


ARHITECTURA PERFORMANȚEI ÎN OBSTACOLE

Program Integrat de Course Designing & Masterclass Riding

 Prejmer – Club 163 de Plopi

 4 – 8 aprilie 2026

 Competiție Outdoor: 4 – 5 aprilie 2026

VIZIUNEA PROGRAMULUI

Federația Ecvestră Română lansează un program premium, conceput pentru a integra într-un singur proces coerent:

- înțelegerea construcției parcursului,
- aplicarea în competiție,
- analiza performanței în timp real,
- corecția și optimizarea tehnică.

Competiția outdoor din 4–5 aprilie devine parte activă a procesului de formare, nu doar un eveniment competițional.

Invitat al Federației Ecvestre Române:


Frederic Cottier

Medaliat olimpic | Course Designer FEI Level 4

Despre **FRÉDÉRIC COTTIER**

Viziune olimpică. Precizie tehnică. Autoritate internațională.

Frédéric Cottier este una dintre personalitățile complete ale disciplinei Sărituri peste Obstacole.

 **Medaliat olimpic** (Seoul 1988 – echipe)

 **Fost sportiv de nivel internațional în competiții de top**

 **Course Designer FEI Level 4**

 **Creator de parcururi pentru competiții internaționale majore, inclusiv evenimente 5* și etape de Cupă a Națiunilor**

Ceea ce îl diferențiază este perspectiva dublă asupra performanței:

- a trăit presiunea deciziei din șa, la nivel olimpic;
- astăzi construiește parcursuri care testează nu doar tehnica, ci inteligența tactică, ritmul și capacitatea de anticipare.

Frédéric Cottier nu predă exerciții standard.

Explică mecanismele care fac diferența între un parcurs finalizat și unul competitiv.

El **analizează:**

- relația dintre cadență și distanță;
- modul în care construcția parcursului influențează decizia sportivului;
- echilibrul dintre dificultate și siguranță;
- diferența dintre viteză și control.

Această combinație între experiență olimpică și expertiză tehnică internațională face ca „Arhitectura Performanței în Obstacole” să fie un program de nivel superior, orientat spre înțelegere profundă și progres real.

STRUCTURA PROGRAMULUI

 **4-5 APRILIE**

Course Designing & Curs Șefi de Pistă – Nivel Aplicat

(desfășurat în paralel cu competiția)

Adresat:

- ✓ șefilor de pistă în activitate sau în formare
- ✓ antrenorilor
- ✓ sportivilor
- ✓ oficialilor interesați de arhitectura parcursului

Obiective

- înțelegerea principiilor de flow, progresivitate și siguranță;
- stabilirea corectă a distanțelor;

- adaptarea dificultății la categorie și teren;
- analiza impactului deciziilor tehnice asupra rezultatelor.

Activități

- analiză și desenare parcursuri;
- participare activă la montarea și ajustarea acestora;
- course walk explicativ;
- analiză în timp real a manșelor;
- dezbateri tehnice și soluții alternative.

Participanții vor înțelege relația directă dintre construcția parcursului și reacția sportivilor în teren.

EVALUARE – COURSE DESIGNING

- ✓ evaluare teoretică (scrisă);
- ✓ evaluare practică prin implicarea în competiție;
- ✓ feedback individual.

 6–8 APRILIE

Masterclass Riding – Analiză și Optimizare Post-Competiție

Adresat:

- ✓ sportivilor care au concurat în 4–5 aprilie;
- ✓ sportivilor care doresc progres aplicat;
- ✓ antrenorilor interesați de finețe tehnică.

Programul pornește de la evoluția din concurs și transformă observațiile în soluții concrete.

Ziua 1 – Analiza Performanței

- debriefing individual;
- identificarea tiparelor de greșeală;
- corecții prin flat work specific;

- ajustări personalizate.

Ziua 2 – Cadență, Ritm și Control

- stabilirea ritmului optim;
- linii drepte și curbe;
- abordarea combinațiilor;
- ajustarea distanței în funcție de situație.

Ziua 3 – Parcurs Complet și Integrare Finală

- warm-up competițional;
- parcurs cu minimum 10 obstacole;
- minimum 2 combinații;
- analiză finală individuală.

EVALUAREA PARTICIPANȚILOR LA MASTERCLASS

Sportivii vor fi evaluați în funcție de:

- evoluția din competiția 4–5 aprilie;
- progresul tehnic în cele 3 zile de curs;
- capacitatea de aplicare a corecțiilor.

ORGANIZARE

- Grupe omogene valoric;
- ajustare zilnică în funcție de evaluare;
- debriefing permanent;
- posibilitatea modificării programului în funcție de dinamica competiției și evaluarea tehnică.

TARIFE DE PARTICIPARE

- ◆ **Course Designing & Curs Șefi de Pistă (4–5 aprilie) – 1.000 RON**
- ◆ **Masterclass Riding (6–8 aprilie) – 1.400 RON**

- ◆ **Pachet complet** (4–8 aprilie) – 2.200 RON

ACCES OBSERVATORI

Pentru antrenori, sportivi sau persoane interesate care doresc să asiste la desfășurarea programului fără implicare activă în evaluare sau lucru practic individual, este disponibil statutul de:

- ◆ Observator – acces teoretic & practică asistată

Include:

- acces la sesiunile teoretice;
- participare la course walk-uri explicative;
- acces la analiza manșelor și discuțiile tehnice;
- observarea sesiunilor de Masterclass Riding.

Statutul de observator **nu include:**

- participare activă în exercițiile practice;
- implicare în procesul de construcție a parcurșurilor;
- evaluare individuală;
- feedback tehnic personalizat.

Tarif:

- 300 RON / zi
- 600 RON / 3 zile consecutive

ÎNSCRIERE

Locurile sunt limitate, pentru a păstra cadrul tehnic și eficiența sesiunilor de lucru.

✉ Înscrierile se transmit până la data de **8 martie 2026**

la adresele:

contact@fer.org.ro

vadim_glad@yahoo.com

Confirmarea locurilor se face în ordinea solicitărilor, în limita disponibilității.

SUSTINEREA PROGRAMULUI

„Arhitectura Performanței în Obstacole” reprezintă o inițiativă strategică a Federației Ecvestre Române pentru dezvoltarea disciplinei la standard internațional.

Valoarea reală a unui program de acest nivel – susținut de un medaliat olimpic și Course Designer FEI Level 4, integrat în competiție și cu componentă practică extinsă – este semnificativ mai ridicată decât tarifele practicate în cadrul acestui proiect.

Programul este cofinanțat de Federația Ecvestră Română, cu obiectivul de a facilita accesul sportivilor, antrenorilor și oficialilor la expertiză internațională și de a crea un fundament solid pentru evoluția disciplinei Obstacole în România.

Prin această inițiativă, Federația își asumă un rol activ în formarea unei culturi tehnice unitare și în consolidarea unui standard de performanță pe termen lung.

Participarea la acest program înseamnă implicarea directă într-un proiect de dezvoltare, nu doar înscrierea la un curs.