

EROPUIT

# Stresstraining voor paarden

Paardenliefhebbers uit heel het land verzamelen dit weekend in Gent voor Flanders Horse Expo. Ook Antwerpenaars demonstreren er, zoals de Two Lazy Seven Ranch uit Kalmthout en Iris Van Rompaey uit Schoten, die stresstraining geeft.



Calista is niet van de wijs te brengen. Ze is wat ruiters 'bomproof' noemen.

Vlaanderen telt 200.000 paarden, waarvan er straks als de langverwachte lente eindelijk doorbreekt weer duizenden in de bossen maar ook op straat gaan wandelen. De Vlaamse Vereniging voor Ruitertoerisme heeft drieduizend aangesloten wandelruiten. Het recreatief paardrijden zit duidelijk in de lift. Clint Eastwood had in de spaghettiwesterns gemakkelijk praten. Met een simpele "How!" stond zijn ros stil. Maar paarden zijn vluchtidioten. Het is de natuurlijkste zaak van de wereld dat ze bij dreigend gevaar wegrennen. Net als bij mensen, heb je ook bij paarden types die 'cool' in het hoofd zijn en stresskippen. Hoe krijg je een paard 'bomproof' om zonder problemen tractoren, maïshakselaars, vluchtende fazanten en ander onheil op straat te trotseren? Hoe hou je al die pk's onder controle?

Iris Van Rompaey uit Schoten geeft tijdens Flanders Horse Expo op vrijdag 1 maart (2 keer) en zaterdag 2 en zondag 3 maart demo's stresstraining. De 38-jarige maatschappelijk werkster, regerend Belgisch kampioen in de westerndiscipline trail, runt in de Schotense naald-

wouden vlakbij het Peerdsbos in bijberoep de kleinschalige trainingsstal Iris Training Stable. Hoewel het zo koud is dat de inkt in onze balpen opstijft, zijn het hier echte buitenmensen. Het interviewje gebeurt onder het houten afdak met zicht op de paddock. Buurmeisje Elise (11) De Pauw bakt flensjes in openlucht. "Zo gaat dat hier op woensdagnamiddag als er kinderen zijn. Ze mogen zelf pannenkoeken bakken."

## IN TOOM HOUDEN

De aanwezigheid van Iris op Flanders Horse Expo houdt verband met de nieuwe 'Hou jezelf in toom'-campagne van de Vlaamse overheid, die ruiters moet aanzetten om zich hoffelijk te gedragen ten aanzien van wandelaars en fietsers en ook goed zichtbaar te zijn in het verkeer. "De vorige campagne was de 'Paard op de baan, kalm aan'-campagne om automobilisten te sensibiliseren. Maar die hoffelijkheid moet van beide kanten komen. Ook een ruiter heeft zo zijn plichten. Wie zijn paard niet onder controle heeft, zit met een probleem."

Iris' partner Jan Boschmans (60) is bestuurslid van de vzw Antwerpse Trekruiters, die onder meer ijvert voor het behoud en de uitbouw van ruiterpaden. "Recreatief rijden is een zalige ontspanning, op voorwaarde dat je op een betrouwbare



Iris op Calista, Jan met zijn tractor en Annick met haar Arabische volbloed Fajera. FOTO'S WIM HENDRIX

paard rijdt. Ik krijg hier paarden in training van eigenaars die al een jaar niet meer op hun eigen paard hebben durven zitten. Onlangs kreeg ik een paard binnen dat de onhebbelijke gewoonte had om opzettelijk de knieën van zijn ruiter tegen bomen of muren te schaven", vertelt Iris. "Gelukkig bestaat er voor alles een oplossing. Veel van die problemen hebben trouwens een medische oorzaak. Daarom werk ik nauw samen met een paardenfysiotherapeut." Natural horsemanship is tegenwoordig het toverwoord bij recreatieruiters. "Het houdt in dat je zo natuurlijk mogelijk met je paard omgaat en zo ook de mentale gezondheid respecteert. Da's prima, maar je mag niet alles tot natural horsemanship herleiden. Zoals ik al zei hebben veel problemen een medische oorzaak. Onlangs kreeg ik een paard in training dat niet te sturen viel. Wel, het paard zonder stuur bleek een geblokkeerde rug te hebben."

## KOELBLOEDIG

Voor de demonstratie 'stresstraining' in Gent brengt Iris haar paard Calista mee, een henson. "Dat wordt gebruikt voor een paard dat voor 50% warmbloed is,

en 50% fjord. Calista hebben we zelf gefokt. Ze is letterlijk in mijn armen geboren", vertelt Iris. "Calista schrikt nergens meer van. Er mag een tientonnet op een halve meter voorbij ratelen: ze zal geen stap verkeerdt zetten. Maar zo'n koelbloedig paard krijg je niet vanzelf. Daarvoor is dus stresstraining nodig." Annick Allaert (46) weet er alles van. Ze reed vroeger dressuur maar is nu op een leeftijd gekomen dat ze liever een bosruiter wil worden. Via vrienden kon ze Fajera kopen, een prachtige, jonge volbloedaraber. Maar spijtje genoeg ook een vierbenige stuitersbal en dribbelkont eerste klas, die voor het geringste ritsteltje een spurtje trekt. Niet meteen Annicks idee van een ontspannen buitenrit. Op korte tijd heeft Iris evenwel spectaculaire vorderingen gemaakt met Fajera. "Alles begint met grondwerk. Je zit niet op je paard maar staat er naast. Als ik een groot stuk plastic op de grond leg, zal het paard aanvankelijk panikeren. Pas als het kalmeert, neem ik de stressbron weg, zodat het paard uiteindelijk het verband legt dat alles altijd goed komt op voorwaarde dat het zijn kalmte bewaart." Annick is in de wolken met Fajera's vooruitgang. "Mocht ik dit drie maanden geleden hebben gedaan, dan was 'madame' al

lang weggelopen", lacht ze als ze met een stuk plastic rondzwieret. "Fajera betekent zo veel als 'klein zotteke', en eigenlijk hadden we geen betere naam voor haar kunnen bedenken. Want er mocht dus geen blad bewegen of ze was riebiedebie. Maar nu niet meer!"

## BODYCONTROLE

Het tweede onderdeel dat Iris aansnijdt tijdens de cursus stresstraining is de rijvaardigheid en de bodycontrole. "Een teer punt bij veel wandelruiters. Hoofd, hals, ribben, schouders en achterste van je paard: je moet over alles controle hebben. Paarden die stress voelen, steken instinctief hun hoofd in de lucht, terwijl de opperste ontspanning met de neus naar beneden is, zoals wanneer ze lekker relaxed grazen in de wei. Het is dus belangrijk om dat hoofd naar beneden te krijgen. Paardenliefhebbers horen het in Keulen donderen als ik vertel dat ze ook het

zicht van hun paard moeten kennen om zijn reactie te begrijpen. Als je wil dat je paard bedaard over een waterplas stap en er niet overheen springt, dan moet je je paard recht voor die plas zetten, zodat hij diepzicht heeft. Zet je je paard schuin voor de plas, dan zal hij sneller geneigd zijn om te springen omdat de plas in zijn ogen groter lijkt." Kers op de taart bij de

stresstraining is het derde onderdeel: het trainen onder het zadel, terwijl je op de paardengrug zit. Jan tuft met de tractor door de piste waar Annick met Fajera en Iris op Calista rondstappen. De twee paarden verroeren geen hoef. Iris doet er nog een schep bovenop. In een rustige galop begint ze een groen plastic dekzeil boven haar hoofd rond te zwieren zoals een lasso. Calista doet alsof ze het niet ziet. "Je kan met tagnetten naast haar oren staan te kleppen, ze blijft stoïcijns." Elise geeft haar ogen de kost. Ze heeft zelf (nog) geen paard, maar komt bijna dagelijks rijden of helpen bij Iris' Training Stable. Een kleine Merel zoals bij Amika, al vindt ze onze vergelijking maar niets. "Ik kijk niet naar Amika. Later word ik ook paardentrainer. Iris is mijn grote voorbeeld", zegt het meisje, terwijl ze nog een pannenkoek voor ons bakt.

## KRISTIN MATHYSSEN

Flanders Horse Expo, Maaltekouter 1 in Gent, van vrijdag 1 tot en met zondag 3 maart, met kidsprogramma, voltpje, spektakel Fabula rusa (met o.a. Mario Luruschil), jumping, mensen, natural horsemanship, demo's, ruitertoerisme enz. volwassene: 16 euro, kinderen 6-12 jaar: 10 euro, jonger dan zes gratis. [www.flanders-horse-expo.be](http://www.flanders-horse-expo.be)



Annick met Fajera tijdens het grondwerk met het plastic zeil.



Annick ziet het opnieuw zitten met 'stresskip' Fajera.



Elise (11), paardengek.