

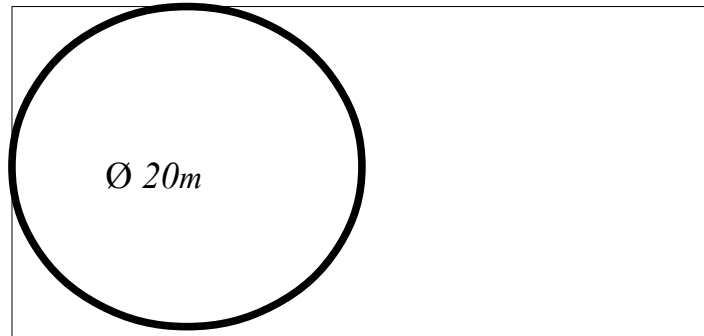
PATANYOMFIGURÁK – IDOMÍTÓ FELADATOK

Tartalomjegyzék

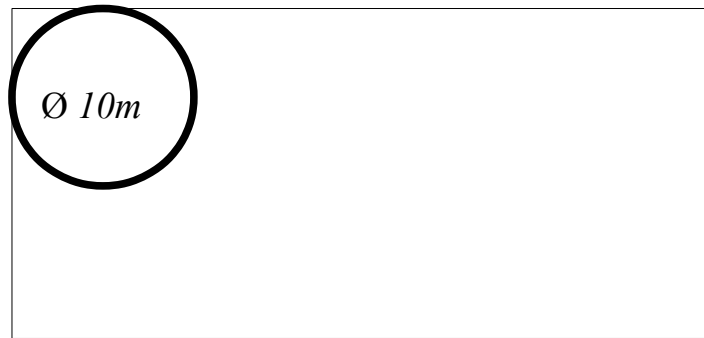
I.Patanyomfigurák.....	2
I.1Nagykör.....	2
I.2Kiskör.....	2
I.3Egyszerű kígyóvonal.....	2
I.4Kígyóvonal (3 ívű).....	3
I.5Átlóváltás.....	3
I.6Középből (másik kézre).....	3
I.7Féllovarda (másik kézre).....	4
I.8Átváltás.....	4
I.9Köröket válts!.....	4
I.10Körben válts!.....	5
I.11Két nagy kört!.....	5
II.Lábsorrendek.....	5
II.1Lépés.....	5
II.2Ügetés.....	5
II.3Hátralépés.....	5
II.4Vágta.....	6
II.5Poroszkálás.....	6
II.6Tölt.....	6
III.A lovas elsődleges segítségei.....	6
III.1Egybeható, vagy kétoldali segítségek.....	6
III.2Combra való befolyások.....	7
III.3Testsúly befolyások.....	7
III.4Szárral való befolyás.....	7
Egész felvétel.....	7
Félfelvétel.....	7
Állítás.....	8
Hajlítás.....	8
IV.Másodlagos segítségek.....	8
IV.1Sarkantyú.....	8
IV.2Pálca.....	8
IV.3Hangsegítség.....	8
V.Idomító feladatok.....	8
V.1Vállat be.....	8
V.2Farat be.....	9
V.3Combra való engedés.....	9
V.4Féloldalazás.....	9
V.5Ellenvágta.....	9
V.6Nyújtott ügetés.....	10
V.7Ugrásváltás.....	10
V.8Pirouette – Perdülés.....	10
Hátulja körüli fordulat.....	10
Röviden hátra arc.....	11
Perdülés vágtaban.....	11
V.9Piaff.....	11
V.10Passage.....	12

I. Patanyomfigurák

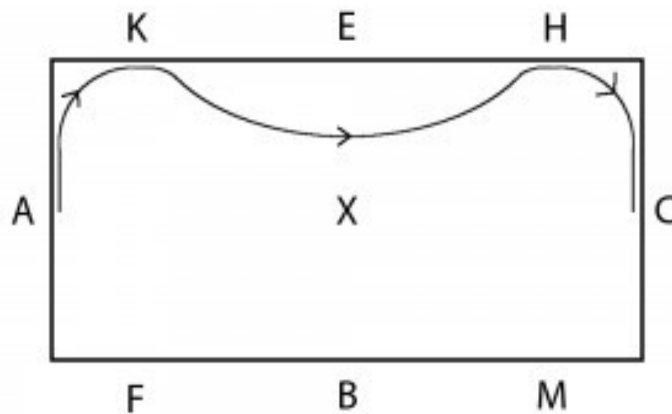
I.1 Nagykör



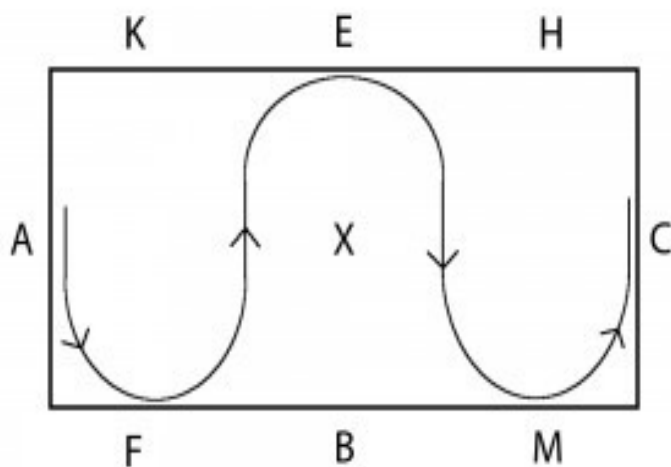
I.2 Kiskör



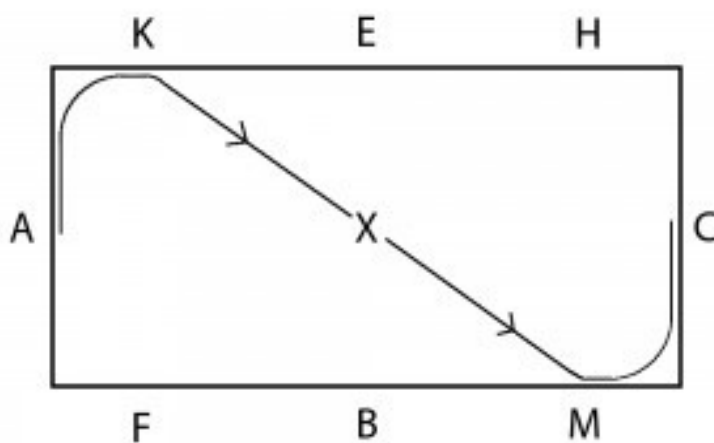
I.3 Egyszerű kígyóvonal



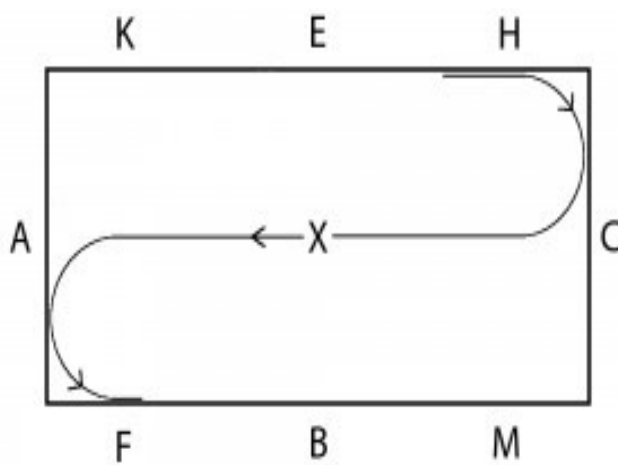
I.4 Kígyóvonal (3 ívű)



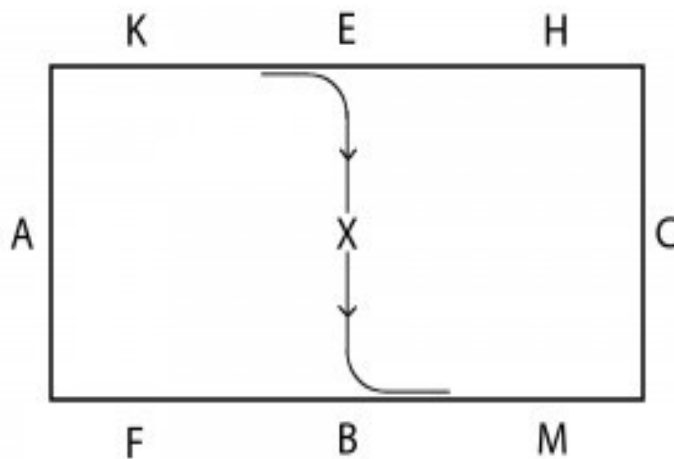
I.5 Átlóváltás



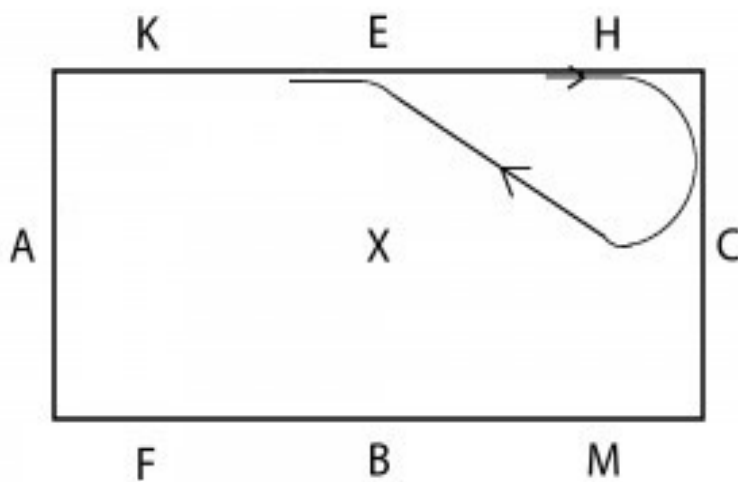
I.6 Középből (másik kézre)



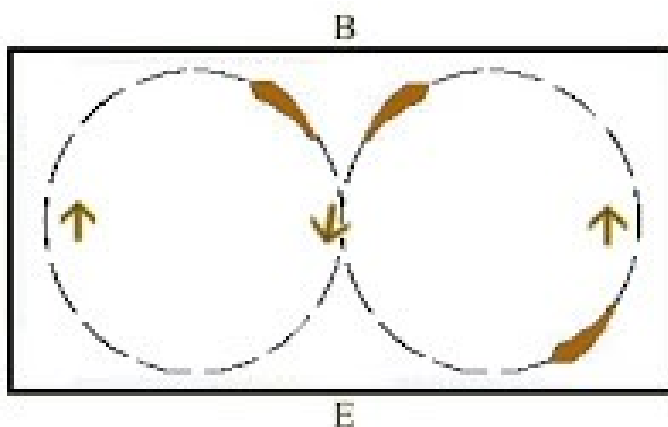
I.7 Féllovarda (másik kézre)



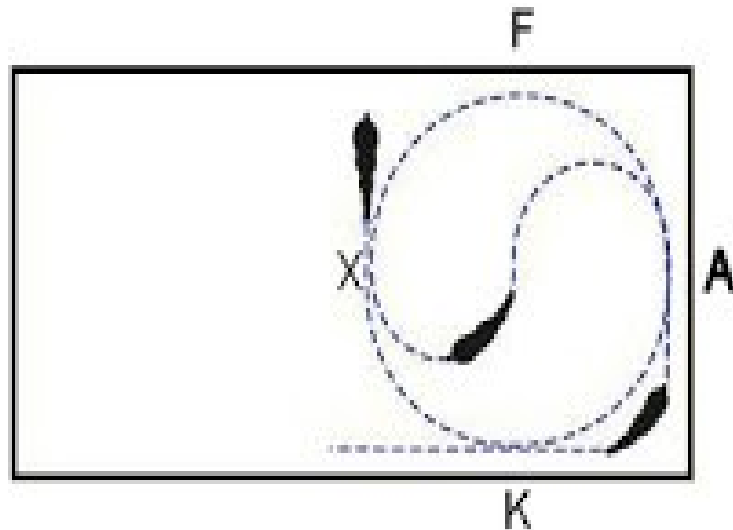
I.8 Átváltás



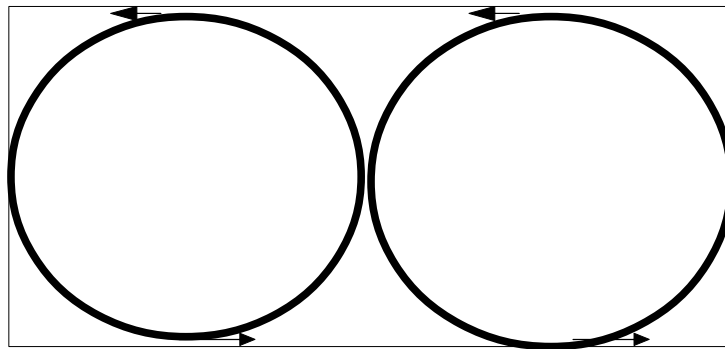
I.9 Köröket válts!



I.10 Körben váltás!



I.11 Két nagy kört!



II. Lábsorrendek

II.1 Lépés

A leglassúbb jármód, négyütemű mozgás.

Lábsorrendje (például): jobb hátsó – jobb első – bal hátsó – bal első.

II.2 Ügetés

Kétütemű mozgás, lebegő-fázissal.

Lábsorrendje: az átlós láb-párok mozognak egy időben, közte van a lebegő-fázis.

II.3 Hátralépés

Kétütemű mozgás.

Lábsorrendje: az átlós láb-párok mozognak egy időben.

II.4 Vágta

A vágta háromütemű (a túlzottan lerövidített vágta és a versenyvágta négyütemű) jármód, lebegő-fázissal.

Lábsorrendje: (bal lábon): jobb hátsó, utána a bal hátsó és jobb első együtt, majd a bal első – ezt követi a lebegő-fázis.

II.5 Poroszkálás

Speciális jármód

Lábsorrendje: azonos oldali lábak lépnek egyszerre, és a test kigyózó mozgással követi a lábak mozgását. Ez a jármód is energiatakarékos és viszonylag gyors. Bizonyos lovaknak vele született sajátja.

II.6 Tölt

Egészen speciális mozgás a tölt, ami az izlandi pónik sajátja.

Lábsorrendje: megegyezik a lépésével, csak hihetetlen sebességgel képesek művelni ezek a pónik.

Állítólag igen kényelmes, és gyorsan lehet nagy távolságokat megtenni ilyen módon.

III. A lovas elsődleges segítségei

A lovas lovára **combbal** (lábszár vagy csizma), **szárral** (kantárszár, kéz) valamint derekán keresztül **testsúlyával** fejt ki hatást.

A segítségeken keresztül érhető el a ló megkívánt uralása, célszerű mozgásteljesítménye és testtartása.

III.1 Egybeható, vagy kétoldali segítségek

Az egyszerű segítségek közé tartoznak azok, ahol a lovasnak a befolyások alkalmazásánál nem kell különbséget tenni jobb és bal végtagja között.

- megindítás lépésbe, ügetésbe,
- megállítás lépésből, ügetésből,
- megindítás lépésből, ügetésbe,
- felvétel ügetésből, lépésbe.

III.2 Combra való befolyások

Lábszár, vagy csizma befolyást jelent!

A csizmával két helyen fejtünk ki befolyást, amely háromféle hatást hozhat létre:

- a hevederen, illetve közvetlen a heveder mellett előrehajtóan hat.
- körülbelül egy tenyérynire a heveder mögött oldalt léptetően.
- oldalt lépést megakadályozóan, azt szabályozóan azaz ellentartóan.

A csizma feladata tehát

- előrehajtás
- oldalt léptetés
- hosszajlítás végrehajtása.

Valamennyi funkciót csak abban a pillanatban képes ellátni, amikor a befolyásolni kívánt hátulsó láb a talajról felemelkedik!

III.3 Testsúly befolyások

- teher mentesítő vagy könnyítő,
- kétoldali megterhelő,
- egyoldali megterhelő.

III.4 Szárral való befolyás

- felvevő,
- utána engedő,
- ellentartó vagy bezáró,
- és kitartó lehet.

Egész felvétel

Az egész felvétel minden segítség együttes működése megállás céljából. A ló, mindegy, milyen jármódból, átengedően, megfeszülés nélkül azonnal megáll.

Segítségek

- *A lovas kitartó szársegítséget használ, de csak röviden, mindig az előrehajtó csizmasegítséggel összekötve.*

Félfelvétel

Több segítség együttes kombinációja, amivel a lovas a lova figyelmét felkelti.

Segítségek

- *A lovas előrehajtó lábszársegítség, és meghúzott derék kíséretében kitartó, vagy felvevő szársegítséget ad, amit mindig a szár utánaengedése követ.*

Állítás

Martól előre-felé van hajlítva a ló.

Segítségek

- *belső szár hajlít, míg a külső határozza meg a hajlítás mértékét.*

Hajlítás

A ló testének hossz tengelye van hajlítva. Mértéke a lovagolt ívhez igazodik.

Segítségek

- *belső szár, és a külső csizma hajlítja a ló testét a belső csizma köré,*
- *a külső szár határozza meg a hajlítás mértékét.*

IV. Másodlagos segítségek

IV.1 Sarkantyú

A lábszársegítség megerősítését szolgálja.

IV.2 Pálca

Előrehajtásban, és az oldalra léptetésben segít, ill. a büntetés eszköze is.

Rendeltetésszerű használata a lapockán, és a lovas csizmája mögött a ló oldalán van.

IV.3 Hangsegítség

Lehet élénkítő, és nyugtató. Fiatal lovak képzésénél fontos!

V. Idomító feladatok

V.1 Vállat be

A ló három patanyomon halad; külső hátsó kívül, a külső első és a belső hátsó egy patanyomon középen, és a belső első a harmadik (belső) patanyomon. A ló gerince teljes hosszában, a tarkójától a farkáig hajlításba kerül (befelé).

Segítségek

- *a testsúly a belső oldalt terheli,*
- *a belső szár a hajlítás mértékét, a külső a keretet mutatja a lónak,*
- *a belső csizma a hevederen a hajlítást és az előrelépést támogatja, a külső csizma a heveder mögött a far kitérését gátolja.*

V.2 Farat be

A ló az elejével egyenesen jár, míg a farával a vonaltól befele eltér. Három patanyomon halad; külső elülső kívül, belső elülső és a külső hátulsó egy patanyomvonalon középen, míg a belső hátulsó belül halad.

Segítségek

- *A szárákkal a ló elejét vezetjük és mérsékelt állítást végzünk.*
- *A testtömeget kissé a belső ülőcsontra helyezzük.*
- *A külső combunkat a heveder mögé fektetve átléptetjük a hátulsó lábakat, a belső combunk pedig fenntartja a mozgás élénkségét, és megakadályozza a far túlzott betérését.*

V.3 Combra való engedés

A belső csizmától való határozott ellépés a feladat, a ló előre és oldalra halad az állítással ellentétes irányban.

Segítségek

- *a lovat állítjuk a kívánt oldalirányú mozgással ellentétes irányba*
- *belső csizma valamivel a heveder mögött átlépteti az azonos oldali lábpárt*
- *külső csizma ügyeli, hogy a far ne előzze meg a ló elejét*
- *a belső szár állít*
- *a külső szár ellentart, vezeti a ló vállát.*

V.4 Féloldalazás

A ló előre és oldalra halad a hajlítással azonos irányban.

Segítségek

- *a lovat állítjuk, s hajlítjuk a kívánt oldalirányú mozgás irányába*
- *külső csizma a heveder mögött átlépteti az azonos oldali lábpárt*
- *belső oldali csizma léptet előre*
- *a belső szár állít*
- *a külső szár ellentart, vezeti a ló vállát*
- *testsúly a mozgás irányába hat.*

V.5 Ellenvágta

Az ellenvágta tulajdonképpen rövid-vágta ellenállításban, - fontos elengedtető gyakorlat.

Megtanításához kezdetben célravezető a lovardában egyszerű kígyóvonalakon vágtazni a hosszú fal mentén.

V.6 Nyújtott ügetés

Nyújtott ügetésben a hátsó lábak határozott lökőerőt fejtenek ki, a mellsők teljesen kinyúlnak a következő patanyom felé.

Segítségek

- *Egyenletesen támaszkodjon a ló, csizmáinkkal az ügetés ütemében kis ütögetéseket mérjük az oldalakra.*
- *Ennek hatására a ló nyújtani fogja lépéseinek hosszát.*
- *Kövessük a mozgást velemenő derékkel.*
- *Vigyázzunk, hogy a segítségeket ne adjuk túl erősen, mert könnyen elvész a tiszta lábsorrend és a ló védekezésképpen beugrik vágtaiba vagy elsziet.*

V.7 Ugrásváltás

Az ugrásváltás a ló vágta közben végrehajtott lábsorrendbéli váltása, melyet a lovas segítségeire hajt végre.

Segítségek

- *Az ugrásváltást a szárak, a testtömeg és a combok összehangolt és egy időben adott segítségeivel hajtjuk végre.*
- *A lebegés megkezdésének pillanatában a kezek, ugyanakkor a combok szerepe is felcserélődik, és a testsúly is áthelyeződik a másik oldalra.*

V.8 Pirouette – Perdülés

Végrehajtható összeszedett lépésben, összeszedett vágtaiban, ill. piaff-ban.

Hátulja körüli fordulat

A hátulja körüli fordulatnál a ló a belső hátsó lába körül fordul.

A fordulatot mindig megfelelő állítással (jobbra forduláskor jobb állításban, balra forduláskor bal állításban) lovagoljuk.

Segítségek

- *A lovas befelé helyezett testsúllyal ül, belső csizmája a hevederen, a külső tenyérryíval a heveder mögött.*
- *A külső szár és külső csizma fokozott nyomással oldalra-lépésre készíti a lovat.*
- *A belső szár a puhaságról és az állítás fenntartásáról gondoskodik.*
- *A belső csizma az oldalralépést szabályozza.*

Röviden hátra arc

Amíg a hátulja körüli fordultnál a ló a feladat előtt és a feladat után megáll, addig a röviden hátra arcnál az eredeti jármódban marad.

Segítségek

- *Ugyanazok, mint a hátulja körüli fordultnál, csupán arra kell ügyelni, hogy a mozgás folyamatossága fennmaradjon!*

Perdülés vágásban

A ló belső, hátulsó lába körüli 360 fokos fordulat iskolavágásban, amelyet legalább négy vágtaugrásból kell végrehajtani.

Segítségek

- *Lendületes rövidvágásban a lovas félfelvételt alkalmaz a belső szárral, felsőteste 2-3 cm-rel a függőleges mögé kerül, a külső szárat megállítja, kitart vele.*
- *Külső combját határozottan a heveder mögé fekteti, testtömegét a belső ülőcsontjára helyezi.*
- *A lovat a belső szárral fordítja a perdülés irányába.*
- *A belső comb készültségben van a hevederen és csak akkor lép hatásba, ha a ló veszít a lendületéből vagy elakad, tehát az élénkség és a lábsorrend tisztaságának fenntartása a feladata.*
- *A fej állításának mértékét – s egyben a vágtaugrások számát is – a külső szár határozza meg.*

V.9 Piaff

A piaff egyenletes ütemű, fokozottan ültetett, tagolt iskolaügetés helyben.

A lábsorrend tiszta, a hátulsó lábak ízületei rugószerűen összetolódnak, a hátulsó paták a boka magasságáig emelkednek. Az elülső lábak részben tehermentesülnek, ezáltal mozgásuk szabadabb lesz. Az elülső paták felszárig, az alkarok vízszintesig emelkednek. Az alsó lábszár csaknem függőleges, a felkar és az alkar egymással 90 fokos szöget zár be. A fokozott ültetettség következtében a ló felső vonala a vízszintestől eltér, a far irányába lejt. A mozgás könnyed, rugalmas, lendületes, ütemes.

Segítség

- *Iskolaügetésben haladva felvevő segítséget alkalmazunk, tehát erélyesen beleülve a nyeregbe felsőtestünket a függőleges mögé vesszük 2-3 cm-rel.*
- *Ezzel helyes kéztartás mellett a szárak is megrövidülnek, ami a lovat megállásra készíti.*
- *Ugyanakkor hatásba lépnek a lábszársegítség; kis kis ütögetések a ló oldalára a mozgás ütemében.*
- *A helyesen adott segítségek hatására a ló nem áll meg, hanem helyben fog ügetni, kialakul a piaff.*

V.10 Passage

A passage mint lebegő ügetés ha pillanatokra is, de „legyőzi a gravitációt”, látványosan, könnyedén, súlytalanul!

Segítség

- *A passage-t ki lehet fejleszteni az összeszedett ügetésből, piaff-ból, de lépésből is.*
- *A lovasnak tanulmányoznia kell lova egyéniségét, és annak megfelelően alkalmazni a megfelelő módszert.*

Összeszedett ügetésből:

- *átmenetek lovaglása*
- *ha a lendület, az átengedőség már elegendő, a lovas fél-felvételekkel fokozza az összeszedést, és a lovat előrehajtó csizma és derék segítségekkel néhány passage lépésre bírja*
- *a kéznek ezeket a lépéseket időben ki kell engednie*
- *a derék hatását olyan mértékben kell csökkenteni, hogy a ló a hátát ne eressze le, és a nyakát meg ne merevítse.*

Piaffból:

- *a fokozott előrehajtást, aminek a piaff ütemét nem szabad zavarnia, a kéz megfelelően kiengedi*
- *a passage-lépések számát, ill. a passage-ba való átmenetek számát, csak nagyon óvatosan szabad emelni.*