

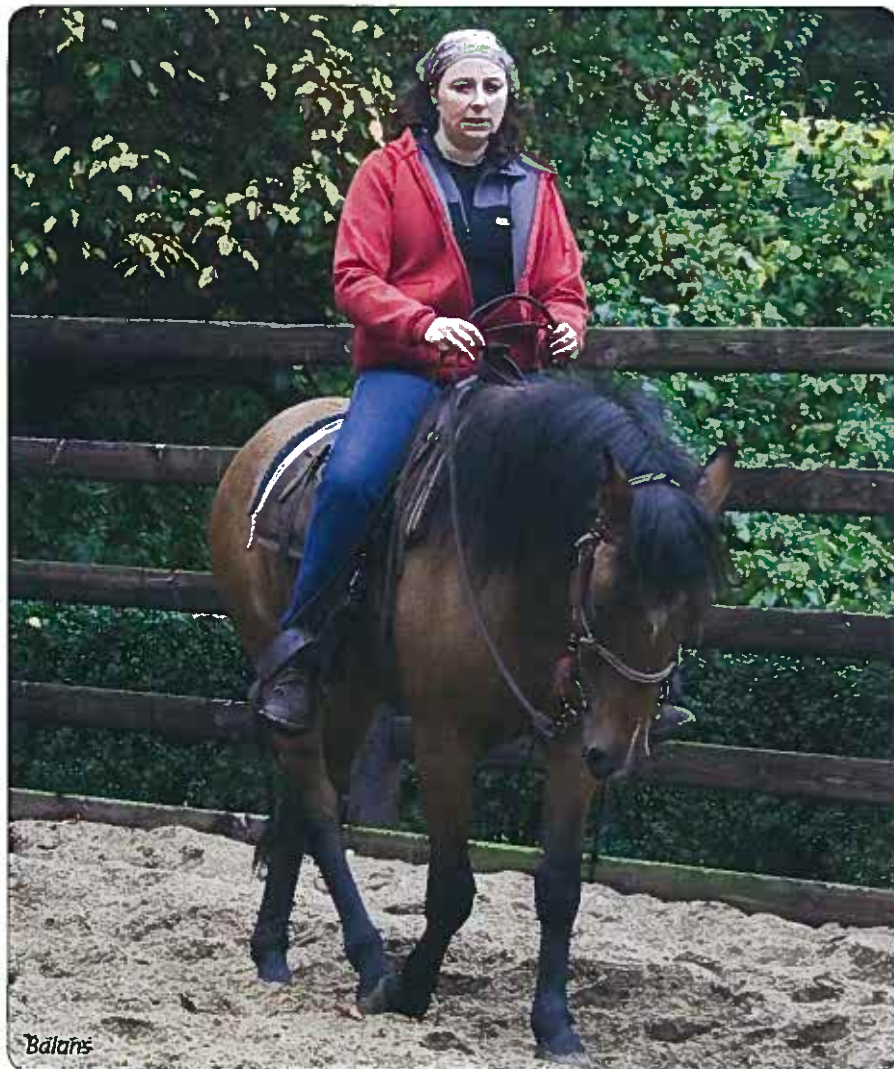
DE TECHNIEKEN VAN HET ZADELMAK MAKEN: NIET ALLEEN INTERESSANT VOOR JONGE PAARDEN!

Naar aanleiding van een info-avond over zadelmak maken op mijn trainingsstal werd er me gevraagd een artikel te schrijven over dit onderwerp. Mijn eerste reactie was: is hier wel interesse voor?

Maar na het een dag te hebben laten bezinken besloot ik er toch aan te beginnen. De volgorde en methodieken die ik gebruik bij jonge paarden zijn grosso modo hetzelfde als bij hertrainingen. De hertrainingen die ik krijg zijn meestal problemen die veroorzaakt worden door stijfheid en zelfs blokkades in het paardenlichaam. Hoofd in de lucht, zwaar op de hand zijn, met een holle rug lopen, op de voorhand lopen, steeds versnellen, vaak struikelen, problemen met galop of overgangen, ... Het zijn in feite geen problemen maar symptomen van onderliggende problemen waarvan we ons niet altijd bewust zijn. Wandelruiters zijn sterk bezig met het mentale welzijn van hun rijdieren, hun trouwe compagnon op lange tochten. Daarin onderscheiden we ons duidelijk van de meeste wedstrijdruiters. We zijn bezorgd om correcte voeding en voedingspatronen, weidengang en sociaal contact voor onze paarden. We willen ze zo natuurlijk mogelijk houden. Prachtig toch!

Het belang van een goede spieropbouw

Helaas zijn paarden niet gemaakt om bereden te worden zonder dat ze daar hinder van ondervinden. Onze wandelpaarden moeten hard werken, zoveel is duidelijk, maar het zijn geen topatleten. Logisch want welke wandelruiter wil nu een hele dag zijn paard verzamelen terwijl hij in het bos rijdt? Van trektochten hoor je te genieten. Maar verzamelen is meer dan alleen maar in de krul trekken. Het heeft



Balans

daar zelfs niets mee te maken. Door je paard veel te verzamelen, krijgt hij sterke buikspieren waardoor zijn rug bol komt te staan en hij sterk genoeg is om ons, en het extra gewicht dat we op trektocht meenemen, te kunnen dragen zonder problemen. Spieropbouw maakt altijd een belangrijk onderdeel uit van mijn trainingsschema's, ongeacht of het jonge of volwassen paarden zijn. Waarom vind ik de methodes van zadelmak maken nog interessant voor wandelruiters? Er komt ook een groot deel 'stresstraining' aan te pas. Nageeflijkheid, bodycontrol en een goede stop zorgen

niet alleen voor lichtheid, maar zijn heel belangrijk voor onze veiligheid.

Grondig grondwerk

Goed, we beginnen dus met een groen paard van bij het begin, en dat is grondwerk. Eén van de eerste dingen die ik doe is het paard leren achteruit gaan zonder dat ik meega. Achteruitgaan door op zijn borst te duwen, op zijn neus te duwen, door druk te zetten op het halster of leidtouw moet hij ook leren. Maar voor mijn eigen veiligheid leg ik prioriteit op het achteruit gaan wanneer ik met mijn leidtouw wiebel. Het paard moet dit leren als een

reflex zodat wanneer hij schrikt, hij meer respect heeft voor het wiebelende touw en dus niet bovenop mij springt. Parelli beschrijft dit zeer mooi in zijn grondwerkprogramma. En zoals steeds: hoe beter hij dit leert in gecontroleerde omstandigheden hoe gemakkelijker hij terug tot rede is te brengen in moeilijke situaties. In dezelfde sessie begin ik met leiden en respect voor de persoonlijke ruimte van de mens. Bij het leiden wil ik dat het paard op een respectabele afstand achter me blijft stappen. Ik werk met een lang touw en wil dat het touw lichtjes doorhangt. Om zijn aandacht erbij te houden verander ik regelmatig van richting. Wanneer hij te dicht komt gebruik ik mijn touw zoals hij eerder al leerde of ik wiebel met mijn ellebogen. Wanneer je slaat worden paarden ofwel angstig ofwel boos. Wanneer ze je ellebogen zien bewegen en er toch zelf tegenaan lopen is het een heel ander verhaal. Blijft het paard achter, ga dan niet rechtdoor aan je touw trekken maar loop snel naar zijn achterhand en trek zijn hoofd mee. Je brengt hem uit balans wat niet aangenaam is waardoor hij terug aandachtig wordt op jou. Later bouw ik dat op tot het paard met me synchroniseert. Wanneer ik voorwaarts stap stapt hij mee, als ik stop stopt hij ook en als ik achteruit stap gaat hij ook achteruit. Dit allemaal zonder dat ik me moet omdraaien, zonder dat er druk op het touw komt en later zelfs zonder touw. Krijg ik een heel dominant paard, dan ga ik dat eerst laten lopen in de 'round pen' en blijven drijven tot hij me tekenen van onderwerping toont. Wanneer ik hem dan laat stoppen controleer ik of hij met me synchroniseert. Doet hij dit dan is hij klaar om de training verder aan te vatten. Monty Roberts noemt dit de 'join up'.

Via cirkelwerk leer ik het paard te reageren op mijn verbale commando's. Een tongklik betekend stappen, meerdere klikken draf, een kusje aanspringen in galop en 'whoa' stoppen. Welke signalen of woorden je gebruikt maakt niet uit zolang je maar consequent blijft.

Bij het cirkelen gebruik ik een lang touw en een touwhalster. Mijn hand dat het touw vastheeft (op de linkercirkel is dat mijn linkerhand) is mijn leidende hand, daarmee maak ik de richting duidelijk aan het paard. Mijn andere hand is de drijvende hand. Daarmee houd ik de overschot van mijn 'leadrope' vast. Ik drijf hem voorwaarts door dit naar zijn achterhand te wijzen en naar de buitenkant van de cirkel door dit naar zijn ribben te bewegen. Het paard mag niet op mijn hand hangen. Doet hij dit wel dan bump ik zijn hoofd naar binnen en drijf tegelijk om te voorko-



Grondwerk

men dat hij naar binnenkomt of stopt. 'Whoa' leer ik door op het juiste moment zijn hoofd naar zijn heup te trekken. In galop bv is dat het zweefmoment. Ik zeg 'whoa' tot hij stilstaat en ontspan me dan. Wanneer het paard dan stilstaat laat ik hem van hand veranderen door zijn schouders weg te drijven terwijl mijn leidende hand de juiste kant opwijst.

Veiligheid voor alles

Het volgende belangrijke onderdeel is stresstraining. In western beter bekend als 'sacking out' en in NHS kringen als 'friendly game'. De juiste meer wetenschappelijke benaming is desensibiliseren. Het betekent niet meer of minder dan een paard gewend maken aan dingen die hem natuurlijk angst aanjagen en als vlucht dier is dat heel wat. Belangrijk is dat je niet recht voor je paard gaat staan. Daar heeft hij dieptezicht en kan hij je accuraat raken als hij met zijn voorbenen klauwt. De veiligste plaats is aan de schoft. Zo kan je zijn hoofd naar binnen houden. Gebeurt er iets dan trek je het hoofd naar je toe zodat de achterhand van je wegdraait terwijl je ervoor zorgt dat je bij de schoft blijft. Laat nooit toe dat hij zijn hoofd naar buiten brengt want dan komt de achterhand naar binnen, kan hij je verwonden als hij stampet en heeft

hij de kracht om zich van je los te trekken. Hetzelfde geldt bij het cirkelen en longeren. Het doel is dat het paard bewust zijn emoties onder controle leert houden. We zoeken de grens van zijn confort op en proberen deze te verleggen door hem bv een stok met een vlag te laten zien en deze terug weg te nemen als hij kalm blijft. De paarden die van nature 'cool' zijn, zijn het moeilijkst om echt stressvrij te maken. Als ze zich van wapperende plastic niets aantrekken dan lijkt dat heel leuk maar er is geen trainingsresultaat. Als de dag dan komt dat ze in het bos wel onder druk komen te staan zal hun reactie veel heviger zijn. Zoals ik eerder al zei: hoe beter hij dit leert in gecontroleerde omstandigheden hoe gemakkelijker hij terug tot rede is te brengen in moeilijke situaties. Observer je paard en werk daar waar je ziet dat hij zich een beetje zorgen begint te maken. Bij het ene paard is de vlag op een meter afstand al eng, terwijl een ander zich er meteen mee laat aanraken. Werk op zijn grens en stop als je ziet dat hij moeite doet. Als het paard zich helemaal opspant, je ziet dat hij ongerust is en er liever vandoor wil gaan maar toch heel bewust aan een los touw blijft stilstaan heb je het gewenste resultaat bereikt en kan je langzaam de hoeveelheid druk opbouwen.



Stressvrij paard