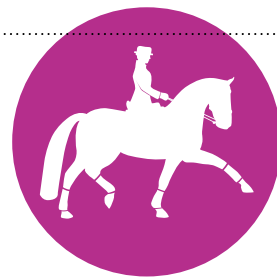




Z KLUSEM można zrobić wszystko...



SERIA! POPRAWIAMY JAKOŚĆ CHODÓW

1. Z klusem, można zrobić wszystko
2. Step i galop – wspólny mianownik

NASZ EKSPERT



DOROTA URBAŃSKA

Z wykształcenia lekarz weterynarii oraz trener II klasy. Czynny zawodnik dyscypliny ujeżdżenia KS Master Film. 15 razy na podium MPMK w różnych kategoriach wiekowych. Sędzia II klasy w skokach i ujeżdżeniu.

www.dorotaurbanska.pl

Jak wygląda dobry ktus? Na czym polega odpowiedni ruch konia? Co możemy zmienić, a z czym należy się pogodzić? Jakie ćwiczenia stosować, aby poprawić jakość ktusa? Dowiedcie się już dziś z porad naszego eksperta!

Wielokrotnie właściciele koni, prosząc mnie o trening ujeżdżeniowy podopiecznych, zaznaczali, że wierzchowiec ma wspaniały ruch – mając, oczywiście, na myśli ładny ktus.

Przyjęło się uważać, że koń skokowy powinien dobrze galopować, a koń ujeżdżeniowy – ładnie klusować, przy czym często pod tym pojęciem ludzie rozumieją efektywną akcję przednich nóg, czyli mówiąc potocznie – „ładne machanie nogami”. Nic bardziej mylnego!

Rzeczywiście dobrze, kiedy koń posiada naturalny, bardzo dobry ktus. Jednak należy pamiętać, że na czworoboku prezentuje się on w trzech chodach... a nawet, im trudniejsze konkursy, tym coraz więcej elementów wykonuje się w galopie. Tymczasem ktus, choć ważny, jest tym chodem, który dzięki umiejętnej i systematycznej pracy można wyraźnie zmienić i poprawić.

A więc do roboty!

PRZEJŚCIA, PRZEJŚCIA, PRZEJŚCIA...

Bazą do rozwoju jest ktus roboczy. Koń w tym chodzie powinien poruszać się w równowadze, być postawiony na pomoce, elastycznie i regularnymi krokami podążać naprzód. Jednak aby poprawić jakość ktusa, będziecie musieli poprawić podstawienie waszego konia.

Stosujcie liczne przejścia z ktusa do stępa i ponowne, aktywne ruszanie do ktusa. Dbajcie, aby koń pozostał na lekkim kontakcie oraz szybko reagował tylnymi nogami na popędzające pomoce łydką – to pomoże wam uzyskać większe podstawienie zadu. łydka musi zadziałać szybko – szybciej niż dotychczasowy rytm kroków ktusa waszego konia.

Powtarzajcie te przejścia wielokrotnie, szukając uczucia, że całego konia – od ucha do ogona – macie „pod sobą”, siedzicie dokładnie „pośrodku” konia. W ten sposób zyskacie większą kontrolę nad aktywnością tylnych nóg wierzchowca. Ćwiczenie poprawia też przepuszczalność konia, uwalnia go na pomoce i zwiększa jego uważność i koncentrację.

Kolejnym ćwiczeniem będą przejścia z galopu do ktusa. Kiedyś znany szkoleniowiec zwrócił moją uwagę na pierwszy krok ktusa w dobrym przejściu galop-ktus. Koń wtedy pokazuje swoje możliwości – jakim chodem będzie poruszał się, jeżeli nauczymy go chodzić w zebraniu i balansie. Jeżeli oczywiście będziemy potrafili go tego nauczyć...

ODNAJDŹ RYTM

Istotną umiejętnością w tej pracy jest znalezienie najlepszego rytmu dla waszego podopiecznego w danym chodzie. Będzie to indywidualny rytm dla każdego konia i wraz z poprawą stopnia zebrania, będzie ulegał on drobnej zmianie.

Prócz licznych przejść, które wykonujemy w obrębie chodów step-ktus-galop, bardzo cennym ćwiczeniem są zmiany aktywności w obrębie ktusa. Wielokrotne skrócenia tego chodu, z zachowaniem tego samego rytmu, ze szczególnym uwzględnieniem aktywności zadu, pomogą koniowi przenieść ciężar ciała bardziej na zad. Dzięki temu uzyskamy swobodniejszy przód, który zacznie poruszać się coraz bardziej wyniosle i efektywnie. Poprzez liczne skrócenia i szybkie dodania wymagamy od konia dobrych, szybkich odpowiedzi na półparadę.

Niezależnie od skróceń i poszerzeń wykroku na linii prostej warto

Z ŻYCIA WZIĘTE

Wiele lat temu obserwowałam na zawodach rozprężenie Magdy Misztal-Kaweckiej. Jeździła na gniadoszu o bardzo przeciętnym, nieefektywnym klusie. W pewnym momencie musiałam wyjść na 10 minut z hali, a kiedy wróciłam, pomyślałam, że zawodniczka zmieniła konia podczas mojej nieobecności. „Nowe” zwierzę poruszało się fantastycznie! Koń klusował z gracją, wyniosłością i elastycznością – to nie mógł być ten, na którym widziałam ją ledwie chwilę wcześniej! Zrobiłam więc małe śledztwo, i okazało się, że... pani Magda miała tylko jednego konia, na którym startowała. Kilka lat później zdobyła z nim srebrny, a potem złoty medal Mistrzostw Polski.

To uświadomiło mi, jak wiele można zrobić z klusem dzięki prawidłowej pracy ujeżdżeniowej.

Przez lata szukałam metod szkoleniowych, które pozwalają tak rozwinąć chody konia. To część zadań szkoleniowca, która najbardziej mnie fascynuje – tak pracować z koniem, aby przypadkowy obserwator stanął i zachwyił się, westchnął: „To przyjemność patrzeć na tak lekko, z gracją i efektywnie poruszającą się parę”.

Dziękuję Salonowi Koński Świat za stroje oraz Stajni Chojnów za udostępnienie obiektu do zdjęć. Zdjęcia: Paulina Peckiel



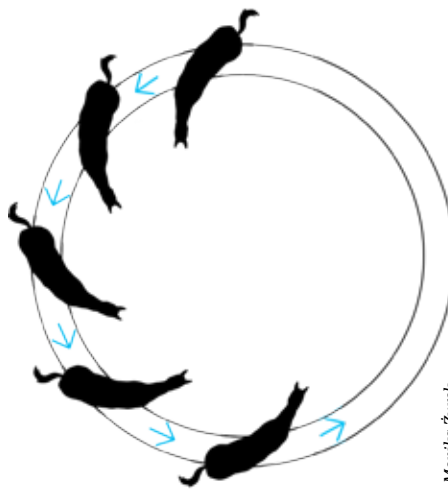
Bis Balisco, wł. Aneta Koźniewska. Kłus roboczy (po lewej) oraz zebrany (po prawej).



przyswoić sobie żelazną zasadę dotyczącą prowadzenia konia przez narożnik. Każdy narożnik jest pretekstem do poprawy zebrania naszego podopiecznego oraz zwiększenia zaangażowania zadu. A stąd już mały krok do poprawy jakości kłusa.

USTĘPOWANIE ZADEM NA KOLE

Im lepsza giętkość boczna konia, tym większa jego plastyczność i łatwiejsza kontrola nad aktywnością tylnych jego nóg... i tym łatwiej o poprawę jakości ruchu w kłusie.



Rys. Monika Żurek

Tutaj chciałabym wam zaproponować element polegający na poprowadzeniu przodu i zadu konia po innych promieniach koła. Spotkałam się z różnym nazewnictwem tego ćwiczenia. Od skrzyżowania zadem, przez ustępowanie od łydki na kole lub po prostu komendę „wyrzuć mu zad” – jednak za każdym razem chodzi o to samo. Cała filozofia tego elementu polega na fakcie, że koń idący zadem po większym promieniu koła w porównaniu z przodem musi wykonać większą pracę tylnymi kończynami, czyli zaangażować zad.

Jeżeli prosimy konia o skrzyżowanie tylnych nóg, namawiamy go do zaangażowania wewnętrznej tylnej

kończyny. Koń musi głębiej wkroczyć pod kłode i zmobilizować się do większego zgięcia stawów. To nic innego, jak praca gimnastyczna nad zebraniem.

Jadąc po kole, wykonaj półparadę, po czym równocześnie wewnętrzną łydką przesunij zad konia na zewnątrz, jakby na większe koło, a przód prowadź po dotychczasowym (mniejszym). Można dodatkowo łopatki (obiema wodzami) wstawić na troszkę mniejsze koło. Dużą rolę odgrywa tutaj prowadzenie konia na zewnętrznej wodzy, aby nie pozwolić „uciec” na zewnątrz końskim łopatkom.

pod tytułem „Uwielbiam ustępować”. Następnie wprowadź konia z powrotem na tor koła. Gdy dobrze opanujesz taki wstęp, możesz poprosić o kilka kroków ustępowania od łydki na kole w stępie. Gdy to wychodzi ci równie dobrze – tak samo pracuj podczas kłusa. Jest to doskonałe ćwiczenie do zastosowania podczas codziennego rozprężenia.

CAVALETTI, CZYLI JAZDA PO KOZIOŁKACH

To jedna z najlepszych metod stosowanych na co dzień, dająca poprawę jakości kłusa.

Zdjęcie prezentuje ustępowanie od łydki na kole. Zwróć uwagę na zadnią prawą nogę konia – jak głęboko wchodzi pod brzuch konia, wyraźnie krzyżując się ponad zewnętrzną tylną nogą wierzchowca.



For Compliment, wł. Adam Rutkowski. Po lewej kłus na początku pracy, po prawej kłus w zebraniu.



Pamiętaj!

NIE WYMAGAJ OD KONIA DŁUGOTRWALEJ PRACY W ZEBRANIU, DOPÓKI NIE BĘDZIE DO TEGO PRZYGOTOWANY.

Dobra odpowiedź na wewnętrzną łydkę powinna spowodować skrzyżowanie wewnętrznej tylnej kończyny względem zewnętrznej tylnej oraz zgięcie boczne (uczucie wklęsłego wewnętrznego boku konia pod łydką).

Początkowo dobrze jest poprowadzić to ćwiczenie w stępie, jadąc po kole, gdzie co kilkanaście kroków prosimy konia o kawałek zwrotu na przodzie ze stępa (2-3 kroki) – patrz www.dorotaurbanska.pl, artykuł

Prawie każdy, kto kiedyś obserwował konia poruszającego się na cavaletti, był zaskoczony – to mój koń może tak pięknie iść, tak wysoko prowadząc nogi...? No tak, ale jedynie nad drągami. Każdorazowe przejście nad wyżej zawieszonymi koziołkami namawia naszego konia, aby mocno gimnastykował wszystkie stawy kończyn i pracował w rozluźnieniu grzbietem. Ja najchętniej stosuję drążki zawieszane na wysokości około 20 cm nad ziemią w odległości 130-140 cm (należy indywidualnie dopasować do

REKLAMA



Najszerza oferta na rynku!

Wiaty



Stajnie



System „Full Open” - ściany przesuwane



607855283



d.f@cld.com.pl
www.cheval-liberte.com



Nelson na początku rozprężenia (po lewej) i podczas pracy w zebraniu (po prawej).



konia). Bardzo ważną zasadą jest to, aby koń nie pędził po koziołkach, a dość wolno je pokonywał. Dzięki temu będzie mógł efektywnie zgiąć wszystkie stawy nóg, a grzbiet zapracuje elastycznie.

Warto poświęcić czas na nauczenie konia spokojnego i pracowitego pokonywania tego ćwiczenia gimnastycznego i stosować je jak najczęściej, a na pewno przyniesie ono waszemu wierzchowcowi wiele pożytku.

KRÓTKIE ODCINKI

Kiedy już zrobicie 1000 przejęć z chodu do chodu oraz kolejne 1000 skręceń na kilka kroków i dodaj w klusie, wasz koń będzie łatwo i płynnie wykonywał ustępowanie od łydki na kole, a pokonywanie coraz dłuższych i wyższych cavalletti zacznie przychodzić mu z łatwością to... z pewnością już zaczął poruszać się znacznie lepszym klusem, w porównaniu z tym, którym jeździliście na początku pracy nad tym chodem. Jednak kiedy prawdopodobnie co jakiś czas poczujecie, że wasz konik idzie jakoś tak wyjątkowo elegancko, z gracją i elastycznie – nie proście go, aby pracował tak bite 40 minut! Praca w zebraniu i prezentowanie efektownego, dobrego klusa jest bardzo wymagające i męczące dla konia.

Pamiętajcie jednak, że na każdym etapie wyszkolenia musimy pracować w klusie nad regularnością, elastycznością, rozluźnieniem grzbietu i podstawieniem zadu. Zwracajcie uwagę, czy przedramiona kończyn przedniej i tylnej pracują równolegle.

Cieszcie się początkowo tylko krótkimi odcinkami klusa w wysokim zebraniu, pamiętając, że nic tak nie motywuje konia do dalszego starania się, jak nagroda – choć dobre słowo, poklepanie, czy odpoczynek potrafią zdziałać cuda.

Powodzenia w pracy!

Praca na cavaletti urozmaica trening, jednocześnie będąc doskonałą gimnastyką dla konia.



WYRZUĆ SWÓJ STARY KASK! Czas na nową technologię!



HOMOLOGACJA CE VG1

KASK POKRYTY CZARNĄ MIKROFIBRĄ Z LAKIEROWANĄ WSTAWKĄ



KASK POKRYTY GRANATOWĄ MIKROFIBRĄ ZE WSTAWKĄ GLITTER



KASK Z POLIWĘGLANU Z LAKIEROWANĄ WSTAWKĄ

Najnowsze kaski Tattini przeszły wymagające testy homologacyjne i otrzymały certyfikat CE VG1 (obowiązkowy) oraz brytyjski PAS 015. Są wyjątkowo komfortowe dzięki nadzwyczajnej lekkości i optymalnej wentylacji. Trzy podstawowe rozmiary oraz unikatowy system regulacji pozwalają idealnie dopasować kask do każdej głowy. Wewnętrzne poszycie z materiału Coolmax gwarantuje optymalny przepływ powietrza. Można je odpiąć i uprać.

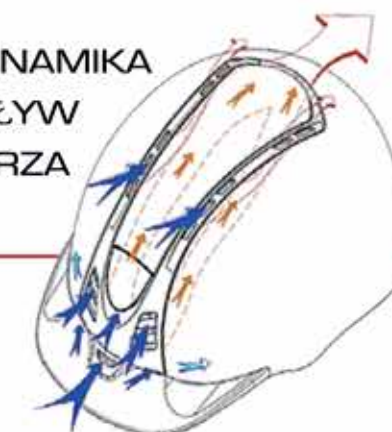
WYMIENNE WSTAWKI



GRANATOWA GŁADKA - CZARNA GLITTER - SREBRNA GLITTER - Z FLAGĄ WŁOSKĄ

WEWNĘTRZNE POSZYCIE, ODPINANE I NADAJĄCE SIĘ DO PRANIA

AERODYNAMIKA I PRZEPŁYW POWIETRZA



WWW.TATTINI.IT
TEL +39 0743 23 23 1
06049 SPOLETO ITALY
INFO@TATTINI.IT

