



Přílohy

k 5. opravenému vydání ČHS 2013

Toto vydání příloh k paravoltižním pravidlům je platné od 1. 1. 2013

(Zpracovala sekce paravoltiže České hiporehabilitační společnosti)

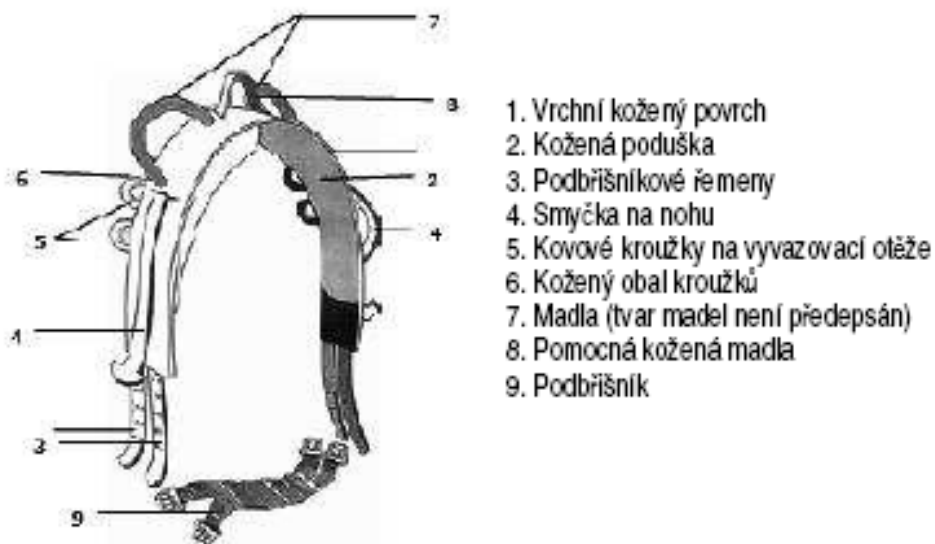
1. 1. 2013

Obsah

Příloha č.1 – Voltizní pás, voltizní kruh.....	2
1. Voltizní pás.....	2
2. Voltizní kruh.....	2
Příloha č.2 – Cviky povinné sestavy	3
1. Náskok	3
2. Základní sed	4
3. Holubička.....	5
4. Mlým	6
5. Klek s upažením	7
6. Seskok přednožkou	8
Příloha č.3 – Listiny rozhodčích.....	9

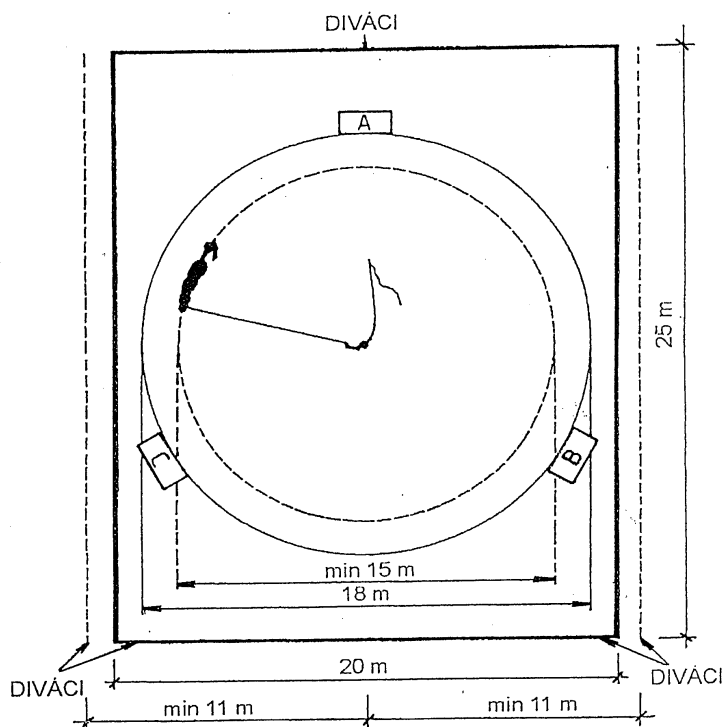
Příloha č.1 – Voltižní pás, voltižní kruh

1. Voltižní pás



Voltižní pás má dvě pevná madla ve tvaru půloblouku na každé straně. Krátký kožený řemen může být připevněn mezi vnitřními částmi madel. Nastavitelná madla nejsou povolena. Žádné jiné smyčky, držadla, madla a řemeny nejsou povoleny.

2. Voltižní kruh



Příloha č.2 – Cviky povinné sestavy

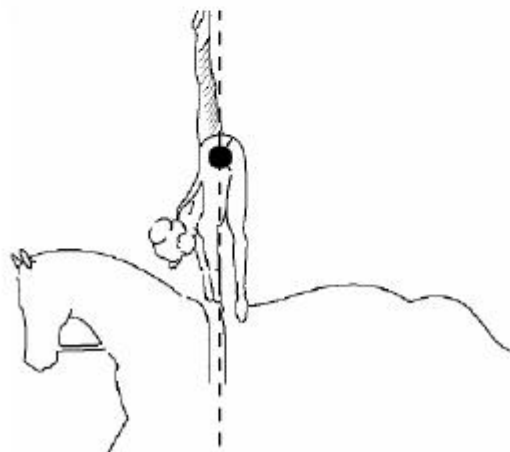
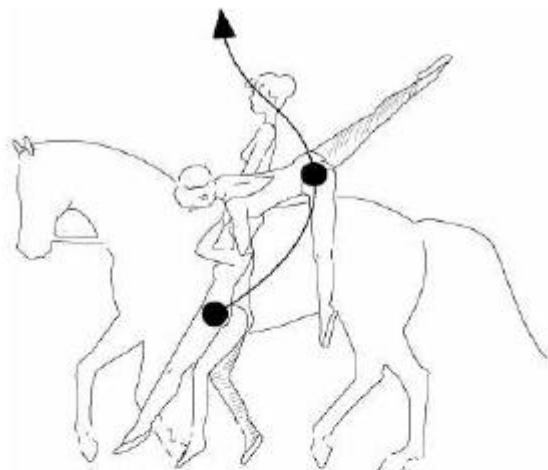
1. Náskok

Technika:

Cvičenec běží podél lonže k pleci koně. Před uchopením madel mají být ramena a bok cvičence souběžná s plecí koně a svislá ke spodní linii těla koně. Po uchopení madel skočí cvičenec oběma nohama směrem k předním nohám koně, aby vyvolal co největší sílu k naskočení na koně. Hlava se sehne a švihem pravé nohy se dostane pánev nad úroveň hlavy. Levá noha zůstává od pánve natažená dolů. Když je pánev v co možná nejvyšším bodu natáhne pravou nohu dolů a dosedne měkce, vzpřímeně do sedu se svislou horní částí těla.

U cvičenců paravoltiže se doporučuje náskok s dopomocí. Proto tento cvik není zařazen k hodnocení rozhodčích.

Doporučuje se se k nácviku na barelu a po zvládnutí zařadit do tréninku.



Náskok směřuje k dosednutí za madla. Ideálně se skládá ze čtyř fází:

1. Skoková fáze
2. Vzletová fáze
3. Fáze letu
4. Fáze dosednutí

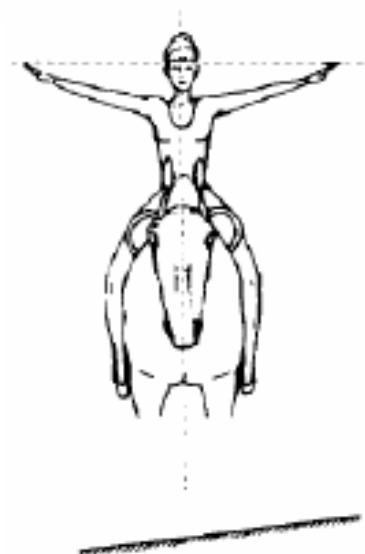
Podstata:

Souhra s koněm.
Výška a pozice těžiště.

2. Základní sed

Technika:

Voltižér sedí obkročmo, vzpřímeně hned za madly, v nejhlubším místě hřbetu koně, propanuté nohy směřují dolů a jsou v kontaktu s koněm, je utvořena přímka ramen, kyčlí a pat. Ramena jsou souběžná s madly. Paže jsou rozpaženy se špičkami prstů v úrovni očí. Nohy směřují dolů a z pohledu zepředu tvoří linie kolen, kotníků a prstů přímku. Po dokončení statického cviku uchopí voltižér madla oběma rukama současně.



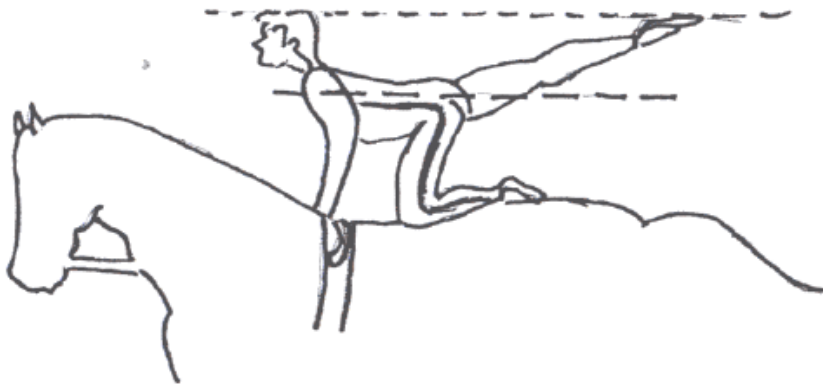
Podstata:

Souhra s koněm.
Sed a držení těla.

3. Holubička

Technika:

Ze sedu obkročmo přejde cvičenec do kleku oběma nohama současně a napříč přes koňský hřbet. Váha těla je rozložena na spodní noze. Spodní noha od kolene k prstům zůstává v neustálém kontaktu s koněm. Hlava zůstává nahoru obličejem dopředu. Pravá noha je zvednuta a propnuta v jedné vodorovné linii (alespoň nad cvičencovým ramenem a kyčlí, ideálně vodorovně hlava a prsty nohy). Ramena jsou přímo nad madly a kyčle a ramena jsou souběžná se zemí. Tělo cvičence je rovnoměrně prohnuté od hlavy k chodidlu. Po dokončení statického cviku cvičenec sundá nohu, opře se o madla, propne levou nohu dolů a zlehka dosedne obkročmo.



Podstata:

Souhra s koněm.
Rovnováha a pružnost (hlavně ramen a kyčlí).

4. Mlým

Technika:

Ze sedu obkročmo provede voltižér úplný obrat na koňském hřbetu ve čtyřech stejně dlouhých časových fázích. Každá noha je napnuta a nesena přes koně ve vysokém a širokém oblouku (půlkruhu). Druhá noha zůstává v klidu, směřuje dolů a dotýká se koně. Trup zůstává vzpřímený v téměř svislé poloze ve všech fázích cviku. Hlava a tělo rotují zároveň s pohybem nohou.

Mlým má 5 fází a každá je počítána na čtyři cvalové skoky.

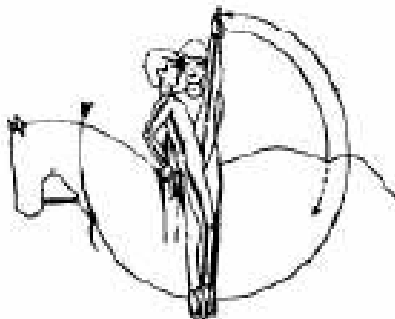
První fáze:

Pravá noha je přenesena přes koňský krk. Každé madlo je puštěno a znovu uchopeno během pohybu nohy. První fáze končí sedem voltižéra bokem dovnitř s otočením hlavy v pravém úhlu k ose ramen se snoženýma nohama v dotyku s koněm.



Druhá fáze:

Levá noha je nesena přes kříž koně. Druhá fáze končí sedem voltižéra obkročmo směrem dozadu. Ruce si vymění polohu na madlech.



Třetí fáze:

Pravá noha je přenesena přes kříž. Třetí fáze končí sedem voltižéra bokem ven s otočením hlavy v pravém úhlu k ose ramen se snoženýma nohama v dotyku s koněm. Ruce mění svou polohu na madlech.



Čtvrtá fáze:

Levá noha je nesena přes krk koně. Čtvrtá fáze končí sedem voltižéra obkročmo směrem dopředu. Ruce si vymění polohu na madlech.



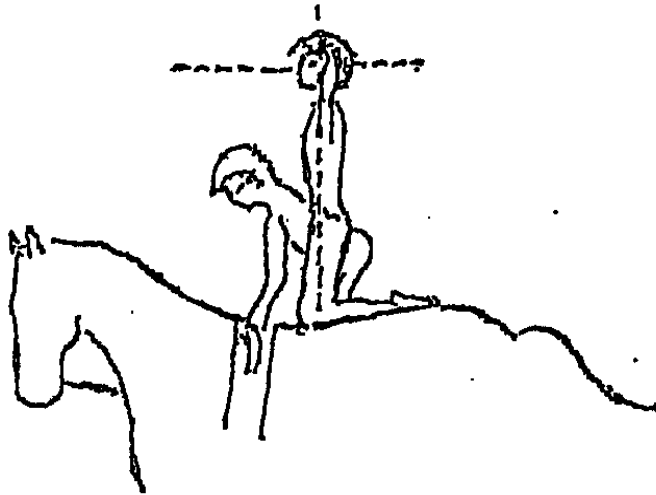
Podstata cviku:

Pružnost, rozsah a dodržení taktu.

5. Klek s upažením

Technika:

Ze sedu obkročmo si cvičenec klekne souběžně oběma nohama za madla. Nohy zůstávají u sebe. Hlava je vzpřímená a hledí dopředu. Nohy zůstávají bez pohybu, váha je rovnoměrně rozložena od kolen přes holeně do nártů. Madla jsou puštěna současně jak se cvičenec vzpřimuje do kleku. Okamžitě jsou rozpaženy paže s prsty ve výši očí. Po dokončení statického cviku (na 4 kroky koně) znovu cvičenec uchopí madla současně oběma rukama. Hlava zůstává vzpřímená, hledí dopředu, zatímco cvičenec měkce sklouzne do sedu obkročmo s propnutýma nohama.



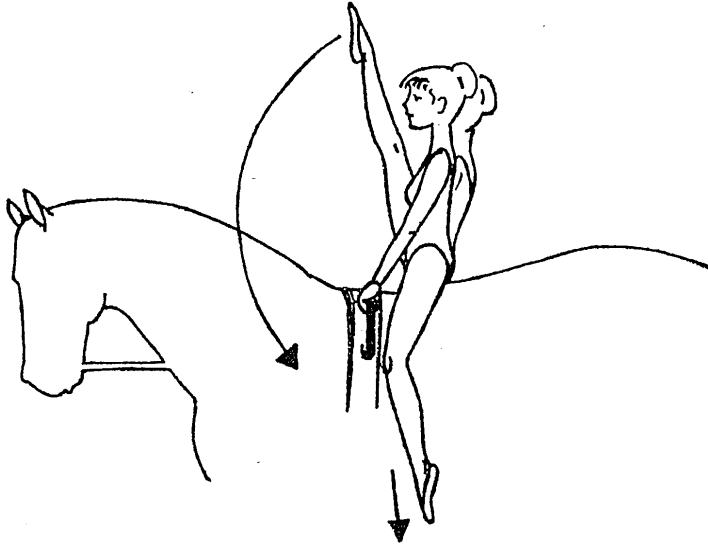
Podstata:
Souhra s koněm.
Rovnováha a držení těla.

6. Seskok přednožkou

Technika:

Ze sedu obkročmo vede cvičenec pravou nohu přes koňský krk ve vysokém a širokém oblouku (půlkruhu). Trup zůstává vzpřímený a téměř svislý, s levou nohou směřující dolů v dotyku s koněm. Každé madlo je puštěno a znovu uchopeno během pohybu nohy. Když pravá noha směřuje k zemi v místě, kde se dotýká přední noha koně, levá noha je napnuta a spojena s pravou nohou. Se snoženýma nohama a propnutými kyčlemi se cvičenec odstrčí mírně dopředu, když se pouští madel. Dopadne s téměř snoženýma nohama a pokračuje ve stejném směru s koněm.

Dřívější odstrčení a opožděné uchopení madel není penalizováno.



Podstata cviku:

Souhra s koněm, sed, držení těla, pružnost a načasování.

Příloha č.3 – Listiny rozhodčích

Z důvodu možného použití při soutěžích je každá listina na samostatné straně dále.



**Listina rozhodčího pro jednotlivce LHM-MHM-THM *
LHŽ- MHŽ - THŽ ***

Rozhodčí:

Datum:

Závodník č.:

Závod:

Jméno:

Oddíl:

Kůň:

Lonžér:

Povinná sestava

Cviky:	1	2	3	4	Ø známka za cvik
Základní sed					
Holubička					
Mlýn					
Klek s upažením					
Seskok přednožkou					
Ø známka cvičence					

Výsledná známka za povinné

Poznámka:

Rozhodčí:

podpis

Volná sestava

Známka za:	Poznámka	Známka	Koeficient	Celkem
Obtížnost			x 1	
Technické provedení			x2	
Celkový dojem			x1	

Výsledná známka za volné

Poznámka:

Rozhodčí:

podpis

Celková výsledná známka

* nevhodné škrtněte



Listina rozhodčího pro dvojici LH - SH - MTH *

Rozhodčí:

Datum:

Skupina č.:

Závod:

Kůň:

Skupina:

Lonžér:

Voltižéri: 1.

3.

PaRa 2.

4.

Povinná sestava

Cviky:	1	2	3	4	Ø známka za cvik
Základní sed					
Holubička					
Mlŷn					
Klek s upažením					
Seskok přednoškou					
Ø známka cvičence					

Výsledná známka za povinné

Poznámka:

Rozhodčí:

podpis

Volná sestava

Známka za:	Poznámka	Známka	Koeficient	Celkem
Obtížnost			x 1	
Technické provedení			x 2	
Celkový dojem			x 1	

Výsledná známka za volné

Poznámka:

Rozhodčí:

podpis

Celková výsledná známka

* nevhodné škrtněte



Listina rozhodčího pro skupinu LH - SH - MTH *

Rozhodčí:

Datum:

Skupina č.:

Závod:

Kůň:

Skupina:

Lonžér:

Voltižéri: 1.

3.

PaRa 2.

4.

Povinná sestava

Cviky:	1	2	3	4	Ø známka za cvik
Základní sed					
Holubička					
Mlýn					
Klek s upažením					
Seskok přednožkou					
Ø známka cvičence					

Výsledná známka za povinné

Poznámka:

Rozhodčí:

podpis

Volná sestava

Známka za:	Poznámka	Známka	Koeficient	Celkem
Obtížnost			x 1	
Technické provedení			x 2	
Celkový dojem			x 1	

Výsledná známka za volné

Poznámka:

Rozhodčí:

podpis

Celková výsledná známka

* nevhodné škrtněte

Listina rozhodčího pro lonžéry

Závody v: _____ Datum: _____

Lonžér: _____ Kůň: _____

Klub / Oddíl: _____

Úloha:	Koef.	Body
Nástup v klusu na střed kruhu, stát, pozdrav (rovné naklusání, klidné stání)	1	
Vyvedení koně na kruh - krok 1xkolem	1	
Naklusání - pracovní klus 2xkolem (pravidelnost klusu, přesnost kruhu)	1	
Nacválání - pracovní cval 2xkolem (klid, pravidelnost taktu)	2	
Náskok voltžéra, provedení váhy na 4cvalové skoky a odskok ven	1	
Zastavení cvalu - 6sekund nehybnost u rozhodčího v A (přesnost zastavení)	1	
Nacválání ze zastavení - 2xkolem pracovní cval	1	
Přechod ze cvalu do kroku - krok 1xkolem	1	
Zastavení , příchod ke koni, pozdrav ze středu kruhu	1	
Hodnocení vlivu lonžéra - hlasové pomůcky, lonž, bič	2	
Součet		
Konečná známka = součet:12		

Rozhodčí - jméno:	
A	
B	
C	
Průměrná známka	
Dosažené % z max. známky	
Umístění	

Soutěž může být předvedena na pravou nebo levou ruku.
Hodnotí se chody koně, poslušnost, plynulé přechody do jiného chodu a chování lonžéra a koně.