

馬場馬術 新課目ガイドンス《第4課目A》

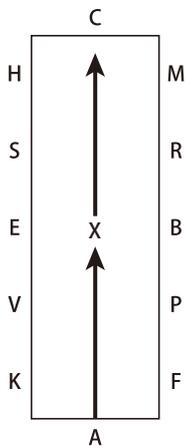
馬場馬術本郡(協力：馬場馬術ディレクター)

《第4課目A》のポイント

第4課目は従来のM課目に相当するクラスです。速歩・駢歩のハーフパス、常歩のピルーエット、フライングチェンジ、伸長常歩と収縮常歩、伸長駢歩を取り入れています。第4課目では、第3課目までに養ってきたトレーニングスケールの最初の5点(リズム、サブルネス、コンタクト、インパルジョン、ストレイトネス)に加え、初期のコレクション(収縮)をより高めること、後躯による負重(セルフキャリッジ)と前躯の起揚に重さが置かれてきます。後躯と前躯とが柔軟な背中をブリッジとして繋がっていること(エンゲイジメント)、キャリッジと起揚の関係性の中で発現される前躯の軽快性が、各運動のクオリティと正確性につながり、演技での高い評価を期待できるとともに、より高い調教レベルへと発展させることができるでしょう。また第4課目では

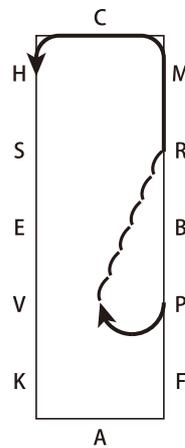
長駢歩がテストされますが、しっかりした収縮体勢から、バランスとテンポを保ちつつ、蓄積したエネルギーを前上方に展開するようなイメージで歩幅を雄大に伸ばすことが求められており、収縮と伸長は密接に結びついています。伸長前後の上方移行、下方移行では、馬のリズムと後肢の踏み込みを意識し、急がせたり緊張させたりすることなく、活力をキープしつつ次の運動に入っていくことが良いでしょう。

第4課目では収縮を高めて前躯が軽快になるよう、ライダーの扶助もより適切で効果的な馬への働きかけが求められます。騎座、脚によって後肢の踏み込みを促し、適切なハーフホルトによって収縮体勢を作っていくことで、自在なペースの変化と運動の正確性の実現を目指しましょう。



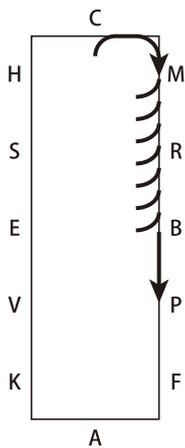
1.	A	収縮駢歩で入場
	X	停止—不動—敬礼
		収縮速歩で発進

第4課目からは収縮駢歩での入場です。手前があるので真直性は速歩よりも難しくなります。馬体と四肢を真っ直ぐに中央線上に乗せるイメージで運歩を進め、ハーフホルトで準備をして丁寧に停止しましょう。速歩の発進では1歩目から決然と踏み出すことで評価が高くなります。



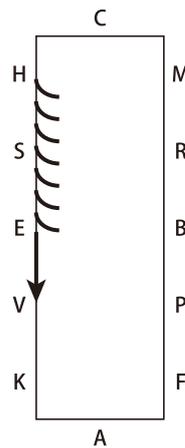
3.	PL	右へ直径10mの半巻き乗り
	LR	右へハーフパス
	RMCH	収縮速歩

半巻き乗りでの内方姿勢を維持したまま、馬の頸から肩の外方ラインを斜線に一致させるイメージでハーフパスに入ります。内方脚による推進気勢とリズム、インパルジョンの維持、外方扶助による斜線への方向誘導により、活発な側方運動を目指しましょう。前躯が軽快であればより生き生きとした肢の運びと交叉、良いバランスが見られ高評価となります。



2.	C	右手前蹄跡に入る
	MB	右肩を内へ
	BP	収縮速歩

隅角を利用して内方姿勢を取るとともにハーフホルトを行なって馬のバランスを高め、内方脚と外方手綱の「斜対扶助」で肩内に誘導します。内方後肢が踏み込んでキャリッジがあり、前躯が軽快であれば馬の肩、膝がよく動くため、高いクオリティとして評価されます。最初から最後まで一定のバンドで、後肢が蹄跡から外れないことも重要な着眼点です。



4.	HE	左肩を内へ
	EV	収縮速歩

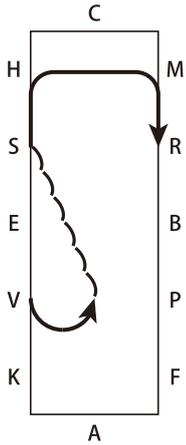
2に同じ

第6項目・第14項目

中間歩度(中間速歩・中間駢歩) 徹底解説 ①

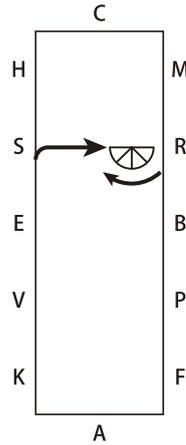
中間歩度とは、収縮歩度と伸長歩度との「中間」という意味であり、第4課目では駢歩に中間歩度と伸長歩度が入ってきています。歩幅とフレームの伸展、バランス、アップヒル傾向、真直性といった着眼点は中間と伸長で共通ですが、歩幅、及び馬体

のトップラインには明確な違いが求められます。軽快な弾み、後躯の良い踏み込みの中で、歩幅は伸展しているが前肢を前に伸ばし切らず、肢先の動きや頸から背中に至るラインに「丸み」が見られることが、中間歩度での良い評価を得るためのポイントです。



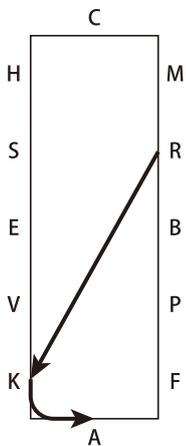
5.	VL	左へ直径10mの半巻き乗り
	LS	左へハーフパス
	SHGMR	収縮速歩

3に同じ



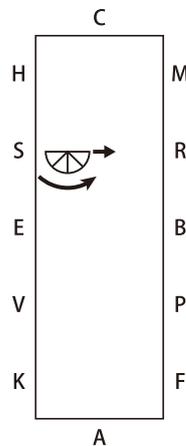
8.	S 手前	収縮常歩
	S	右へ回転
	IR 間	右へ半ピルーエット

第3課目の「ターン・オン・ザ・ホンチズ」に対し、より馬体の収縮度を伴い、バランスが高まって後肢の描く円がさらに小さくなるターンです。前進氣勢を諸関節の柔軟・屈曲に乗せていくことにより、活気ある躍動的なターンを目指しましょう。



6.	RK	斜め手前変換、中間速歩
	KA	収縮速歩

ポイント前にハーフホルトで馬の注意とバランスアップを促し、斜線上に馬体を真っ直ぐに誘導してから歩幅を伸展します。【徹底解説①参考】下方移行は手綱のみで行なうことなく、踏み込みを促す中でのシートによるバランスの戻しによって、動きが淀むことのない軽快な移行を目指しましょう。

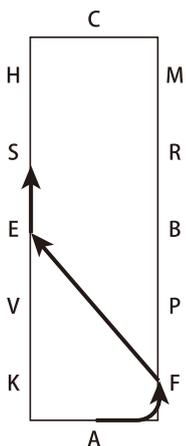


9.	IS 間	左へ半ピルーエット
----	------	-----------

8に同じ

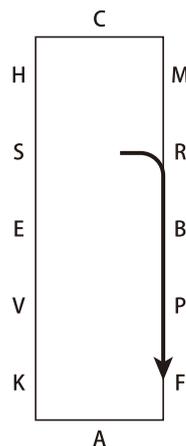
10.	SI (R) (S)	収縮常歩
-----	--------------	------

明確な4ビートを保ちつつ収縮度を高めることにより、歩幅は短縮して前肢の膝が持ち上がる「運歩の高揚」が見られることが高評価につながります。よくあるミスは、手綱を使いすぎて馬の背が使えなくなり、側対歩になったり緊張からジョギングが入ったりすることです。



7.	AF	中間常歩
	FLE	斜め手前変換、伸長常歩
	E(S)	中間常歩

常歩への移行で手綱を使いすぎることなく、バランスを保った柔らかい移行を行い、中間常歩では後肢の踏み込みを促しましょう。【徹底解説②参考】



11.	IR 間	右収縮駢歩で発進
	RF	収縮駢歩

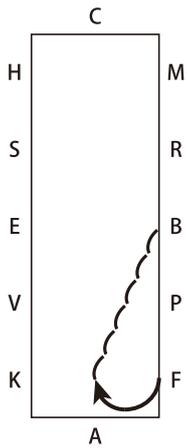
馬体の真直性に注意して、真っ直ぐ前に踏み出す駢歩発進をします。よくあるミスは、発進時に腰が入ったり、速歩をはさんだり、飛び出したりすることです。左右の脚扶助・手綱扶助のバランスに注意しましょう。

第7項目

伸長常歩 徹底解説 ②

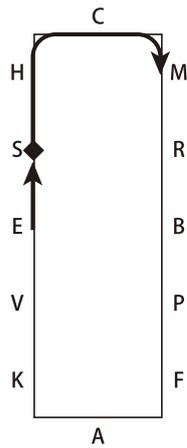
第3課目では「手綱を伸ばした常歩」でしたが第4課目からは「伸長常歩」になります。後肢がより体下に踏み込み、前肢の蹄跡を後肢の蹄が1~2蹄長分踏みこえる、「オーバートラック」状態を心がけましょう。常歩の間は、馬がサブルネスを示し背中が柔軟でクリアな4ビートを示し、後肢が活気とパワーを持って踏

み込んでいることが高評価につながります。良い状態の表現として「馬が目的地点に到着しようという明確な意図を示して活気良く行進していること」と言われますが、その反対に、蛇行したりコンタクトが一定しなかったり、あるいは頸を振ったりして、馬が「ふらふら散歩している」状態では評価が下がります。



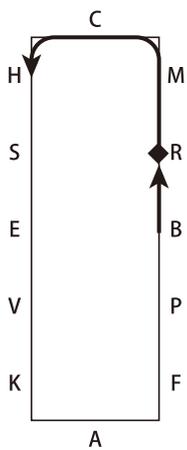
12.	FD	右へ直径10mの半巻き乗り
	DB	右へハーフパス

基本的な誘導は速歩と同じです。内方脚による推進気勢とリズム、インパルジョンの維持、外方扶助による斜線への方向誘導により、活発な側方運動を目指しましょう。駢歩ハーフパスの場合は肢の交叉はありませんが、一歩一歩しっかりと後肢が馬体を持ち上げるイメージの中で、軽快な前側方への動きがみられることが高評価につながります。



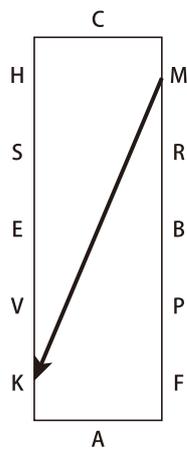
16.	ES	反対駢歩
	S	フライングチェンジ
	SHCM	収縮駢歩

13に同じ



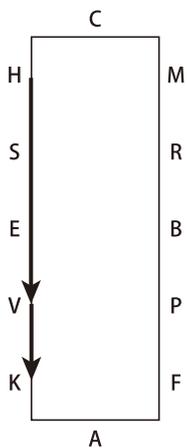
13.	BR	反対駢歩
	R	フライングチェンジ
	RMCH	収縮駢歩

蹄跡に着く少し前から馬体の屈曲を和らげ、反対駢歩はほぼ馬体が真直な状態で収縮とバランスを保ち、チェンジ前後も馬体がほぼ真直な体勢で扶助を与えて、馬が混乱なく理解し、新たなステップで踏み出せるようにしましょう。よくあるミスは、扶助の透過性不足による後肢の変換遅れや、変換後にバランスが乱れて前に走ってしまうことなどです。



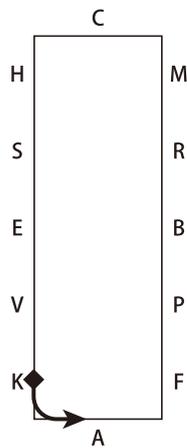
17.	MXK	斜め手前変換、伸長駢歩
-----	-----	-------------

馬体の伸展度合いと歩幅に中間駢歩との違いが明確に現れていると評価は高くなります。中間駢歩では馬の鼻先から背中、後駆に至るトップラインは丸みを有した中で歩幅が伸展しますが、伸長駢歩ではトップラインはより直線的に、前上方に向かって「矢が飛ぶ」ように伸展するイメージです。



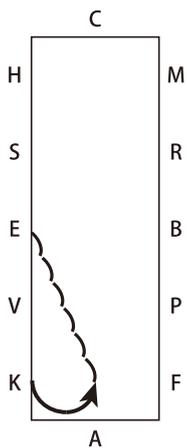
14.	HV	中間駢歩
	VK	収縮駢歩

中間速歩と同じように、ポイント前で軽いハーフホルトで馬の注意とバランスアップを促し、ポイントから明確に歩幅を伸展します。【徹底解説①参考】収縮駢歩への移行は急激な手綱の扶助を使うことなく、2～3歩でハーフホルトを繰り返すようなイメージで、バランスと活気を保った移行を目指しましょう。



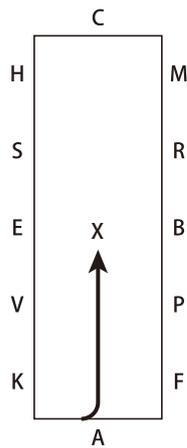
18.	K	収縮駢歩、フライングチェンジ
	KA	収縮駢歩

斜線上でバランスをキープして2～3歩で丁寧に収縮駢歩へ移行し、馬体を真直な状態にしてフライングチェンジをします。前のめりでなくアップヒル傾向にあり、前肢の振り出しの大きいチェンジが高評価につながります。フライングチェンジを蹄跡に入ってから、さらには隅角上で行なってしまうと、コントロール不足と見なされ評価は下がります。



15.	KD	左へ直径10mの半巻き乗り
	DE	左へハーフパス

12に同じ



19.	A	中央線に入る
	X	停止-不動-敬礼

		手綱を伸ばした常歩でAより退場
--	--	-----------------

スムーズに回転できるよう、A点前では正しくバンドを取りますが、その後はほぼ左右で均等な真直性を保ったまま停止します。急停止にならないよう、ハーフホルトからのバランスアップ→四肢がそろった停止の流れを意識しましょう。