

# Stilhoppningens betydelse i hästens utveckling

Av: Anneli Wetterström

B-tränarutbildning 2016-2017



## **Innehållsförteckning:**

- Inledning sid 3
- Syftet med arbetet sid 3
- Metod och material sid 4
- Frågeställningar sid 4
- Ryttarens roll vid utbildningen av unghästen sid 5
- Hästens utbildningsskala sid 5
- Vikten av utbildningsskalan för hopphästen sid 6-7
- Unghästhoppning med stilbedömning sid 8
- Syfte och mål med stilhoppning sid 8
- Diskussion sid 9
- Slutsats sid 10

## **Inledning:**

Jag som aktiv hoppryttare, unghästutbildare och tränare har stött på många olika typer av hästar och elever genom åren. Speciellt under de 15 åren jag var bosatt i Tyskland och fick lära mig vikten av hästens utbildning. Att kunna lösa problemen på hästen hänförde nästan alltid till den omtalade utbildningsskalan och arbeta för att stärka hästen på rätt sätt. I Tyskland är alla unghästklasser stilbedömningar som jag tycker är till stor hjälp och förmån vid utbildning av den unga hästen.

I mitt arbete som jag här skall redovisa har jag valt att skriva om hopphästens utbildningsskala och stilhoppning som går hand i hand under unghästens utbildning.

## **Syftet med arbetet:**

Väcka intresset för stilhoppning för unghästar i Sverige, som är ett bra koncept för utbildning av hopphästen som gör att våra svenskfödda hästar blir ännu mer intressanta och lättare att sälja både i Sverige och internationellt.

Dessutom påpeka hur viktig utbildningsskalan är för att få våra hästar utbildade på rätt sätt.

## **Metod och material**

Det material som jag har haft att tillgå är bl.a egna erfarenheter, allt jag lärt mig under de åren jag jobbade i Danmark(1998-2000 Stuteri Ask) och efter det i Tyskland(2000-2015) och fick lov att träna för topptränare som bl.a Alois Pollmann Schweckhorst, H-W"Kaiser" Johannsmann, Christian Ahlmann och Dietmar Gugler. Jag har också läst böcker, tittat i internet och varit på flertalet clinics.

Underlag jag använt mig mest av är:

FN Pferdesport Teil II (LPO 360-363)

Die Richtlinien für Reiter und Fahrer

Clinics gjorda av R-G Bengtsson och Jeorem Dubbeldamm

Utbildningsskalan



### Frågeställningar:

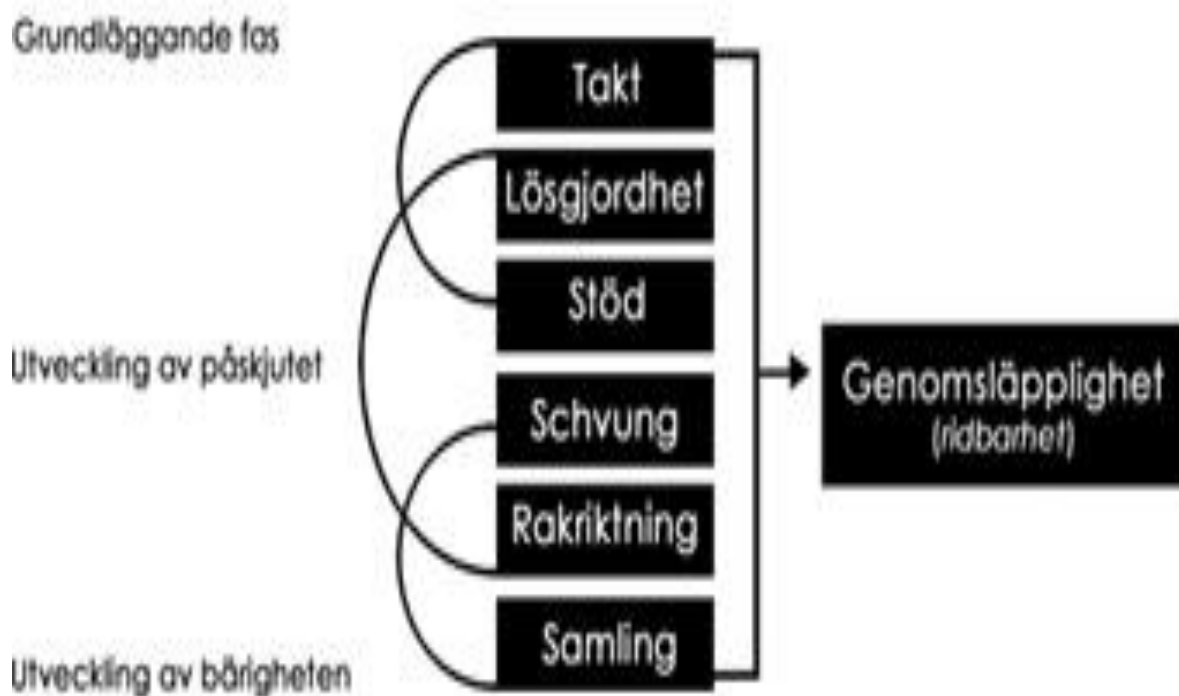
- Hur kan jag som tränare stämma av att utbildningen är på rätt väg?
- Hur kan jag som ryttare stämma av utbildningen av unghästen?
- Hur kan vi få stilhoppningen av unghästar mer intressant i Sverige?

## Ryttarens roll vid utbildningen av unghästen:

Generellt måste vi ryttare jobba mer med oss själva, såsom att ge hästen rätt hjälp vid rätt tidpunkt, reagera snabbt och kunna följa hästen så att vi inte hindrar den. Dessutom måste man vara disciplinerad, konsekvent och att ha en plan som man följer.

95 procent av utvecklingen hos hopphästen kommer genom ett gediget markarbete. Den skall vara lösgjord, balanserad och elastisk man kan säga att hoppning är dressyr med hinder emellan.

## Hästens utbildningsskala:



## Vikten av utbildningsskalan för hopphästen

1. Takten-rytmen hos en hopphäst t.ex. i distanser med ett visst antal galoppsprång och i svängar för att kunna hålla galoppkvaliteten. Som ryttare får man lättare att hitta avsprångspunkten och komma rätt i distanserna. Arbeta mycket med galoppbommar i distanser så att hästen lär sig hålla en jämn rytm.
2. Lösgjordhet, en häst som är lösgjord (både mentalt och fysiskt) hoppar med mer optimal teknik, så som bentekniken och basculen. En viktig del av språnget är landningen som skall vara i balans och hästen skall vara avspänd.
3. Stöd, som man även kan kalla bjudning. Hästen måste vara framme för skänkel, vilja framåt och känna lust och glädje att ta sig an hindret med ett förtroende till bettet. Hur får jag hästen framme för skänkel? Viktigt är att man med en lugn och stabil hand får hästens näsa/nacke att söka sig framåt-nedåt. Och då kan du inleda en halvhalt med att du aktiverar bakbenen, så att du skapar kraft för att hästen ska orka bära upp sig när du gör förhållningen med ett mjukt fingerspel (millimeter arbete)
4. Rakriktning, är viktigt då det påverkar bentekniken och avstampet i språnget. En häst som hoppar snett kan "tappa" ett framben och kan inte trycka ifrån lika mycket med sina bakben vilket innebär att den förlorar kraft (höjd) i språnget, eller tappar balansen som i sin tur gör att den kan skjuta ut bogen eller flyta ut med bakdelen i svängen och på det viset förlora rytmen och linjen/vägen i en distans. Att träna rakriktningen gör hästen starkare och jämnare, det kallar man ofta "att man har hästen inramad".
5. Schwung, kan liknas vid energi/tryck i galoppsprånget före hindret och i avstampet där all energi man samlat upp ska utvecklas i en explosion (anspanning)uppåt, ibland även framåt.
6. Samling hos hopphästen är väldigt viktigt när man kommer upp i klasserna, t.ex. när det förekommer olika relaterade avstånd i distanserna. Då gäller det att kunna korta upp/samla

galoppsprången, men samtidigt behålla bärkraften (schwunget) på bakbenen och till och med ibland öka energin. Träna mycket på små korta tempoväxlingar fram och tillbaka, i trav och galopp.

Utanför utbildningsskalan har man ytterligare två viktiga begrepp inom hoppningen och det är precision och noggrannhet. Det behöver man för att kunna placera hästen optimalt vid avsprångspunkten till ett hinder.

Dessa olika punkter i utbildningsskalan är viktigt att jag håller koll på med mina olika elever och hästar. En av mina frågeställningar är: Hur kan jag som tränare stämna av att utbildningen är på rätt väg?

Exempel: Om jag har en elev vars häst rusar iväg i distanserna brukar jag lägga ut galoppbommar på lämpliga avstånd, gärna något kortare distans än vanligt, på så sätt får man hästen att bromsa upp. Man kan även lägga upp en bom på var sida av hindrets främre bom i ett V. Genom att träna detta upprepande gånger kan jag se om hästen tar till sig detta och blir mer stabil och rytmisk i distanserna. Om inte detta hjälper får jag gå tillbaka i elevens markarbete och se vad som saknas där.



## **Unghästhoppning med stilbedömning**

Stilhoppning är tänkt att vara ett hjälpmedel till att utbilda unghästar och för att på ett tidigt stadium kunna stämma av att man är på rätt väg i utbildningen. Genom att poängbedöma rittens genomförande, kan således stilhoppningen vara en kontroll av utbildningsskalan och ge väsentligt bättre förutsättningar för framtida framgångar inom la

Nedanstående punkter bygger i huvudsak på det tyska systemet

Springpferdeprüfung för 4-6 åriga hästar.

En bra hoppförmåga med god kvalitet inför hindret, i språnget och i landningen kännetecknas av följande:

- Framåtbjudning och självförtroende
- Galoppförmåga, rytm, elasticitet och rörlighet
- Balans, användande av halsen
- Bascule, användande av ryggen
- Spänst och avstamp i språnget
- Uppmärksamhet och överblick
- Försiktighet och mod
- Reaktionsförmåga
- Taxering och koordinationsteknik
- Scoop och kapacitet
- Hinderklokhet

Om detta skulle införas i Sverige skulle det vara mycket lättare att veta hur jag ligger till i utbildningen av min unghäst. I Tyskland har man en skala mellan 1-10 där man bedöms, där man bör ligga på 7 eller bättre för att veta att man är på rätt väg. Ett exempel är kvalifikationerna till det tyska Bundeschampionatet, vilket motsvarar Sveriges Breeders Trophy. I Tyskland måste man ha uppnått en poäng på 8.0 eller högre för att få delta. Detta kanske vore något även för Sverige att ta efter.

## **Syftet och mål med stilhoppning**

- Förbättra utbildningen och träningen av unga hästar
- Stärka hästen som ger en bättre hållbarhet
- Selektion av unga hästar lämpade för sporten
- Marknadsföring, som blir lättare för våra svenskfödda hästar
- Uppmuntran för våra uppfödare



## Diskussion

Stilbedömningens stora roll märker man när det gäller att känna av var man ligger i utbildningsfasen. Man måste givetvis ta hänsyn till hur hästen utvecklar sig, en del är sena i sin kroppsliga utveckling medan andra kan vara mentalt sena och är de sena i båda får man vara försiktig så att man inte knäcker dem.

Tänkte ta upp lite hur de Tyska unghästklasserna är uppbyggda. De har tre olika höjder som kallas Springpferde A, L och M

Springpferde A 1,00m- 1,10m

Springpferde L 1,10m- 1,20m

Springpferde M 1,20m- 1,30m

Klasserna A och L får du starta med 4-åringar och 5-åringarna får gå alla tre klasserna med undantaget att M-klassen får du börja rida i maj månad. 6-åringarna får hoppa i alla tre höjderna men bara Springpferde A så länge de inte har fått en placering.

Man använder sig av skalan 1-10 där man delar ut ett totalt betyg (som innefattar punkterna på sidan 8). Det är väldigt sällan man berör betygen 1-4 däremot 5,0-5,9 är ett betyg som visar att man inte är tillfreds med utförandet av ritten. 6,0-6,9 är godkänt men anses inte vara "bra" nog, det betyget får du när hästen t.ex. inte byter galopp eller går i korsgalopp, inte har en ärlig bjudning, har en mindre bra ridbarhet eller får flera nerslag och/eller olydnad på hinder. Ett litet riktmärke på godkänt med en liten stjärna i kanten är 7,0-7,9 och där hamnar man i allmänhet då hästen har en bra framåtbjudning, galopperar i balans och den ska kunna byta galopp om den t.ex. landar i fel efter ett hinder på ett harmoniskt sätt, och hästen ska hoppa med en trevlig teknik så som benteknik och bascule. För att komma upp på 8,0-8,9 vilket också är betyget du behöver för att få starta Bundeschampionat (Tyska unghästchampionatet), kräver man mer perfektion i ritten. Hästen ska en utmärkt rytm och balans, även i de relaterade distanserna, den ska ge ett lösgjort och eftergivet intryck och därmed också vara lätt att reglera med minsta möjliga hjälper, helst osynliga. Hästen ska också hoppa väl med en jämn och fin benteknik fram och bak och även ha en fin bascule. Sedan tittar man mycket mer på helheten av hästens spänst, avstamp, uppmärksamhet och överblick och inte minst försiktighet kontra modet och även scoop och kapacitet är också viktiga faktorer. När man kommer till betyget 9,0 eller mer ska alla punkter (se sid 8) vara mer eller mindre perfekta och de få som uppnår dessa poäng ska då utstråla en fantastisk hinderklokhed, ridbarhet och kapacitet utöver det vanliga.

## **Slutsats**

Min önskan är att få stilhoppning för unghästar mer intressant, kanske genom att ett av de svenska "unghäst championaten" skulle kunna ändra tävlingsformen till stilhoppning och då samtidigt få bra sponsorer som kan erbjuda dessa klasser en större summa vinstpengar. Och givetvis sträva efter att samtliga unghästklasser får denna tävlingsform.

Detta kunde bli en fin "morot" för våra hästägare, uppfödare och framför allt utbildare som satsar på kvalitetsutbildning i rätt riktning.