

## 23. UPPSITTNING

### UTSEENDE

Ryttaren ska sitta upp på hästen på jämn mark i en tydligt markerad cirkel med diametern 2,5 meter. **Flaggorna ska placeras diametralt.** Hästen ställs i cirkeln. Uppsittning kan ske från vänster eller höger sida eller valfri sida (vilket anges på banskissen). Det är **inte** tillåtet för ryttaren att hoppa upp på hästen. **Tidtagningen** startar när hästen/ryttaren sätter första hoven/foten i cirkeln och avslutas efter uppsittning, när ryttaren har båda fötterna i stigbyglarna. Ryttaren har 20 sekunder på sig att avsluta uppgiften. **Bedömningen** börjar när ryttaren lyfter sin första fot för att sitta upp. Uppsittningen anses som genomförd när ryttaren har båda fötterna i stigbyglarna. Hästen ska stå orörlig under uppsittningen.

Snurrade stigläder = 1 straffpoäng.

Överskriden tid = 1 straffpoäng per påbörjad sekund.

Ryttaren kan rida eller leda hästen in i uppgiften. Pall är tillåten.

Stigbyglarna måste vara uppsatta eller korsade över sadeln om ryttaren leder in hästen i cirkeln.

Tyglarna får ligga på manken när ryttaren leder in hästen.

### UTRUSTNING

- 1 röd flagga
- 1 vit flagga
- 1 nummerskylt
- Material för markering av cirkel
- 1 stoppur



### MÅLSÄTTNING

**Sitta upp på hästen utan att denne rör någon av sina fyra hovar.**

**EFFEKTIVITET** – följande ger fel

#### Före uppgiften

- Varje utbrytning
- Varje korrigerad felridning
- Varje ryggning
- Varje vägran
- Varje volt

#### Inne i uppgiften

- Varje steg hästen tar

Vägen fram till uppgiften bedöms och ger fel i Effektivitet.

**STIL** – följande ger fel

- Ryttaren dunsar ner i sadeln
- Ryttarens fot vidrör hästens bakdel
- Snurrade stigläder

### STRAFFPOÄNG

- Hov på eller utanför cirkeln
- Brutalitet, grova ryttarhjälp
- Tyglarna rör marken
- Ej upplagda stigbyglar (om hästen leds in)
- Varje sekund över tidsbegränsning