

# Thema 1

# Hanteren

Les 6 : Longeren 1

# Doelen 1/2

Aan het einde van de les kun je:

- verschillende doelen van longeren beschrijven
- benoemen welke materialen je nodig hebt bij het longeren van een paard
- uitleggen wat een voordeel van een kaptoom kan zijn bij het longeren
- uitleggen hoe de langeerlijn aan kaptoom en hoofdstel bevestig moet worden.



## Doelen 2/2

- de consequenties opnoemen van een verkeerd bevestigde longeerlijn.
- de stemcommando's benoemen
- de basishouding van de longeerder beschrijven
- beschrijven hoe de chambrière gebruikt dient te worden



# Oriëntatie

**‘Longeren is meer dan alleen het laten lopen aan een lange lijn’**



# Doel van longeren

- Vertrouwen opbouwen
- Beweging voor het paard
- Veiligheid vergroten
- Ontspanning voor paard en longeerder
- Correctie zonder invloed van ruiter
- Hulp bij lesgeven
- Gang beoordeling



# Benodigdheden

- Paard / pony
- Longeercirkel / rijbaan / weiland
- Longeerlijn
- Chambrière
- Hoofdstel / kaptoom
- Beenbeschermers voor het paard
- Stevig schoeisel en handschoenen longeur

# Stemcommando's

De commando's die je bij het longeren gebruikt zijn:

- STAP,
- DRAF,
- GALOP,
- VOORWAARTS, voor een overgang naar een snellere gang,
- HALT, voor halthouden.

# Commando's met Chambrière

- Onderhoudende hulp
- Voorwaarts drijvende hulp
- Naar buiten drijvende hulp
- Terugwerkende hulp





# Longeerlijn bevestigen

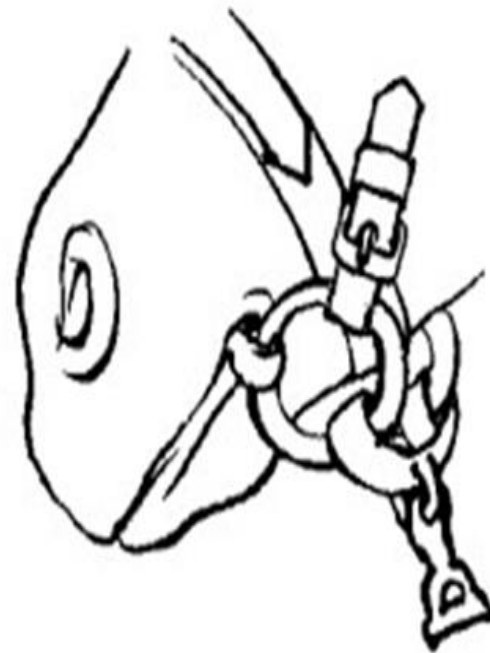
## Neusriem:

- Binnen trensring + lage neusriem
- Beide trensrings, terug aan de longeerlijn
- Via binnen trensring over het hoofd naar buiten trensring

## Kaptoom:



# Verkeerd bevestigd



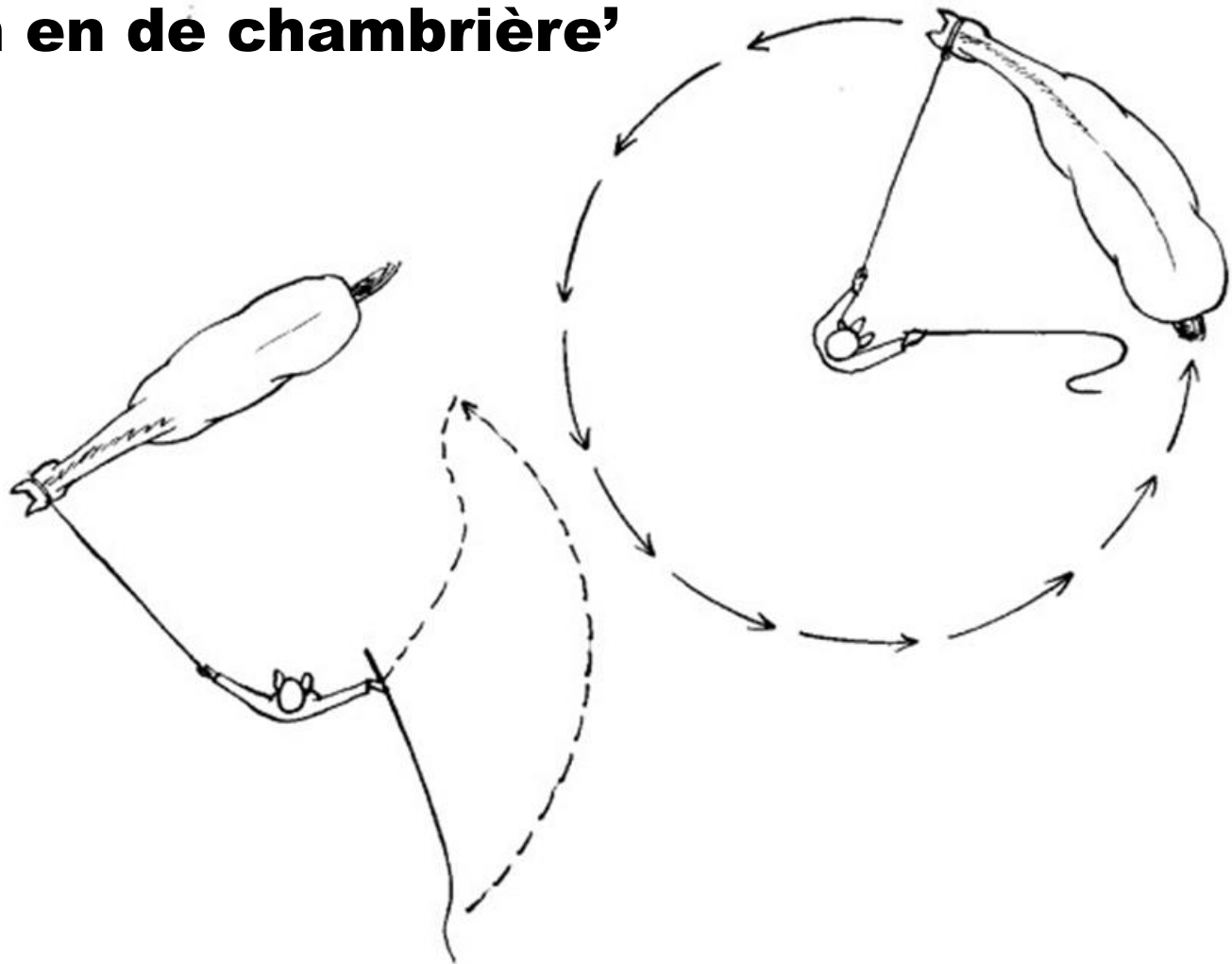
# Basishouding

- Rechtop
- Voeten op de heupbreedte
- Schouders evenwijdig aan paardenlichaam



# Basishouding

**‘Vorm een driehoek met het paard de longerlijn en de chambrière’**



# Longeren met Lammert Haanstra

Lammert Haanstra is een expert op het gebied van longeren.

Bekijk de instructies op de dvd.

Noteer voor jezelf punten die jij zelf nog moet oefenen als je gaat longeren.



# DVD

Longeren met Lammert Haanstra

# Nabeschouwing DVD

Welke punten kun jij nog verbeteren als je een paard gaat longeren?





# Terugblik op doelen / Evaluatie les

Zijn de doelen behaald?

- De leerling kan verschillende doelen van longeren beschrijven
- De leerling kan benoemen welke materialen hij nodig heeft bij het longeren van een paard
- De leerling kan uitleggen wat een voordeel van een kaptoom kan zijn bij het longeren
- De leerling kan uitleggen hoe de longeerlijn aan kaptoom en hoofdstel bevestig moet worden.



# Terugblik op doelen / Evaluatie les

Zijn de doelen behaald?

- De leerling kan de consequenties opnoemen van een verkeerd bevestigde langeerlijn.
- De leerling kan de stemcommando's benoemen
- De leerling kan de basishouding van de langeerder beschrijven
- De leerling kan beschrijven hoe de chambrière gebruikt dient te worden



# Bronnenlijst

- KNHS. (2009). *Paard en welzijn*. Ermelo.
- Jet haanstra. (2011) *Trainen tot een goed gaand paard met Lammert Haanstra*.
- DVD Longeren met Lammert Haanstra.