

# VOLTESKIFT

## *og hesten på et lige spor*



Når hesten skal trænes i at gå korrekt på lige spor, kan det hjælpe at placere to bomme på jorden, som vist på billedet.

Når man træner den unge springhest, er det vigtigt, at man altid har fokus på det basale. **Det handler ikke om at springe højt i den daglige træning, men om at træne forskellige ting, som gør det nemmere at ride hesten**, når man kommer til stævne. Det fortæller Christian Tang Nielsen, som i denne artikel kommer med flere springøvelser, han selv bruger til sine unge heste

TEKST OG FOTO: ANNIKA KNUDSEN LORENTSEN, AKL@RIDEHESTEN.COM

Christian Tang Nielsen er efterhånden meget erfaren indenfor træning af ungheste, og det er lykkedes ham at kvalificere hele fire heste til det kommende unghestechampionat i forbindelse med Dansk Varmblods Hingstekåring. Lige nu er forberedelserne i gang, og i denne artikel deler Christian ud af nogle af de springøvelser, han bruger meget til sine unge heste såvel som ældre. Øvelser som er med til at forbedre rideligheden hos hesten.

### Bomserie på jorden er en god start

Når man begynder sin springtræning, er det altid en god ide at starte stille ud og forberede hesten på, hvad den skal i gang med.

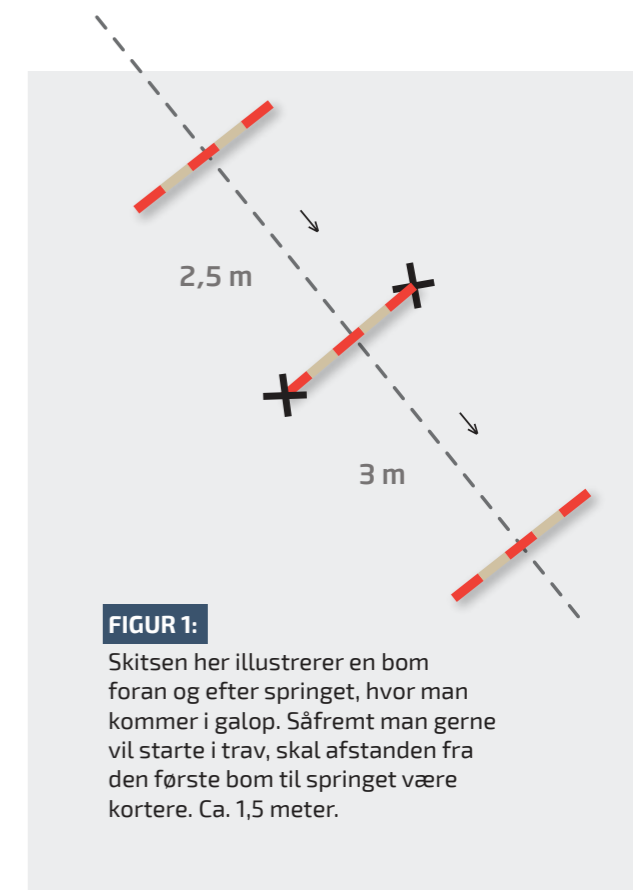
– Jeg synes, at det fungerer rigtig godt at starte med at trave over nogle bomme i en serie med 4-5 stk. På den måde kommer hesten stille i gang, får opvarmet krop og muskler og bliver samtidig opmærksom på, hvor den placerer sine ben, fortæller Christian, som altid træner for, at hesten skal blive klogere, så den bliver lettere for rytteren at ride rundt på.

### Brug bomme før og efter en forhindring

En af de ting, Christian fremhæver, er brugen af bomme før og efter en forhindring. – Særligt med de unge, kan jeg godt lide at starte med at have en bom før og efter springet, fordi man på den måde hjælper dem til at vurdere deres afsæt og landing. Jeg synes, det kan være en rigtig god ide i starten at trave til springet med en travbom foran, særligt hvis det er en lidt frisk hest, som har brug for at få lidt ro på, inden man rigtigt går i gang.

I figur 1 illustreres det, hvordan en bom både før og efter forhindringen kan placeres. Såfremt man kommer i trav, skal afstanden mellem bommen foran og efter forhindringen være kortere, end hvis man kommer i galop.

– Når man bruger bommene på jorden, hjælper man hesten godt i gang og giver den muligheden for selv at vurdere, hvad der er det korrekte afsæt på en forhindring.



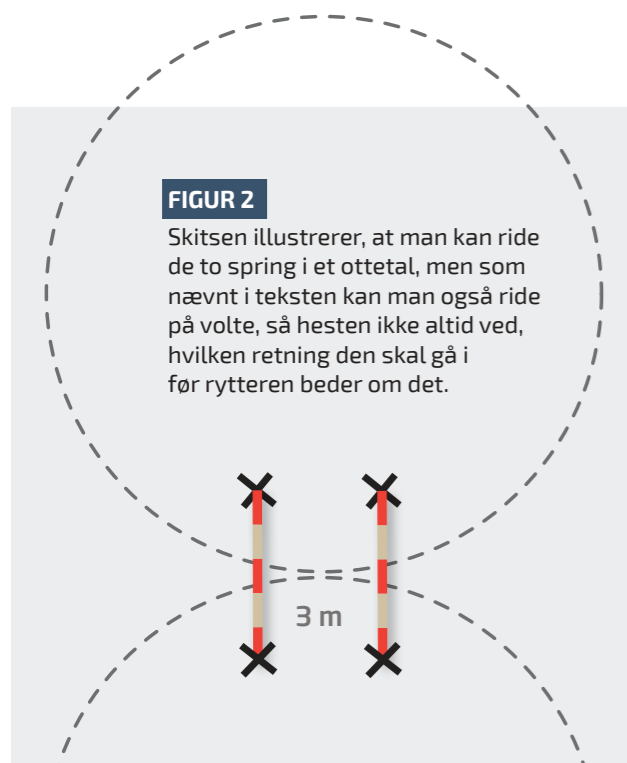
FIGUR 1:

Skitsen her illustrerer en bom foran og efter springet, hvor man kommer i galop. Såfremt man gerne vil starte i trav, skal afstanden fra den første bom til springet være kortere. Ca. 1,5 meter.



Jeg synes personligt, at det er vigtigt, at man nærder de forskellige ting med de unge heste fra starten

CHRISTIAN TANG NIELSEN



Det kan være en god start på en springtræning at trave hesten over bomme.

### Tempospring i ottetal

En anden mindre øvelse, som Christian fortæller, at han bruger meget, er at ride to små forhindringer i en tempserie på midten af banen (se figur 2).

– Når man rider over disse to forhindringer, som man også kan vælge bare at lade være en forhindring, hvis man er mere tryk ved det, træner man hele tiden hesten i at lytte til rytteren. Jeg foretrækker, at man varierer, om man rider den samme vej rundt i landingen, og om man skifter volte. Når man rider forhindringerne flere gange i et ottetal eller på volte samt skifter mellem de to ting, skal hesten hele tiden lytte til rytteren for at vide, hvad den skal gøre. Det er vigtigt, at hesten lærer, at den skal lande i balance til den side, som rytteren giver signal til og ikke bare selv beslutter, hvad den vil.



Vi træner for, at hesten skal blive klogere, så det bliver lettere for rytteren

CHRISTIAN TANG NIELSEN

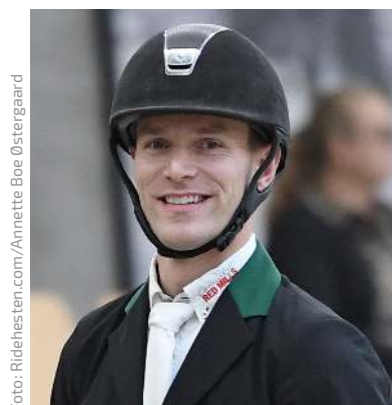


Foto: Ridehesten.com/Annette Boe Østergaard

### OM CHRISTIAN TANG NIELSEN

- 30 år
- Ansat som rytter ved Nordentoft
- Har redet t.o.m. 160 cm-springklasser
- Har kvalificeret Katana, Coeur de Dór, Feldborgs Cantonelli og Apoclaire til unghestechampionatet i Herning 2022.

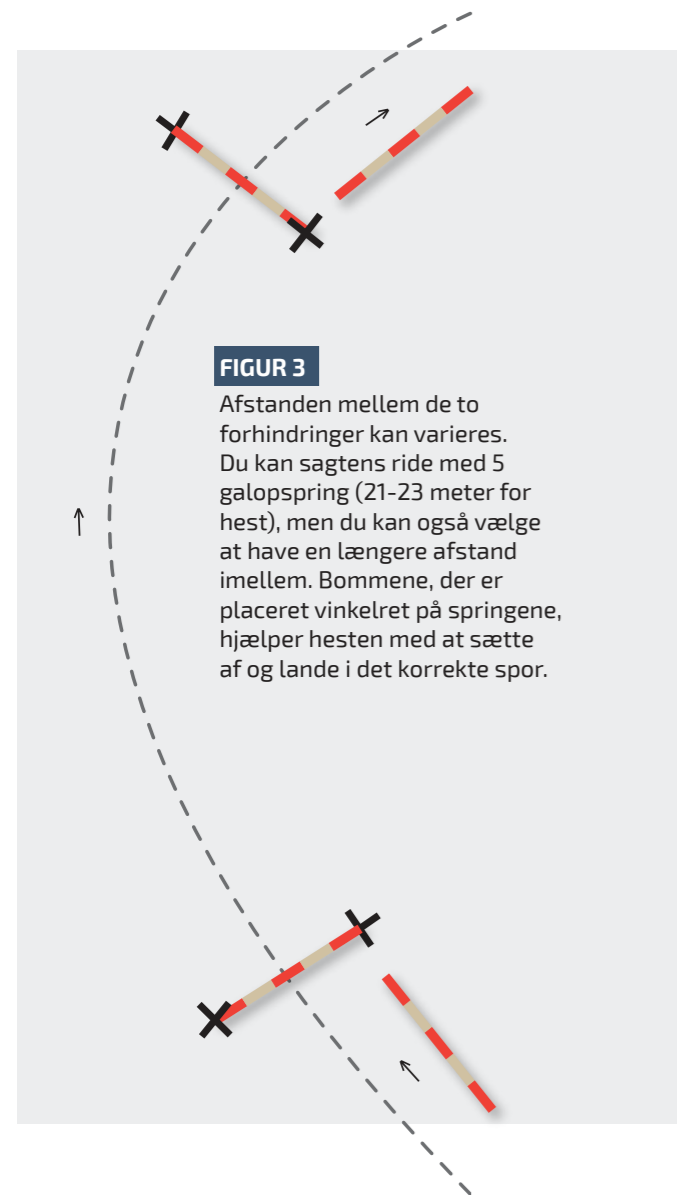


### Rid forhindringer ud af hjørnet

Når hesten er godt varmet op på mindre forhindringer og med brug af bomme samt lytter godt til rytterens signaler i forhold til volteskift, så kan man begynde at øve de linjer, som man ofte vil møde på en fuld stævnebane. – Jeg synes, at det er en god øvelse at ride en forhindring i hjørnet, hvorefter man rider op ad langsiden og derefter springer en forhindring i det modsatte hjørne (se figur 3). Det er en måde, hvorpå springene ofte står til stævner, og det er godt for hestene at lære, hvordan de skal kunne komme fri af barrieren, når man drejer dem ind mod den anden forhindring. Samtidig lærer hesten både at springe ud af hjørnet og springe ind i hjørnet. Jeg hjælper tit de unge heste ved at placere bomme på jorden, så de ikke drejer omkring indvendige ben, så snart man lander. Selvom man rider et spring direkte ned imod enden og barrieren, skal hesten naturligt trække lige frem, når den lander, forklarer Christian og fortsætter:



Her ses Sille og Katana i gang med opvarmning, hvor Christian har lagt en bom foran forhindringen, så Katana selv kan finde det korrekte afsæt.



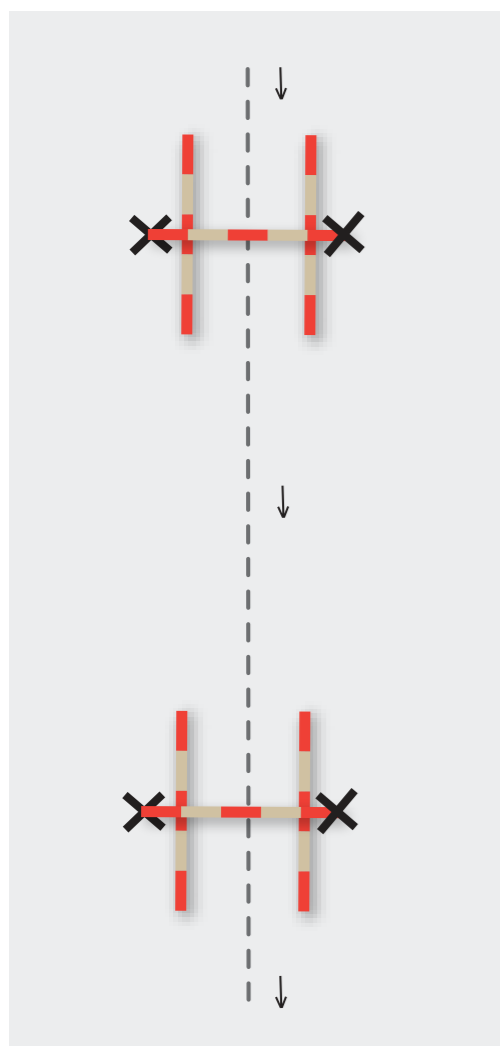
To små kryds, som Sille rider ind over midten på volte. Indimellem skiftes volten, så den rides i et ottetal, og hesten lærer at lytte til rytterens signaler for at vide, hvilken retning den skal gå.

– Det er vigtigt, at hesten går på det rigtige spor og lander i den rigtige galop, for så er det nemmere at styre den rundt på banen. De unge heste har ofte brug for at blive guidet lidt ekstra, og det er her, hvor jeg synes, bomme rundt omkring på jorden kan hjælpe rigtig godt.





Christian Tang Nielsen sammen med Sille Aakerblad i sadlen på Katana, der er en af de unge heste, som Christian har kvalificeret til unghestechampionatet i Herning 2022.



### Springning på lige linje

En af de sværeste ting på en springbane kan faktisk være at ride to forhindringer, som står på et helt lige spor lidt indenfor barrieren (se figur 4).

– Man skal huske at træne hesten i at gå forhindringer på lige spor. Når man rider to forhindringer på langsiden med f.eks. seks galopspring imellem, er det vigtigt, at hesten lander i balance, går på et lige spor og lander i den korrekte galop både efter den første og den anden forhindring. Her kan det også være en fordel at placere bomme, som kan guide hesten til, hvilket spor den skal gå og lande i. På nogle måder kan den øvelse virke ret simpel, men hvis du er kritisk, når du træner den, vil du hurtigt opdage, at det kræver fuld fokus at ride helt korrekt på linjen og ikke blot springe to forhindringer. Jeg synes personligt, det er vigtigt, at man nærder de forskellige ting med de unge heste fra starten. Jeg vil hellere udfordre de unge heste med tekniske øvelser fremfor at springe højt til træning. Alle de øvelser, jeg har præsenteret her, kan man have stor gavn af at ride, også selvom man kun laver springene helt små. – Repetition af de forskellige øvelser gør, at hesten bliver mere komfortabel med udfordringerne, og derfor er det også vigtigt, at man ikke laver springene for store, før hesten såvel som rytteren har styr på øvelserne, slutter Christian.

**FIGUR 4**

Her er to forhindringer placeret, mens der er placeret fire bomme på jorden, som hjælper hesten med at springe på et lige spor. Afstanden mellem de to forhindringer kan f.eks. være 6 galopspring (24-26 meter for hest).

LB|