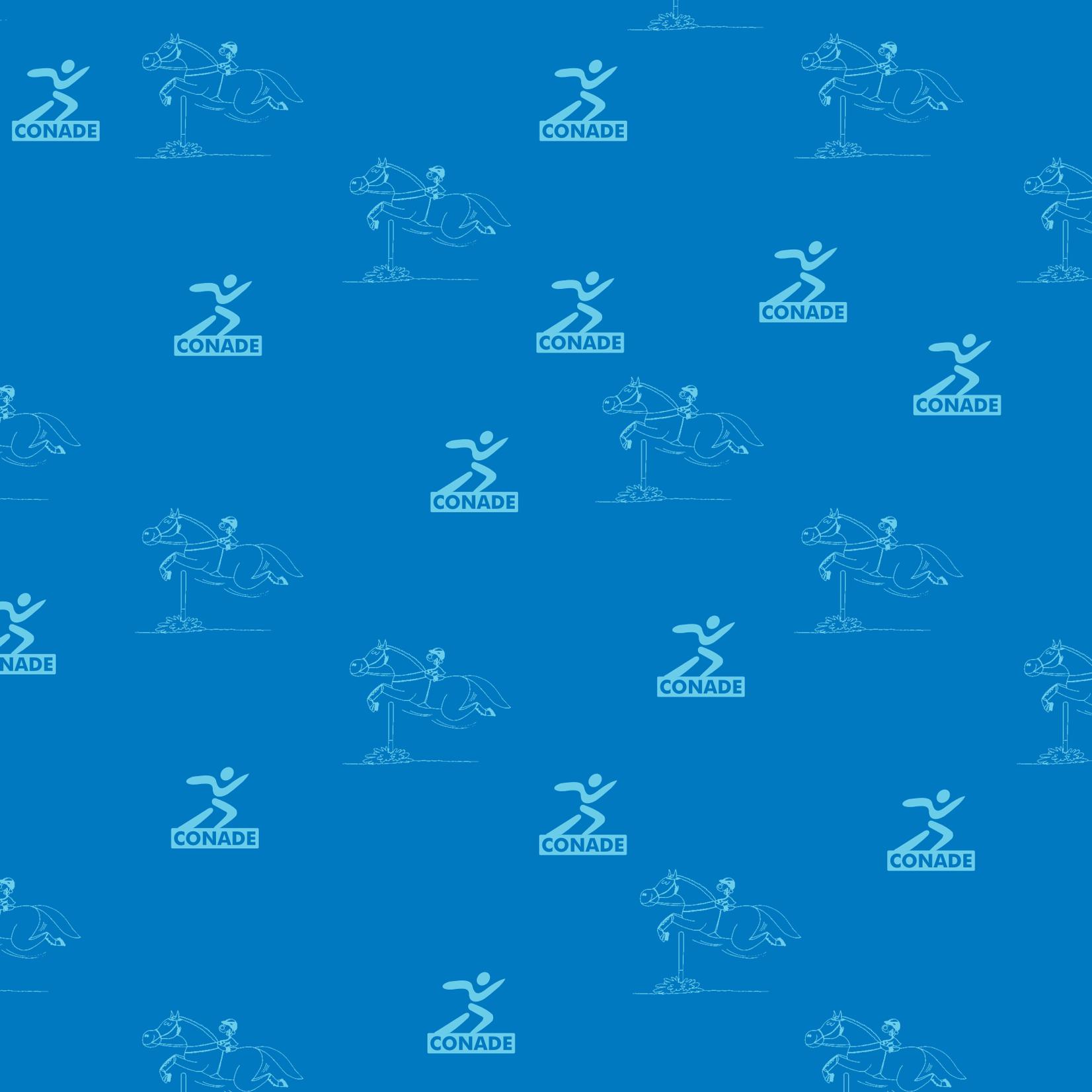


Equitación

El deporte más elegante



Conoce lo básico y disfruta.
Adiestramiento, Salto y Prueba de los Tres Días.



Los Deportes con los Escuincles **Equitación**

Todos los derechos reservados. Aparte de los usos para los que está destinada esta publicación, no puede ser reproducida ni el todo ni parte, en español o en cualquier otro idioma, ni registrada o transmitida por un sistema de recuperación de información en ninguna forma ni por ningún medio, sea mecánico, fotoquímico, electrónico, magnético, electroóptico, inventado o por inventar, sin el permiso expreso, previo y por escrito de los editores y / o del autor.

PRIMERA EDICIÓN, ENERO, 2008

D.R. © Ilustración, textos y diseño: Alejandro Ochoa Villaseñor

D.R. ©

IMPRESO EN MÉXICO. PRINTED IN MEXICO

DISTRIBUCIÓN GRATUITA. PROHIBIDA SU VENTA

Introducción

Elegancia y emociones.

Desde las tribunas se escucha que por las bocinas anuncian; competidor 24 a la pista. Y ves que entra un jinete montando a un caballo espectacular, que con un trote cadencioso va reconociendo y probando la arena de la pista para luego iniciar su participación en la competencia al cruzar la línea que marcan las banderas.

A partir de ahí, todo es emoción. Cada obstáculo que salta el caballo sin derribar es observado en un silencio expectante y cuando sus manos o patas tiran un obstáculo se escucha inmediatamente el *aahh* de los espectadores que van siguiendo paso a paso y salto tras salto el ritmo de la competencia.

Y lo que salta a la vista es cómo jinete y caballo se entienden a la perfección, y compiten en equipo, claro que esto se logra con mucho tiempo de entrenamiento juntos.

En los Juegos Panamericanos de 2011 podrás estar en las pruebas hípicas, van a venir jinetes y caballos de toda América a competir en Guadalajara. No te puedes perder la oportunidad de presenciar este elegante y bello deporte.

Historia

La Hípica.

El primer gran torneo de saltos a caballo, tanto de longitud como de altura, tuvo lugar en Irlanda durante el Dublín Horse Show en abril de 1864. Pero no hay que imaginarse que este primer torneo hípico fue como los actuales.

Las competencias hípicas fueron evolucionando y cuando el italiano Federico Caprilli, a quien por cierto se le conoce como el padre de la hípica moderna, desarrolló el estilo de salto natural y también el sistema de saltos sobre barreras que se hizo muy popular en 1902 en el Concurso Hípico de Turín, la hípica en general tomó el rumbo que hoy conocemos.

En las Olimpiadas de 1900 en París, debutó como prueba olímpica con competencias de salto de longitud y de altura. En ese entonces no existía la Federación Ecuestre Internacional (FEI) que se fundó hasta 1921, con diez países miembros.

En la actualidad en los Juegos Olímpicos se incluyen tres pruebas hípicas: saltos, adiestramiento y concurso completo. Sin embargo hay que señalar que las mujeres no tuvieron oportunidad de competir hasta 1952 en la prueba de adiestramiento, hasta 1956 en saltos y hasta 1964 en el concurso completo.

En Juegos Panamericanos, las pruebas hípicas han estado presentes desde su primera edición en Buenos Aires, Argentina en 1951.

Conocer para disfrutar

Un arte a caballo.

La hípica o equitación es un deporte que se practica a caballo en sus diferentes pruebas o modalidades. Los jinetes en este deporte-arte, deben conocer a la perfección a su caballo, así como saber montarlo y conducirlo con precisión.



Tres pruebas mixtas tiene la hípica: **adiestramiento, salto y concurso completo.**

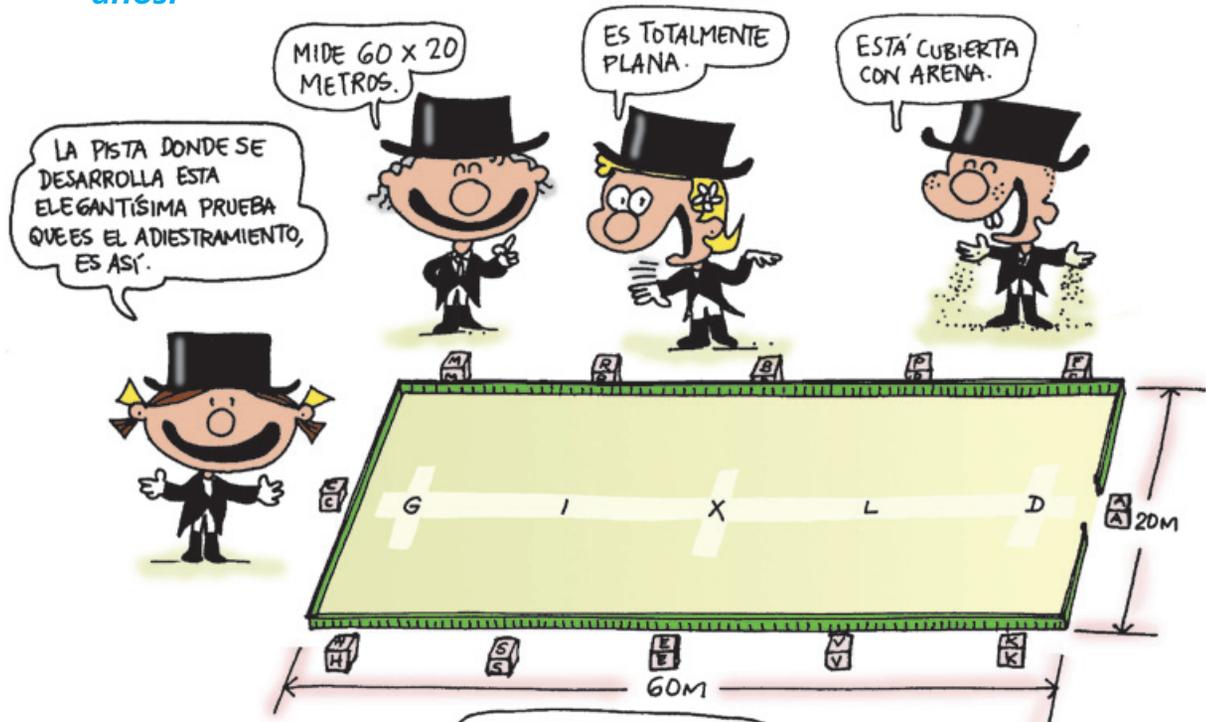
Y se compite en individual y por equipo en las tres.

La Federación Ecuestre Internacional, ha establecido de manera contundente, que **el bienestar del caballo es prioritario** en todos los momentos de su participación.



EL ADIESTRAMIENTO

En esta prueba el caballo realiza una serie de movimientos como respuesta a las instrucciones y órdenes dadas por el jinete de una manera sutil e imperceptible. El adiestramiento se logra mediante un entrenamiento racional, metódico y equilibrado del caballo por muchos años.



LA PISTA DONDE SE DESARROLLA ESTA ELEGANTÍSIMA PRUEBA QUE ES EL ADIESTRAMIENTO, ES ASÍ.

MIDE 60 X 20 METROS.

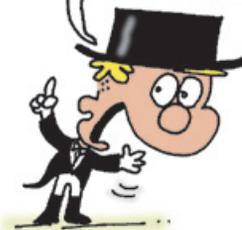
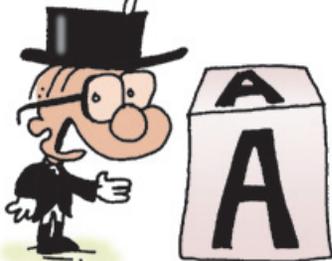
ES TOTALMENTE PLANA.

ESTA CUBIERTA CON ARENA.

LAS LETRAS ALREDEDOR DE LA PISTA SIRVEN PARA ESPECIFICAR DÓNDE SE REALIZAN LOS EJERCICIOS.

SE INGRESA A LA PISTA POR LA LETRA A, SE CAMINA POR LA LÍNEA CENTRAL HASTA LA LETRA X, PARA INICIAR LA PARTICIPACIÓN.

DESPUÉS DE LA PARTICIPACIÓN DE CINCO O SEIS JINETES, SE ARREGLA DE NUEVO LA SUPERFICIE DE LA ARENA Y SE MARCA LA LÍNEA CENTRAL



Vestimenta

El binomio jinete-caballo debe lucir muy formal y elegante. Su indumentaria está muy reglamentada.

- Sombrero alto de copa o quepis.
- Frac con pantalón blanco.
- Botas negras.
- Camisa blanca.
- Corbata blanca, en el caso de los varones.
- Plastrón, un fistol o nada, en el caso de las mujeres.
- Guantes.



LOS JINETES QUE PERTENEZCAN AL EJÉRCITO O A LA POLICÍA, PUEDEN VESTIR SU UNIFORME DE GALA.



EL ALBARDÓN ES TIPO INGLÉS, SUS FALDONES LARGOS Y DERECHOS SON FLEXIBLES.

ASÍ EL JINETE PUEDE TRANSMITIR CON PRESIONES MUY LIGERAS DESUS PIERNAS, ÓRDENES AL CABALLO.



LA CRIN TIENE QUE ESTAR TRENZADA. SE PROHIBEN OTRAS DECORACIONES.



USAR FUETE, PROTECTORES PARA LAS PATAS DEL CABALLO Y ANTEOJERAS, ESTA PROHIBIDO.



La brida se compone de testera, frontal, carrilleras, ahogadero, muserola, bocado (que actúa sobre la lengua y la mandíbula e inclina la nariz del caballo), filete (actúa sobre la comisura de los bellos y levanta la cabeza), y riendas.

La competencia

Las pruebas.

Compiten tanto hombres como mujeres. La modalidad de adiestramiento se da en tres pruebas durante las cuales se realizan una serie de ejercicios en los distintos aires (al paso, al trote y al galope) para demostrar el control del jinete sobre el caballo.



La puntuación de los jueces.

Los jueces evalúan cada uno de los ejercicios teniendo en cuenta la estética de los diferentes aires, la impulsión, la sumisión y la posición del jinete.



- Los ejercicios más difíciles valen el doble de puntos.
- Y así resulta que el jinete que más puntos tenga es el ganador en la categoría individual.
- En la categoría de equipo, gana el que tenga más puntos al sumar el resultado de sus tres mejores participantes.

Algunos puntos y conceptos sobre el adiestramiento.



- En la prueba de Kür estilo libre, el jinete tiene seis minutos para desarrollar sus ejercicios coreográficos, y el sonido de una campana le avisa cuando le falte un minuto.
- Es una falta muy grave el hablar o hacer ruidos que el caballo entienda como señales u órdenes.
- Todos los jueces tienen la tabla (listado) de los ejercicios. Los jinetes la tienen que tener bien memorizada, porque no se vale cambiar el orden de los ejercicios, ni dejar de realizar alguno, ni ejecutar uno que no esté en la tabla.
- El jinete tiene que dar siempre la impresión de que hace todo sin dificultad, manteniéndose erguido, con las manos bajas y unidas pero sin tocar al caballo, muslos y piernas firmes y estiradas hacia abajo.
- La actitud del caballo es importante. Debe demostrar siempre que está feliz y atento al tener en todo momento sus orejas tiesas. Y las transiciones entre los ejercicios tienen que ser suaves y debe establecer de inmediato el nuevo ritmo. La regularidad de los aires o movimientos del caballo son fundamentales en el adiestramiento.

SALTOS

En la hípica o equitación, el salto es la competencia más popular. Es la prueba donde más jinetes, tanto hombres como mujeres, toman parte en la competencia. Las tribunas siempre se llenan para ver y emocionarse con este bello y selecto deporte.



- El orden de participación en la pista de los jinetes, se realiza por sorteo.
- Dependiendo del tipo de competencia, el ganador es quien realiza el recorrido con menos puntos malos por faltas y en el menor tiempo posible.

La pista de salto

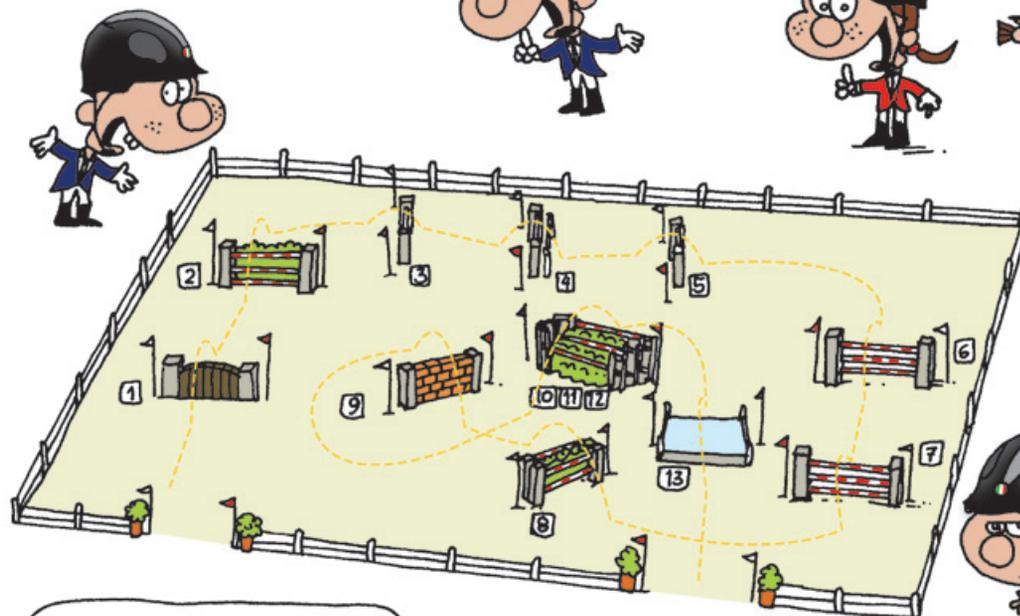
La pista donde se desarrolla la competencia de salto es de arena y está cercada. El diseño del recorrido de los obstáculos, se hace de acuerdo con las características de la pista y al número de obstáculos por saltar.

ASÍ ES UNA PISTA DE SALTO. EL NÚMERO DE OBSTÁCULOS VARÍA ENTRE LOS 12 Y 15, QUE DEBEN INCLUIR DOS DOBLES O UN DOBLE Y UN TRIPLE.

EL TIEMPO DEL RECORRIDO VA EN RELACIÓN A LA DISTANCIA DEL DISEÑO DE LA PISTA.

LA VELOCIDAD DEL BINOMIO ES DE 375 METROS POR MINUTO.

EN LOS POSTES DE ENTRADA Y SALIDA ESTÁN LOS CRONÓMETROS ELECTRÓNICOS PARA MEDIR EL TIEMPO.



ANTES DE LA COMPETENCIA LOS COMPETIDORES DEBEN DE ENTRAR DE PIE A LA PISTA Y CAMINAR EL RECORRIDO DE LA PRUEBA PARA ANALIZARLO Y MEMORIZARLO.

AL TOCAR LA CAMPANA EL JINETE TIENE 45 SEGUNDOS PARA INICIAR SU RECORRIDO.

EL PRINCIPIO Y EL FINAL DEL RECORRIDO TIENE BANDERAS ROJAS Y BLANCAS. LAS BLANCAS VAN DEL LADO IZQUIERDO Y LAS ROJAS DEL DERECHO.

Vestimenta

Presentarse a competir con la vestimenta correcta y los accesorios adecuados, tanto del jinete como del caballo, es fundamental para cumplir con el reglamento y para protegerse de posibles accidentes.

EL JINETE VISTE CON CASCO, CAMISA BLANCA, CASACA, CORBATA BLANCA, PANTALONES BLANCOS, BOTAS NEGRAS Y SI DESEA: ACICATES, FUETE Y GUANTES.



SI ES MILITAR O POLICÍA, PUEDE USAR SU UNIFORME.

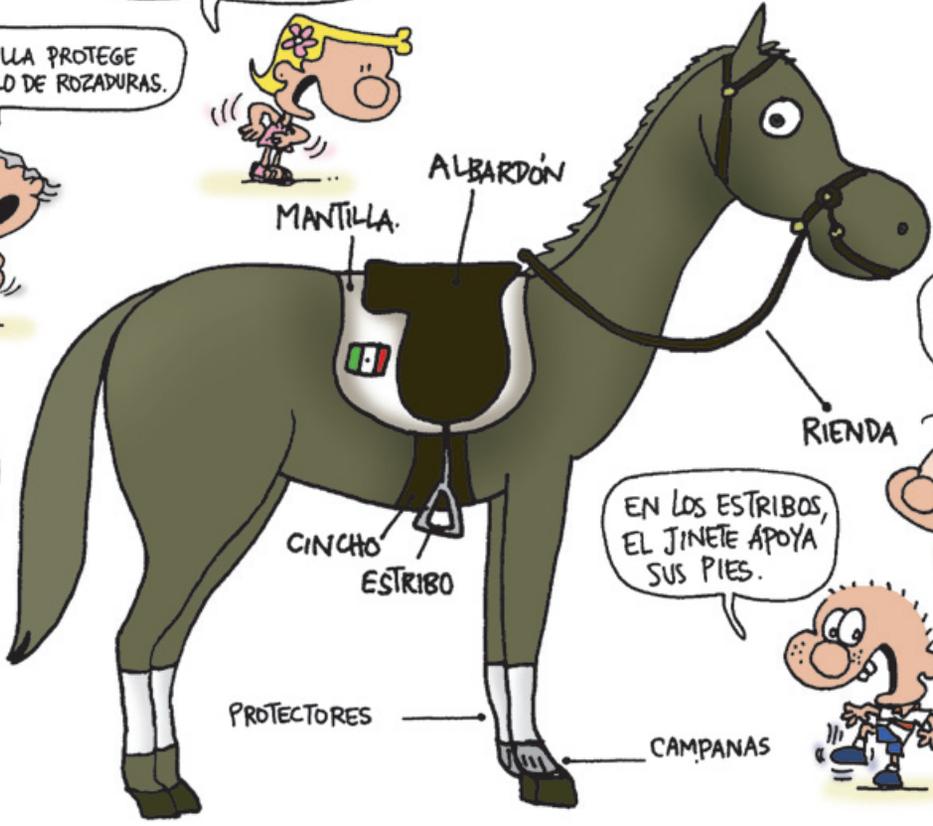
EL ALBARDÓN ES DE CUERO Y SE SUJETA AL CABALLO MEDIANTE EL CINCHO.

LA MANTILLA PROTEGE AL CABALLO DE ROZADURAS.

CON LAS RIENDAS SE CONDUCE AL CABALLO.

LOS PROTECTORES Y CAMPANAS, PROTEGEN LOS TENDONES Y LOS CASCOS DEL CABALLO.

EN LOS ESTRIBOS, EL JINETE APOYA SUS PIES.



Salto natural

El salto natural es la técnica que desarrolló Federico Caprilli en 1902, donde el jinete se apoya en los estribos y se inclina hacia delante sobre el cuello del caballo, acompañándolo en el esfuerzo que realiza en las tres etapas del salto. Hoy es la técnica que se sigue usando.



Primera etapa: el despegue.

La llegada al punto de despegue es importante para conseguir un impulso que sea suficiente y evitar así la desobediencia del caballo. Para llegar justo a este punto de despegue, el jinete debe ajustar el paso del caballo ya sea alargándolo o acortándolo.



Segunda etapa: el equilibrio.

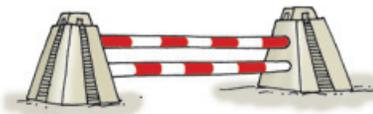
Cuando va sobre el obstáculo el peso del jinete es muy importante para el equilibrio del caballo. Al variar la posición del cuerpo se ayuda a no entorpecer la libertad de movimiento del caballo al estar pasando por arriba del obstáculo.



Tercera etapa: la salida.

Lo mejor es tratar de volver a tener el contacto con la arena de la pista de una forma relajada y sin perder el control del caballo.

Tipos de obstáculos



- Barras



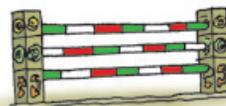
- Reja



- Tablones



- Muro

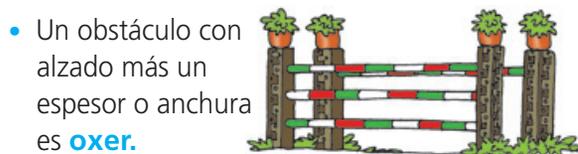


- Cuando tiene sólo un alzado se conoce como **vertical**.



- La combinación de vertical con un foso con agua se llama **foso**.

- Un foso sin vertical se llama **ría**. Y el objetivo es un salto de longitud.



- Un obstáculo con alzado más un espesor o anchura es **oxer**.

Penalizaciones

Hay cuatro jueces, al menos uno de ellos designado por la FEI, que validan la competencia. Las faltas que se cometen durante la participación de los jinetes se penalizan con puntos malos.

Algunas de las faltas en el recorrido son las siguientes.

- **Derribar un obstáculo.** Si por un error del caballo o del jinete derriba todo o cualquier parte de un obstáculo. **Cuatro puntos de castigo.**
- **Tocar el agua o el listón de la ría.** **Cuatro puntos de castigo.**
- **Primera desobediencia.** **Cuatro puntos de castigo.**
- **Segunda desobediencia,** durante toda la prueba, **eliminación.**
- **Primera caída del jinete o del caballo,** **eliminación.** Se considera caída del jinete cuando hay separación de cuerpos entre caballo y jinete, y éste último toca el suelo.

Faltas de tiempo.

- Terminar el recorrido en menos de ese tiempo no tiene premio, pero pasarse de ese tiempo se castiga con un punto por cada cuatro segundos comenzados.
- El tiempo límite es el doble del tiempo permitido.
- Si un jinete se pasa del tiempo límite es descalificado o eliminado.



Desobediencias:

Rehuse. cuando el caballo se detiene frente a un obstáculo por saltar.

Otro tipo de Rehuse. Cuando el caballo rehusa y tira el obstáculo, el juez toca la campana y se para el tiempo. El jinete espera a que se reconstruya el obstáculo y cuando ya esté listo se toca la campana y sigue su recorrido. Se castiga con 6 segundos.

Escapada. Cuando el caballo escapa del control del jinete y elude el obstáculo que debe saltar.

Defensa o resistencia. Cuando el caballo rehusa a avanzar, se detiene por alguna razón, ejecuta algún círculo o retrocede por cualquier causa.

Descalificaciones

Estos son algunos de los aspectos que los participantes tienen que tener muy en cuenta para no resultar penalizados en la competencia con la eliminación.



Te descalifican por:

- Entrar o salir de la pista desmontado.
- Iniciar el recorrido antes de que la señal haya sido dada.
- No pasar entre las banderas en las líneas de entrada y salida.
- Saltar durante la prueba un obstáculo que no sea parte del recorrido.
- No saltar un obstáculo del recorrido.
- Saltar un obstáculo en el orden equivocado.
- Saltar un obstáculo en la dirección equivocada.
- No volver a saltar todos los obstáculos de una combinación después de una desobediencia.
- Castigar en exceso al caballo y cualquier otro caso de abuso o maltrato, ya sea dentro o fuera de la pista.
- Que el caballo dé positivo a la prueba de *antidoping*. El jinete es descalificado y puede ser severamente sancionado.



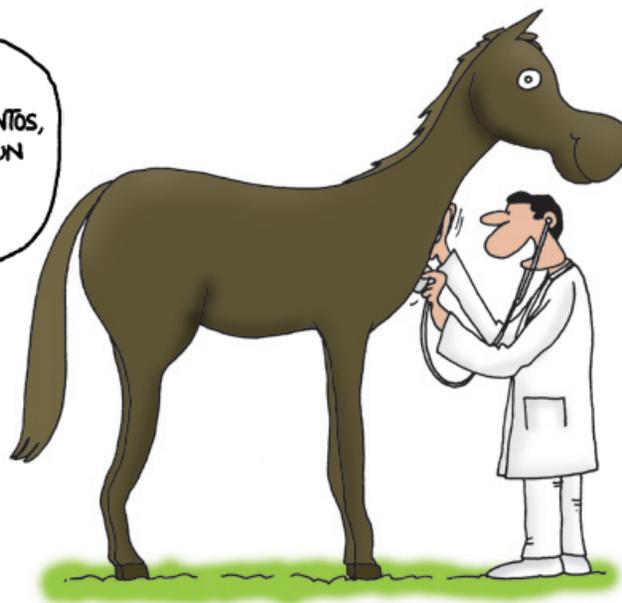
PRUEBA DE LOS TRES DÍAS

La competencia hípica más extenuante y completa.

El Concurso Completo o Prueba de los Tres Días, es una combinación de tres disciplinas ecuestres que se desarrollan en tres días consecutivos, un día por disciplina y en este orden: **Adiestramiento, Campo traviesa (cross country) y Salto.**



EN LA PRUEBA DE ADIESTRAMIENTO, QUE ES EL PRIMER DÍA, EL CABALLO REALIZA UN EJERCICIO DE 20 MOVIMIENTOS, Y EN EL SALTO, QUE ES EL TERCER DÍA, UN RECORRIDO DE APROXIMADAMENTE 12 OBSTÁCULOS. AMBAS COMPETENCIAS SE REALIZAN DE ACUERDO CON SUS REGLAMENTOS.



- El caballo es revisado antes y cada día de la prueba.
- Para las tres disciplinas el jinete debe montar el mismo caballo.
- La atención al caballo por parte del veterinario es fundamental. Antes de iniciar la primera prueba, durante toda la prueba de Fondo del segundo día y antes de los saltos del tercer día, el caballo es revisado.

Resistencia, la distintiva prueba de Fondo.

La prueba de Fondo es la más característica y la más difícil del Concurso completo.



Rutas y senderos.

Es un recorrido de más de cuatro kilómetros por caminos. Los caballos van al trote o a medio galope por un recorrido determinado y tienen que terminar dentro del tiempo establecido. Se castiga con un punto por cada segundo sobre el tiempo.

- En los Panamericanos, si un jinete es eliminado por cualquier circunstancia de una de las pruebas, tiene como calificación para las otras pruebas, el peor score de los competidores más 20 puntos y así inicia al día siguiente. Si él era el de peor calificación se le pone esa.
- Te eliminan a criterio del juez si abusas del caballo, y si el caballo presenta sangre fresca causada por el uso del freno, los acicates o el fuste; inmediatamente quedas eliminado.
- Si al saltar un obstáculo el caballo queda atrapado y en peligro de lastimarse, tienes que desmontar y quedas eliminado.
- Los jinetes deben obligatoriamente usar un casco y chaleco protector.

Sabías que...



El general Humberto Mariles Cortés es el único mexicano que ha ganado una medalla olímpica de oro en la competencia individual de salto de obstáculos. Fue en 1948 en Londres, montando a su caballo tuerto Arete.



Aunque la avena es el cereal que se utiliza como base para la alimentación de los caballos, también se les dan alimentos balanceados, formulados especialmente para caballos de competencia.



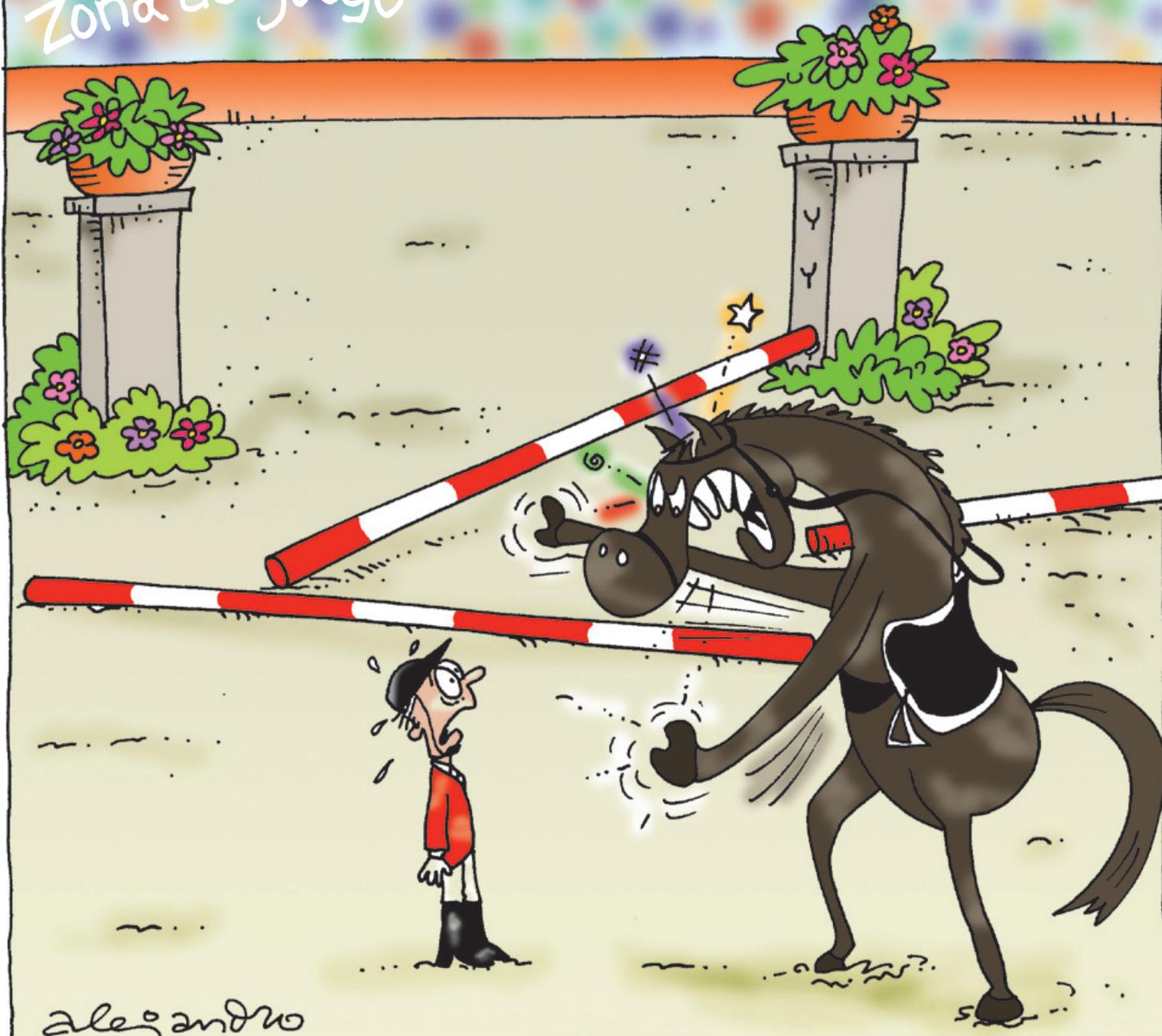
Los caballo inscritos para competir en Juegos Olímpicos y en Juegos Panamericanos no deben ser menores de ocho años.



La velocidad promedio del caballo en la fase de campo traviesa es de 570 metros por minuto.



Zona de juego



PALABRAS EQUITACIONANAS

¡ARRRÉ!



Acicates. Lo que en otros deportes son **las espuelas**.

Ahogadero. **Correa que forma parte de la cabeza de la brida**, se abrocha bajo la garganta del caballo.

Aires. Es el nombre en equitación para designar la **forma de andar, de proceder y de desplazarse del caballo**. La clasificación de los aires es: al paso, al trote y al galope.

Amazona. Es el nombre que también se le da a la **mujer jinete** en las competencias hípicas.

Casaca. La elegante indumentaria de salto: **saco**.

Crin. Es **el pelo que tienen los caballos** en la parte superior del cuello.

Faldón. **Parte inferior de la silla**.

Fuete. **Vara o látigo** que es largo y delgado. Se usa de castigo para que el caballo obedezca, o para estimularlo a que vaya más de prisa.

Hípico. Palabra que proviene del griego hippikos, de hippos, **caballo**.

Moñas. **El listón que se cuelga a los caballos triunfadores**. El orden corresponde a los colores de la bandera del país. O sea que en México el ganador tendría una moña verde, el segundo lugar una blanca y roja para el tercer lugar.

Plastrón: **corbata muy ancha** que cubre el centro de la pechera de la camisa.

Rehúse. **Cuando el caballo se niega** a ir hacia adelante, se para, va hacia atrás o se para de manos.

Tabla. Es el nombre de la **lista ordenada de los ejercicios que realizan los jinetes en la prueba de adiestramiento**. Los jinetes se la deben saber de memoria ya que no se vale cambiar el orden ni los ejercicios.



Vive el Deporte con CONADE

