

TOP 4 COMPETIDOR EXTRAORDINÁRIO

Esteja certo de que quanto maior for o seu conhecimento a respeito dos cavalos, maiores serão as suas chances de sucesso.

NÃO OBSTRUA A ESCÁPULA

A escápula é um osso que fica na paleta. Quando seu cavalo joga a mão para frente, ela vai para trás. Quando colocar a sela, verifique se ela prende o movimento da escápula e coloque-a um pouco para trás. Pressionar a escápula causa dor, faz encurtar as passadas e pode causar lesões.

SOBRE ENGAJAR

Existem conjuntos de músculos responsáveis por vários movimentos. Para engajar (apoiar posteriores) o cavalo usa a força dos músculos da parte inferior do pescoço e inferior do tórax. Para executar essa força ele estica seu pescoço e focinho.

FOCO = OLHOS TREINADOS

Não é possível focar sem olhar para seu objetivo. O cérebro aciona o seu corpo para seguir para onde você olha. Experimente dirigir a 120 km/h olhando para o capô do seu carro. Só dá certo quando você olha lá na frente.

O PODER DA SUA MENTE

A força da mente é soberana. Estudos mostraram que somos capazes de aumentar nossa massa muscular apenas com exercícios mentais. Visualizando e sentindo os movimentos. Você não imagina como um trabalho mental correto pode encurtar o seu caminho até seu objetivo no tambor!.