

# DE ALERTE DRESSUURKAMPIOEN

## CHALLENGE 1

### OLYMPISCHE DISCIPLINE



#### Wat is dressuur?

Dressuur wordt beschouwd als de kunst van de paardensport. In deze eerste Olympische discipline zie je dat het paard heel gemakkelijk bewegingen uitvoert op vraag van de ruiter. De bewegingen die het paard en de ruiter rijden, worden ook wel 'figuren' genoemd.

In de piste staan een aantal letters, waarop de figuren gereden moeten worden. Het paard moet de 3 gangen (stap, draf en galop) tonen en vlotte overgangen maken. Eén of meerdere juryleden geven op elke figuur een punt van 0 tot 10. De opgetelde punten vormen een bepaald percentage en de ruiter of team met het hoogste percentage wint!

### DRÉ DAAGT JULLIE UIT!

Als dressuurruiter moet je dus heel alert zijn om je figuren in de juiste volgorde te rijden. En dat is waarin Dré je uitdaagt...

#### Speel met z'n allen "ik ga naar de Olympische Spelen en ik neem mee".

Dit is een leuke dressuurversie van het bekende spelletje 'ik ga op reis en ik neem mee'. De ruiters maken als het ware een ketting van figuren. Zodra een ruiter die aan de beurt is, een figuur overslaat of vergeet, valt die af.

### VOORBEREIDING



Leer vooraf verschillende figuren aan, zodat de ruiters weten waaruit ze kunnen kiezen tijdens het spel. Enkele voorbeelden:

- cirkel 20m
- cirkel 10m
- slangenvolte
- door een S van hand veranderen
- diagonaal
- rechtsomkeer / linksomkeer
- gebroken lijn
- ...



Dré tegen allen  
CHALLENGE

# DE ALERTE DRESSUURKAMPIOEN

## CHALLENGE 1

### HET SPEL

De eerste ruiter start en rijdt een figuur naar keuze. De tweede ruiter herhaalt deze figuur, en voegt er een nieuwe figuur aan toe. Herhaal dit totdat alle ruiters aan de beurt geweest zijn. Beperk elk spel tot een groepje van 4 à 6 deelnemers. Zo komt iedereen snel aan de beurt.

Elke ruiter zegt bij aanvang welke figuur hij of zij gaat toevoegen. Een ruiter die de volgorde niet meer weet of een figuur overslaat, valt af. Dit totdat er één winnaar overblijft: de alerte dressuurkampioen!

### BENODIGDHEDEN



Om de opdracht uit te voeren heb je een dressuurpiste nodig van 40x20 of 60x20 meter. Of je gebruikt gewoon de afmetingen die je voor handen hebt. Zet de letters uit waarop de figuren moeten gereden worden.

Zet een stukje van de piste af voor de oefeningen en hou een stukje vrij voor de combinaties die hun beurt afwachten.

### VARIATIE



Maak de oefening moeilijker door moeilijkere figuren toe te voegen. Je kan ook variëren door de oefening te laten uitvoeren in stap of draf.

### HOU REKENING MET VEILIGHEID

Zorg dat de combinaties die wachten op hun beurt voldoende afstand houden van elkaar. Draag zeker een tok tijdens het uitvoeren van deze opdracht.

## #fieropmijnsport

### volg jij ons al?



Paardensport Vlaanderen vzw



@paardensportvlaanderenvzw



Dré tegen allen  
CHALLENGE