



Helicon

O P L E I D I N G E N



Rijkunstig gevoel



Doelstellingen

- De student kan de definitie van rijkunstig gevoel benoemen.
- De student kan benoemen waarom een ruiter rijkunstig gevoel nodig heeft.
- De student kan de voorwaarden benoemen voor ontwikkelen van rijkunstig gevoel.
- De student kan benoemen hoe men de ontwikkeling van rijkunstig gevoel kan bevorderen.



Definitie

Rijkunstig gevoel

Een ruiter beschikt over een rijkunstig gevoel indien hij zijn hulpen in een goed onderling verband en vloeiend kan aanwenden. De ruiter kan het geen aanwezig is (of veranderd) **gevoelsmatig** waarnemen, en vervolgens de hulpen in de **juiste mate**, op de **juiste plek**, op het **juiste moment** en goed **gecoördineerd** geven. Deze ruiter zet zijn hulpen niet langer voort, dan voor het beoogde doel vereist is.



Gevoelsmatig waarnemen

- De ruiter met een bevestigde houding en onafhankelijke zit kan met zitvlak, handen en benen gevoelsindrukken krijgen van hetgeen onder hem/haar gebeurt.



Wat kan je dan precies?

- Je voelt mogelijke fouten in het beginstadium aan en kan ze voorkomen of corrigeren;
- Je laat het niet tot verzet komen, maar grijpt terug naar basiswerk;
- Je voelt meteen het moment van nageven of weerstand bieden aan en kan correct reageren;
- Je kan onderscheid maken tussen stalmoed en ongehoorzaamheid;
- Je kan onderscheid maken tussen vermoeidheid en overvragen.

De juiste mate

- Bij overdosering zal er spanning optreden bij het paard waardoor de hulpen niet doorkomen.
- Beter de hulp in eerste instantie wat zwakker dan te grof.
- Hulpen in de juiste mate geeft het paard rust en zekerheid.



Juiste plaats

- Bij handhulpen moeten de handen zoveel mogelijk op de plaats blijven (rustig ten opzichte van de mond v/h paard).
- De kuit moet rustig op de plaats blijven liggen tenzij andere ligging vereist is.



Juiste ogenblik

- Hand en beenhulpen moeten gegeven worden in het ritme van de bewegingen.
- B.v beenhulpen: de ruiter moet informatie hebben over de beenzetting van het paard, drijven moet gebeuren op het moment dat het paard het achterbeen net van de grond optilt.
- Ritme en takt gevoel is hier vereist.



Goed gecoördineerd

- Samenspel tussen zit, been en handhulpen is essentieel.
- Niet mogelijk zonder een onafhankelijke zit.



Welke eigenschappen moet je bezitten?

- Inlevingsvermogen en sensibiliteit (mentaliteit!);
- Aanpassingsvermogen;
- Lenigheid van lichaam;
- Hoog reactievermogen;
- Concentratievermogen;
- Gevoel voor ritme en bewegingsafloop.

Hoe ontwikkel ik ruitergevoel?

- Veel rijden onder goede begeleiding.
- Rijden op leerpaarden die correct zijn afgericht.
- Les krijgen van een instructeur die je goede gevoelsindrukken laat ervaren.
- Veel verschillende paarden rijden.
- Een combinatie van de bovenstaande is de beste methode!