

Galop rechtsom en linksom

De galop is de derde gang van het paard, na stap en draf, en voelt heel anders aan dan de stap en de draf. Om weg te stappen geef je een zacht duwtje met beide benen en om aan te draven doe je dat ook. De hulp voor galop werkt net een beetje anders. Dat komt omdat het paard een linker galop heeft om linksom te galopperen en een rechter galop heeft om rechtsom te galopperen. Om het verschil daartussen te kunnen zien moet je weten hoe het paard beweegt in galop. De galop kent drie fasen en een zweef moment waar alle benen van de grond zijn. Je kunt dit ook horen als een paard langs komt galopperen.



Rechtergalop



Linkergalop

Bij de linker galop is het rechter achterbeen het afzetbeen, dit wordt als eerste neergezet door het paard. Dan volgt de diagonaal linksachter, rechtsvoor. Het linker voorbeen stapt het verst naar voren en wordt als laatste neergezet. Bij de rechter galop is dat precies andersom. Als je langs de schouder kijkt van het paard tijdens de galop kun je zien welk been het verst naar voren wordt gezet. Gaat het binnen voorbeen verder naar voren dan het buiten voorbeen? Dan zit je in de goede galop! Als je veel geoefend hebt wordt je steeds beter in het herkennen van de verkeerde en de goede galop en kun je dit zelfs gaan voelen. Je hoeft dan niet meer naar beneden te kijken.

Aangalopperen wordt in de les meestal gedaan in de bocht van de rijbaan. Het paard kijkt dan namelijk al de goede kant op en het geven van de hulp zorgt vaak al voor de goede galop. De beenhulp die je voor de galop geeft is iets anders dan voor draf en stap. Je houdt je binnenbeen op de normale goede plek en legt je buitenbeen iets naar achteren. Je brengt je binnenhand iets van de hals af en geeft een klein beetje ruimte met beide teugels zonder het contact te verbreken. Nu drijf je met beide benen. Omdat je paard begint te galopperen met het buiten achterbeen geeft je buitenbeen net een beetje meer druk zodat je paard snapt met welk been het moet beginnen.

Blijft het paard toch verkeerd aanspringen kijk dan of je goed de stelling aangeeft bij het paard. De stelling is het licht naar binnen laten kijken van het paard en de buiging is dat het lichaam licht gebogen is om je binnenbeen. Let er op dat je het paard goed mee laat kijken in de bocht maar pas op dat je niet aan de binnenteugel trekt. Eenmaal in de goede galop aangesprongen voelt deze beweging als een grote golfbeweging. Houd bij de eerste paar keren jezelf vast aan het zadel zodat je niet aan de teugels gaat hangen. Zo kun je rustig wennen aan de golvende bewegingen van een galopperend paard.

Tijdens het galopperen is het de bedoeling om rechttop in het zadel te blijven zitten. Hoe beter je lichaam meebeweegt met het paard hoe makkelijker je blijft zitten. Probeer zo te zitten dat als het paard zou worden uitgegumd, je op de grond staat en je niet voorover of achterover valt. Zo kun je

het beste in het zadel blijven zitten en heeft het paard het minst last van je. Ontspan hierbij wel en houd je knieën tegen het zadel aan zonder te knijpen. Om terug te gaan naar draf stop je met meebewegen en geef je lichte druk op beide teugels. Bereid jezelf goed voor op de overgang terug naar draf. Er zit veel verschil in de beweging dus het is even oefenen om meteen weer goed mee te bewegen met de draf.