului.</p> <p>Planificarea și evidența lecțiilor.</p> <p>Alcătuirea reprizei și alegerea calului profesor.</p> <p>Norme de tehnica protecției și securității antrenamentelor.</p> <p>Abilități de comunicare.</p> <p>Noțiuni de regulament (general, discipline, național).</p> <p>Cunoașterea și înțelegerea progresiilor de dresaj.</p>	<p>Lucrul la lonjă. Sea de voltije.</p> <p>Exerciții de încălzire pentru călăreți.</p> <p>Noțiuni elementare de dresaj pe cai confirmați. (Poziție, ajutoare, mersuri).</p> <p>Pornirea, oprirea, întoarcerea.</p> <p>Figuri de manej.</p> <p>Plimbare și lucru ușor în teren variat. (Rampe, pante, trecerea ochiurilor de apă).</p> <p>Mișcări (pe două urme, tranziții).</p> <p>Controlul fuleelor și aducerea calului pe pragul de bătaie.</p> <p>Îmbunătățirea echilibrului și independenței ajutoarelor.</p>	<p>Generalități despre comportamentul cabalinelor.</p> <p>Înțelegerea limbajului corporal al calului.</p> <p>Teoria antrenamentului de calarie.</p> <p>Aplicarea Piramidei</p> <p>Antrenamentului: <i>ritmul / matricea mersurilor, mlădierea generală, contactul și impulsia. Simțul înaintării ferme. Rectitudinea , echilibrul, îngrămădirea și permeabilitatea.</i></p> <p>Jumătățile de oprire. Contragalop, schimbări de picior la galop, mersul înapoi.</p> <p>Fazele săriturii. Tipuri de cedare.</p> <p>Distanțe. Acordul cu calul.</p> <p>Recunoașterea parcursului.</p>