



## 2013-2014

רמה קדם א' קבוצתי קל 3 דף הנחייה עבור השופט מבחן קבוצתי מיועד למקסימום 3 רוכבים	
גודל המגרש 20 X 40	זמן ממוצע: 7 דקות

- הטרוט הינו בטרוט קימה, אלא אם מצוין אחרת.
- שופט וקריין עומדים באמצע המגרש.
- על הקריין להכריז על התרגילים; רצף התרגילים, חזרה עליהם או מיקומם יהיו בהתאם לשיקול דעתו של השופט.
- השופט רשאי לשנות את סדר הרוכבים במהלך המבחן (ייעשה בהליכה ע"פ הנחיות השופט/קריין).
- לפני צלצול הפעמון יש לארגן את הקבוצה על מושכה ימין בהליכה.

1. כל הקבוצה להכין טרוט – קדימה טרוט!
2. ב- B (או ב-E) מעגל 20 מ'!  
ממשיכים את המעגל עד שמכריזים: ב- B (או ב-E) המשך על כל המסלול.
3. C ל-A (או A ל-C) שינוי כיוון דרך קו המרכז!
4. כל הקבוצה להכין הליכה - והליכה!
5. B ל-E (או E ל-B) שינוי כיוון בתוך המעגל!
6. כל הקבוצה להכין עצירה – ולעצור!
7. כל הקבוצה להכין הליכה – קדימה הליכה!
8. על כל המסלול וכל אחד בתורו טרוט, האחרים נשארים בהליכה:  
הרוכב הראשון להכין טרוט עד סוף הקבוצה- קדימה טרוט!  
(כני"ל הרוכב השני והשלישי)
9. כל הקבוצה להכין טרוט וולעבור לטרוט ישיבה!
10. ב-C (או ב-A) מעגל 20 מ' בטרוט ישיבה!  
ממשיכים את המעגל בטרוט ישיבה עד שמכריזים: לעבור לטרוט קימה וב-C (או ב-A)  
להמשיך כל המסלול!
11. כל הקבוצה להכין הליכה - ולעבור להליכה!
12. על הצד הארוך כל הקבוצה ימינה פנה (במידה ומתאפשר לכיוון הקהל) – עכשיו!  
עצירה על קו המרכז והצדעה ביחד!

תודה רבה!

הקבוצה עוזבת את המגרש בהליכה.