

## Ejercicios : Trabajo pie a Tierra – Semicírculo

El semicírculo es una continuidad lógica del Círculo. Es muy recomendable combinar los dos ejercicios desde el momento en que los realizáis correctamente. Se trata de hecho de un solo ejercicio, separado en dos partes para facilitar el aprendizaje al hombre o a la mujer de caballos, el caballo tiene más facilidad que nosotros.

El objetivo de este ejercicio es mejorar la movilidad del caballo, su capacidad de mover sus posteriores independientemente de sus anteriores.



Repite la operación hasta que el caballo se relaje, camine tranquilamente hacia una dirección u otra, liberando sus posteriores en un primer momento, luego basculando sus anteriores.

### P&R

Las preguntas son similares, intenta referirte a P&R del [Círculo](#).

*¿Qué hacer si mi caballo pasa detrás mío en lugar de cambiar de dirección?*

Esto quiere decir que necesitas trabajar más sobre el Círculo para habituarnos mejor a los movimientos y presentar las directrices claras. Siendo así, sé perseverante, aumenta la presión con el flag hasta que tu caballo cambie de dirección.

*¿Qué hacer si mi caballo no cruza correctamente sus posteriores?*

En este caso, olvida el cambio de dirección e insiste en la parte trasera hasta que tu caballo cruce los posteriores. Una vez obtenido, no cambies de dirección, retoma uno o dos círculos y retoma la progresión en línea recta.

### Posición

Antes de nada, posíciónate de la misma forma que para el ejercicio del Círculo. Empieza por señalar una dirección a tu caballo y déjale ir al paso en uno o dos círculos. Luego, cambia de dirección siguiendo una línea recta imaginaria a lo largo de la pista. Tú NO debes pararte.

### Seguridad

Sigue las mismas precauciones que para el ejercicio del Círculo.

Estáte atento, ya que vas a trabajar en movimiento, las cosas se aceleran y no debes perder el ritmo. Al principio, algunos caballos irán al trote o al galope, sin entender lo que se les pide. En este caso, asegúrate de preservarte dentro de la burbuja de protección, utiliza tu flag para empujarle suavemente si tu caballo se acerca demasiado. Al mismo tiempo intenta que su cuerpo permanezca flexionado sobre el círculo, ilos posteriores quedando a una buena distancia!

Un último consejo: si pierdes el ritmo o las cosas se aceleran demasiado a tu parecer, retoma otro ejercicio más fácil para ti y para tu caballo, como el trabajo a la cuerda por ejemplo.

### Desarrollo

Una vez que tu caballo camina alrededor tuyo, imagina una línea recta sobre la que vayas a avanzar. A medida que vas avanzando, haz cambiar de dirección a tu caballo al final de cada semicírculo. De la misma forma que se ha practicado anteriormente en los ejercicios trabajo a la cuerda y el Círculo, debes girarte hacia la cadera de tu caballo para hacerle cruzar los posteriores bajo su masa, y pivote sobre sus anteriores.

Una vez que el caballo ha despejado su parte trasera sobre un cuarto de círculo, señala la otra dirección y empuja suavemente su parte anterior con el flag hasta que bascule los anteriores, todo pivotando sobre sus posteriores. De ahí, envíale sobre un semicírculo en esta nueva dirección.

