

Instructiekaart voor leerling/cursist:

Naam:

Datum:

Stagebedrijf:

K ! P

!15

Gewichtshulpen



Exameneis:

Gewichtshulpen

Met het gewicht kan de ruiter (de rug van) het paard:

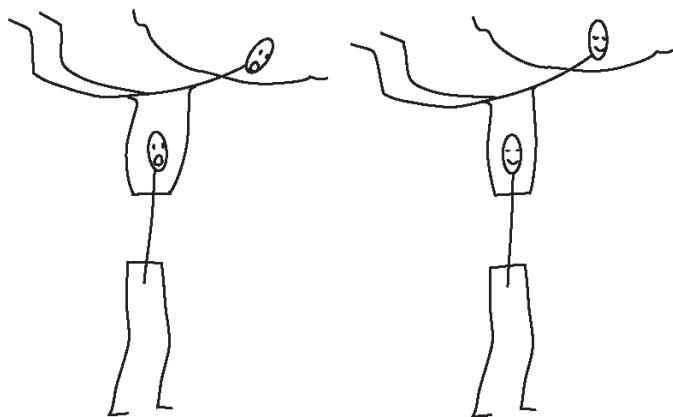
- Uit evenwicht brengen
- In evenwicht brengen
- In evenwicht houden
- Aan beide kanten belasten (zitbeenknobbels)
- Aan beide kanten ontlasten (gewicht op de beugels)
- Aan één kant belasten = aan de andere kant ontlasten

Gewicht van de ruiter wordt (afhankelijk van de situatie) ondersteund door;

- Het vlak van het zadel (romp op de zitbeenknobbels)
- De zweetbladen en wrongen (een deel van het gewicht van het bovenbeen)
- De beugels (de rest van het gewicht van het been)

De hele inwerking van het gewicht (de zit) van de ruiter moet serieus als een hulp gezien worden. De ruiter die in evenwicht is en dus steeds mee is met de beweging, helpt het rechte paard door met het gewicht niet te storen. Een ruiter in evenwicht is voor het paard gemakkelijker, 'lichter' (zonder horten en stoten) te dragen.

De moeilijkheid is echter dat de positie van het zwaartepunt van het paard aan één stuk door verandert (dynamisch evenwicht) en dat de ruiter zich daar doorlopend en vloeiend aan moet aanpassen. Als de ruiter tijdelijk of doorlopend niet in evenwicht zit en even niet met de bewegingen van het rechte paard mee kan gaan, stoot dit tijdelijk of dus doorlopend het evenwicht en daarmee de takt, de gang, de ontspanning en de zelfhouding van het paard.



Gewicht werkt... altijd!