

A MEIA - PARADA

Existem várias maneiras como executar a "meia-parada". Exemplificamos pela definição oficial do regulamento da FEI.

A "meia-parada" é quase invisível, simultânea em coordenação com o assento, pernas e mãos do cavaleiro, tendo como objetivo aumentar a atenção e equilíbrio do cavalo antes de executar algum movimento, ou de reunir, ou de preparar uma mudança de direção ou de andadura.

O centro de gravidade e o peso do cavaleiro é levado mais para os posteriores, com o engajamento dos mesmos, facilitando o equilíbrio e beneficiando a leveza dos anteriores.

Dependendo da sensibilidade do cavalo, a "meia-parada" pode ser feita somente com o peso do assento mais aprofundado na sela, contra o contato leve das duas mãos em passiva resistência. Não é um puxar ou encurtar de rédeas, mas sentir qual é o contato correto e se ele está equilibrado nos dois lados da embocadura. Normalmente a resistência de um lado só é provocada por algum problema nas costas ou nos posteriores.(Usa-se então uma ação maior de perna no lado em que o cavalo resiste).

A ação do assento (o osso do púbis e os dois da bacia) se aprofunda mais, os músculos da região lombar (da cintura) se ativam, as pernas pressionam mais, como querendo empurrar este movimento para dentro das mãos que resistem passivamente. Os ombros se posicionam um pouco mais para traz trazendo assim o centro de gravidade do cavalo para a sua parte posterior. (A sensação seria como se estivesse sentado em uma cadeira de plástico, e empurrasse o encosto para traz, sem deslocar seu assento).

A "meia-parada" não é longa (um galão de galope ou trote), e pode ser repetida em várias seqüências se o cavalo ainda não atende facilmente esta ajuda.

Após a "meia-parada", o cavaleiro deve lembrar de abrir levemente os dedos das mãos e aliviar sua ação de assento para o movimento fluir novamente para frente.

Esta ação é dada corretamente no instante antes que o posterior interno começa o seu movimento para frente (saindo do chão), isto tanto no trote como no galope – por isso é imprescindível que o cavaleiro saiba em que momento os membros do cavalo estão em que posição.

A intensidade da mesma depende de cada cavalo, cada estágio ou em cada situação, e esta sutileza depende da sensibilidade do cavaleiro.

O cavalo aceitará a "meia-parada" quando já tiver: colocação na mão, o dorso descontraído e atendendo relativamente as ajudas do cavaleiro - de outra maneira, ele

não terá preparação suficiente para aceitá-la e apresentará resistência principalmente nas costas - portanto para um cavalo iniciante, ainda sem dorso feito, o seu uso "demasiado" é prejudicial.

(Se o animal ainda está no estágio inicial, o cavaleiro não deve fazer o trote "sentado" e sim "elevado", portanto para regular a cadência ou a falta de ritmo nesta andadura se usa pressionar levemente as pernas e um fechar dos dedos das mãos.)

A "meia- parada" seria definida como se fosse:

Uma vírgula.
Uma breve pausa.
Um reequilíbrio, uma reorganização.
Um aviso que algo vai acontecer, ou novas ajudas virão.

"Importante é lembrar que na "meia-parada" o cavalo não deve perder sua impulsão, nem encurtar sua andadura ou embutir seu pescoço"

Em síntese: Todo cavalo deve aprender a manter "por ele mesmo" o ritmo que seu cavaleiro determinou.

Quando usar a meia-parada :

Nas **transições** (como preparação para um alto).
Quando há perda de **ritmo** (o cavalo corre).
Quando ele joga o **peso** sobre os anteriores (sobre as espáduas).
Quando se prepara um movimento **novo**.
Quando se quer **reunir** a andadura (depois de um alongamento ou depois de um salto).