

Hulpen

Beenhulpen

De beenhulpen zijn erg belangrijk bij het bepalen van het tempo en het buigen van het paard op bijvoorbeeld de volte. Met beide benen lichte druk geven tegen de buik betekent dat het paard vooruit moet gaan. Een been iets naar achteren betekent dat je opzij wil en kan ervoor zorgen dat de achterkant van het paard niet uitzwaait. Als het paard goed is opgeleid zal het al reageren op lichte beenhulpen van de kuit. Sommige paarden hebben veel verschillende ruiters en dan moet je soms wat duidelijker de beenhulpen geven.

Als je de beenhulp duidelijker wil geven mag je niet gaan schoppen, je knieën moeten soepel tegen je zadel aan blijven liggen. Ga niet constant beenhulpen geven aan je paard, je geeft de hulp en verwacht reactie. Sommige mensen geven constant beenhulpen waardoor een paard gewend raakt aan het steeds voelen van beendruk en daardoor niet meer zo goed zal reageren op een beenhulp. Hoe beter je leert rijden hoe beter je leert je beenhulpen op een juiste manier te geven. Je zult gaan merken dat je dit beter leert en dat het paard dan beter reageert.

Gewichtshulpen en zithulpen

De manier waarop je op het paard zit geeft al veel door aan wat je van het paard verwacht. In combinatie met een teugelhulp en een beenhulp kun je bijvoorbeeld afwenden. Kijken in de richting waar je heen wil is een gewichts- en zithulp. Het is niet de bedoeling dat je helemaal scheef gaat hangen omdat je een bepaalde kant op wil. Iets meer gewicht op een van de zitbeenknobbels is al voldoende om bij het paard aan te geven wat je wil. Tijdens het maken van een overgang naar stap geef je ook een zithulp, je maakt jezelf lang en stopt met meebewegen zodat het paard voelt dat hij langzamer moet.

Teugelhulpen

Net als met de beenhulpen kun je met de teugelhulpen veel duidelijk maken. Op beide teugels druk geven betekent voor een paard dat hij langzamer moet of moet halthouden. Om een paard te sturen leg je een teugel tegen de hals en breng je een teugel van de hals af. Zo geef je het paard ook een goede buiging in de hals. Als je het zo bekijkt lijkt het eigenlijk alsof je alles met teugelhulpen kunt doen en de andere hulpen niet meer nodig hebt. Dat is echter zeker niet zo! Het paard heeft een erg beweeglijke hals en kan zijn hals helemaal buigen en toch rechtdoor blijven lopen. Het gebruik van alle hulpen is dus erg belangrijk. Daarnaast hebben teugelhulpen al snel een remmende werking voor een paard. Hoe beter je leert rijden hoe beter je leert om met zo klein mogelijke teugelhulpen te werken, zo rem je het paard het minst in zijn beweging.

Het allerbelangrijkste is dat je beseft dat je altijd voorzichtig moet zijn met je teugelhulpen. Doordat de teugels aan het bit in de mond van het paard vast zitten is het paard erg gevoelig voor de teugelhulpen. Ruw trekken aan de teugels doet het paard pijn in de mond. Het is de bedoeling dat je goed mee veert vanuit je armen zodat het contact met de mond zacht is en zacht blijft. Dat kun je doen door de teugels op maat te nemen tot je voelt dat je contact hebt via het bit met de mond. Voornamelijk in stap en in galop beweegt een paard veel met het hoofd. Beweeg je armen op zo'n manier mee dat je niet voelt dat er meer druk op de teugels komt maar ook dat er geen boogjes in de

De buitenkuit ligt achter de singel



teugels komen. Je probeert de teugels op dezelfde lengte te houden met constant zacht contact met de mond.

Als het paard lekker ontspannen gaat lopen, geeft dit ook in je hand een zeer prettig gevoel. Teveel beweging in de handen is heel erg vervelend voor een paard, zagnende teugelhulpen zijn absoluut niet toegestaan! Het is ook erg belangrijk dat als je druk geeft op de teugel, je daarna ook weer ontspant en de handen en armen terug brengt in de basispositie. Dit noemen we het vragen en daarna toestaan met de hand.

Overige hulpen

Er zijn nog meer manieren om een paard te laten lopen zoals jij wil dat hij loopt. Vooral bij het aanleren van nieuwe dingen bij een paard, zijn stemhulpen erg handig. Sommige paarden reageren heel goed op stemhulpen. Er zijn zelfs lespaarden die reageren op de stem van je instructeur. De meeste paarden kennen de stemhulp 'ho' en 'terug'. Om een paard voorwaarts te krijgen kun je met je tong klikken. Probeer er wel op te letten dat dit geen gewoonte wordt. Tijdens de wedstrijden mag je namelijk geen stemhulpen gebruiken en het klikken met je tong valt onder de stemhulpen. Het kan ook vervelend zijn voor andere ruiters in de baan als hun paard reageert op jouw stemhulp.

Een zweep is eigenlijk een ondersteuning van de beenhulp. Als je merkt dat er echt geen reactie komt op je beenhulp dan kun je een tikje geven achter je kuit. Een zweep is echter absoluut niet bedoeld om een paard te straffen! Sporen kunnen ook gebruikt worden als versterking van je beenhulp. Sporen mag je echter pas gebruiken als je een volledig onafhankelijke zit hebt en controle hebt over je beenligging. Zo voorkom je dat je het paard per ongeluk prikt in de buik met je sporen. Voordat je sporen gaat gebruiken vraag je dit altijd eerst aan je instructeur!

Een paard kan alleen dan ontspannen als de ruiter het paard niet hindert!