

# O CEDER À PERNA

## O PRIMEIRO MOVIMENTO EM TRABALHO LATERAL

Este é o primeiro exercício, e o mais fácil, para ensinar o cavalo no trabalho em duas pistas, pois não exige encurvatura da coluna.

Sua iniciação só deve ser feita quando o cavalo já domina bem o trabalho em círculos grandes, meias voltas, com equilíbrio e cadência se apoiando corretamente nos dois lados da embocadura, conseguindo se sustentar e colocar seu peso nos posteriores.

Deve-se iniciar esta figura ao passo primeiramente, posteriormente ao trote elevado (de trabalho), para que o cavalo aprenda as ajudas e entenda o que lhe é solicitado, com calma e com tempo para assimilação.

O "ceder à perna" é um exercício feito normalmente em diagonais ou meias diagonais - o cavalo se desloca para o "lado e para frente", sempre paralelo ao picadeiro, cruzando os membros sem se tocarem. Há uma bem leve flexão de pescoço para o lado oposto ao qual ele marcha. Posteriormente este exercício pode ser feito na parede ou no círculo.

No "ceder à perna esquerda", o cavalo marcha para a "direita"; a perna esquerda do cavaleiro solicita o deslocamento lateral para a direita, a perna direita do cavaleiro mantém a impulsão, cuidando para que o cavalo não cruze demais os membros.

A rédea esquerda pede uma leve flexão para a esquerda, enquanto que a rédea direita mantém o equilíbrio da espádua e regula a posição do pescoço. O apoio nas rédeas deve ser igual.

O cavalo deve estar colocado na mão, pescoço redondo, sem tensões torções ou desequilíbrio no contato da embocadura.

Suas espáduas ficam livres e elásticas sem a interferência demasiada da mão do cavaleiro.

Este exercício propicia uma maior flexibilidade e atividade de espáduas (agora em movimento lateral), como a reunião dos posteriores, coordenação motora, melhorando também a cadência.

O cavaleiro mantém os ombros paralelos às espáduas do cavalo assim como a sua bacia paralela à dele, o seu peso está colocado na direção do movimento e a ação de pernas mais determinantes do que a ação das mãos. As mãos só impedem o movimento para frente quando o cavalo não permanecer em duas pistas.

O importante é o cavalo aprender o movimento lateral exigido pela ação da perna. Com o tempo ele conseguirá permanecer paralelo à parede, cruzando e avançando os membros sem dificuldade. Encontrando dificuldade, em qualquer ocasião, deve se diminuir as passadas (mais lentas), facilitando assim para o animal a compreensão e execução.

(Se o ginete tem dificuldade em manter os anteriores na diagonal, pode-se traçar uma linha na areia, por exemplo do canto do picadeiro até a letra X , como um traço de apoio).

### **Como praticar:**

Iniciar o exercício da seguinte maneira:

No picadeiro, pista à mão direita (por exemplo), tomar a linha do meio fazendo uma meia volta - assim que o cavalo estiver paralelo à parede, iniciar o movimento do "ceder à perna direita", isto é ele se desloca para a esquerda, cruzando e avançando os membros até chegar novamente à parede.

Naturalmente quanto mais fechado o ângulo, mais ele tem de cruzar seus anteriores e posteriores. Importante é o cavalo se movimentar livremente, lateralmente, permanecendo o corpo reto, paralelo à parede, com os anteriores levemente precedendo os posteriores.

Outro bom exercício é fazer o "ceder à perna" pela diagonal, em seguida avançar em linha reta, e seguir novamente em "ceder à perna".

A exigência é progressiva, pois no começo o cavalo só consegue aguentar algumas passadas neste movimento. Depois pode ser feito pela diagonal inteira quando o cavalo já consegue se manter por mais tempo sem perder a impulsão seu equilíbrio e descontração.

### **Efeitos:**

Exercício de descontração, principalmente das espáduas, produzindo elasticidade e equilíbrio.

O cavaleiro aprende a sentir como o cavalo movimenta as diferentes partes de seu corpo.

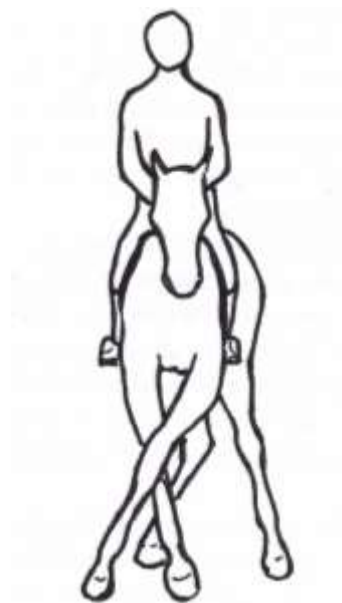
Aprende também a sustar o movimento para frente, agora se deslocando para o lado em coordenação com a ação da perna do cavaleiro.

## Defeitos:

O cavalo não mantém um bom contato na mão.  
Não mantém sua posição paralela à parede.  
Avança demais a garupa ou encurva demasiado o seu pescoço.  
Não mantém a constância do cruzamento dos membros.  
Cruza demasiado e não avança.  
Perde a fluência e impulsão.  
Corre para frente e se tensiona.



*Ceder à perna direita na parede diagonal*



*Ceder à perna esquerda pela direção à direita*