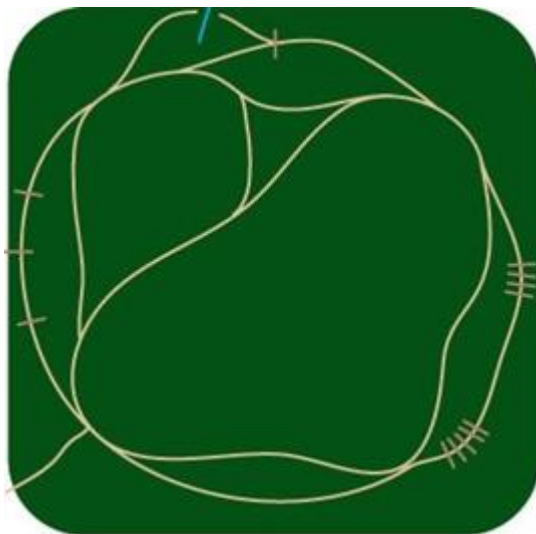


AGRIA NATURBANA – LÅT VÄGEN GÖRA JOBBET



Här kommer du som ryttare, oavsett utbildningsståndpunkt eller inriktning kunna ta del av olika övningar och tips som du själv kan använda när du tränar din häst hemma. För att utöva ridövningarna behöver du inte alls ha tillgång till en bana precis som den på Grevlunda – tvärtom! En rak grusväg, en upp eller nerförsbacke, några hinkar att träna vändningar kring eller fungerar precis lika bra.

Övning 1: Låt vägen göra jobbet

Det är lätt att vilseledas att bra markarbete måste ske på en ridbana eller i ett ridhus. Men enligt vår erfarenhet kan man i naturen få en häst som blir helt lösgjord, elastisk, självbärig och samarbetsvillig på ett mycket enkelt och naturligt sätt.

Att använda sig av böjda spår i natur och mark lämpar sig extra väl för både den oerfarna ryttaren och den yngre hästen. På Grevlunda låter man vägen göra jobbet genom de böjda ridvägarna som ser ut som nedan. Men man kan lika gärna använda sig av träd i en skogsdunge, hinkar eller koner på ett fält.

Gör så här:

Bestäm dig först vilken väg du ska rida, använd gärna koner om du behöver markera ställen att vända på/rida runt. Om du befinner dig i skogen, försök att se ut runt vilka träd du ska vända så att du kan planera din väg. Gör inte vägen för svår till en början.

När du sedan påbörjar övningen, fokusera på att verkligen rida den väg du planerat från början. Sträva till en början att rida i ett jämnt tempo där hästen kan hitta sin takt och naturliga balans. Det böjda spår eller vändningar du valt kommer att göra att du på ett mer naturligt sätt kan arbeta med hästens böjning.

Tänk på att anpassa vägen efter din och hästens utbildningsståndpunkt, så att vägarna inte blir för svåra. När du känner att du kommit in i vägen kan du prova att göra tempoväxlingar och övergångar. Denna övning kommer göra att hästen genom vägen, det böjda spåret, blir lösgjord och hittar en naturlig takt och balans.

Är du en mycket rutinerad ryttare på en välutbildad häst kan du göra övningen svårare genom att till exempel:

- Variera böjningen genom att rida växelvis mindre och större volter eller vändningar
- Rid många övergångar och tempoväxlingar, det tränar både lydnad och styrka
- Om du har möjlighet kan du gärna lägga till några grenar på marken att trava över.

