

Vanno sempre eseguite prima e ripetute dopo la ripresa a cavallo.

L'allievo simula la posizione dell'assetto leggero, impugnando le redini che sono allacciate a un punto fermo.

Vi appende una piccola parte del proprio peso sino a che l'equilibrio sulle gambe non viene sostenuto dalle redini stesse. (Lasciandole si deve perdere l'equilibrio indietro)

L'Istruttore cura l'impugnatura corretta delle redini. (La posizione dei pugni, delle dita, l'inclinazione degli stessi, la distanza tra loro ecc.)

L'allievo simula, in genere, le figure più importanti di maneggio alle varie andature come pure:

l'avvicinarsi e l'allontanarsi dell'assetto dal cavallo;

la redine di apertura interna e quella esterna per i cambiamenti di direzione;

il galoppo destro e sinistro con la relativa posizione delle gambe e del busto;

le partenze, gli alt, le transizioni, i cambiamenti di mano.

Simula pure: l'impugnatura in una sola mano, in due, l'accorciare le redini, l'allungarle, il flettere l'incollatura all'interno, all'esterno.

Quando è abbastanza abile ad occhi aperti, comincia a simulare a occhi chiusi.

Una volta che la manualità principale viene eseguita in maniera soddisfacente ad occhi chiusi, l'Istruttore si sostituisce al punto fermo, cioè impugna le redini dall'altra parte, simulando a sua volta la bocca del cavallo.

Si può cominciare, quindi, a richiedere all'allievo di eseguire quanto già fatto, suggerendo miglioramenti della qualità del movimento con l'equilibrio, con una manualità diversa, con la propria immagine che interagisce con lui e con gli equilibri di entrambi, comunicanti attraverso le redini.

Il miglioramento della qualità del movimento, non va insegnato, né tanto meno imposto. Va SCOPERTO da parte dell'allievo attraverso una esplorazione del suo corpo, delle sue strutture, delle sue possibilità, del suo equilibrio. Si tratta, quindi, di suggerimenti per la maggior parte non verbali.

Quando l'apprendimento, da parte dell'allievo, comincia a manifestarsi, e ciò avviene nel giro di pochi minuti, si può invertire la simulazione:

L'Istruttore esegue la manualità e l'allievo simula la bocca del cavallo.

Un'altra variabile è di fare ogni cosa prima a occhi aperti e poi ad occhi chiusi.

Ma la variabile che instaura molto facilmente gli schemi corporei principali, è di simulare lo sguardo sotto le palpebre, quindi ad occhi chiusi.

Per esempio, si richiede all'allievo di riceversi a mano sinistra dopo un salto, simulando con le pupille sotto le palpebre la giusta distanza della curva dopo il salto, verificando che la simulazione visiva che avviene ad occhi chiusi introduca lo schema corporeo della ricezione sinistra.