



Konditionstraining

Bahnlängen: **526 m Rennbahn**
 135 m Dressurviereck
 60 m Wellenbahn

660 m große Runde
580 m über Wellenbahn

Klasse E bis A

10 bis 15 Min. Schritt und Klettern

10 Minuten Trab 240 m/Min. 4 Runden Rennbahn mit Wellenbahn = 2.364 m

4 - 5 Min. Schrittpause

5 Minuten Galopp 400 m/Min 3 Runden komplette Rennbahn = 2.000 m

10 Minuten Trab 240 m/Min. 4 Runden Rennbahn mit Wellenbahn = 2.364 m

10 bis 15 Min. Schritt

Klasse L

10 bis 15 Min. Schritt und Klettern

10 Minuten Trab 240 m/Min. 4 Runden Rennbahn mit Wellenbahn = 2.364 m

4 - 5 Min. Schrittpause

6 Minuten Galopp 520 m/Min 4,5 Runden komplette Rennbahn = 3.100 m

10 Minuten Trab 240 m/Min. 4 Runden Rennbahn mit Wellenbahn = 2.364 m

10 bis 15 Min. Schritt