

Working Equitation

Grenen som bjuder in hästen att delta



FOTO: Rasmus Pernler

Ulrika Pernler

**Började rida 1979
Haft egna hästar sedan tidigt 80-tal**

**Det viktigaste för mig är
relationen till min häst.**

**(Ridlärare)
(Dressyrtränare)
(Dressyrdomare)
(WE domare)
(Banbyggare)
(Överdomare)
(Domarutbildare)**



FOTO: Elke Hartmann

Mina elever

Min filosofi när det gäller undervisning

Jag vill stötta häst och människa på deras nivå och efter deras förutsättningar på vägen framåt.

Min undervisning ska präglas av glädje, avspänning, tydlighet och motivation.

Alla hästar kan inte göra allt men alla kan göra nåt. Det är viktigt att vi är rättvisa mot vår häst när vi sätter våra mål.



FOTO: Marie Pettersson



FOTO: Nordtass

Historia

- Working Equitation förkortas i Sverige i dagligt tal till WE. Grenens ursprung är traditionen med arbete till häst, med bland annat arbete på gårdens marker och med boskap. Slutmålet är att rida på en hand, eftersom den andra handen behövs till att exempelvis hålla i en garrochastav eller att öppna en grind. Working Equitation som tävlingsform uppstod i Sydeuropa och Europamästerskap har genomförts regelbundet sedan år 1995 då det första arrangerades i Italien.



FOTO: Malin Larsson

Working Equitation

- WE Bygger på Förtroende och samspel mellan ryttare och häst.
- WE utvecklar och förbättrar ryttarens sits, balans hjälpgivning, koordination, planering av bra ridvägar och anpassning av tempo.
- Hästen får en allsidig utbildning som baseras på dressyrens grunder.

Tre moment

Dressyrmomentet består av ett dressyrtest.

Teknikmomentet är en hinderbana med sex till arton hinder som kan ridas på olika sätt beroende på nivå och där olika uppgifter ska lösas.

Speedmomentet är också en hinderbana där ekipaget rider mot klockan. Precision och samspel är viktiga komponenter.

Hästvälfärden

**Hästens välfärd ska alltid
sättas främst i allt vi gör**

Vårt gemensamma ansvar är att behandla våra hästar med respekt och alltid vara lyhörda för deras absolut bästa. Vi får aldrig sluta ifrågasätta vad vi gör med våra hästar, hur vi gör det och varför.

Fem domäner

Hästvelfärd handlar om både hästens fysiska och mentala hälsa.

En modell för att mäta hästens välfärd kallas ”De fem domänerna”, utfodring, fysisk miljö, hälsa, beteende och mental hälsa.

WE och Tävling



FOTO: Nordtass

För den som tävlar/ har licens gäller:

Tävlingsregler och uppförandekod (code of conduct) finns till för att säkra djurskyddet vid tävling och för att göra tävlingarna så rättvisa som möjligt för både hästar och människor. Tänk på att TR också ska vara normgivande vid all form av ridning, träning och hantering av hästar. Otillåten hantering av häst vid träning är straffbart.

Hästvelfärd i WE - Tävlingsmomentet

Hästen inkluderas
tydligt i uppgifterna i
hindermomenten

Hästen kan delta i
övningarna och att
den deltar värderas
vid träning och tävling



FOTO: Rasmus Pernler

Hästvälfärd i WE - Tävlingsmomentet

Banorna ska byggas
så att de blir
ridvänliga och
främjar god ridning.

UPK 180624

Mår/Svår

Ulrika Pernier

Teknik

Start

1. Trägrind/Reppgrind, eget val
2. Två tunnor första höger med byta
3. Flytta mugg
4. Klocka i korridor
5. Enkelslalom med byten
6. Bro
7. Fälla två varv, första vänster
8. Bord och kanna
9. Enkelslalom med byten
10. Lans ur
11. Ring
12. Lans i Mål

Speed

Start

1. Reppgrind
2. Två tunnor första höger
3. Flytta Mugg
4. Klocka i korridor
5. Enkelslalom
6. Bro
7. Fälla ett varv valfritt, håll
8. Bord och kanna
9. Enkelslalom
10. Lans ur
11. Ring
12. Lans i Mål

Bana 30x60



Hästvelfärd i WE - Tävlingsmomentet

Stor valmöjlighet
till utrustning som
passar den
enskilda hästen tex
bettlösa alternativt
samt barfotaboots



Hästvälfärd i WE - Tävlingsmomentet

**Många olika klasser
från Debutant till
Svår klass.**

**- Lättridning är
tillåtet upp till Lätt
B:2 i alla moment
enligt TR**



FOTO: Rasmus Pernler

Hästvälfärd i WE Tävlingsmomentet

Vid tävling finns
hästkontrollant
vid in och
utsläpp



ElCurioso-Photography.com

FOTO: Elke Hartmann

**Hästvelfärd i WE
träning med hindren**

**Hästen inkluderas i
uppgifterna i
hindermomenten
och uppmuntras att
delta i övningarna**

**Uppgifterna är
tydliga för hästen.**



FOTO: Ulrika Pernler

Mina tankar kring hindrens funktion relaterat till utbildningsstegen och hur inläring kan göras på ett sätt som främjar relationen med hästen.

Vad behövs?

**Tålamod
Tydlighet
Avspändhet
Glädje
Beröm**



FOTO: Rasmus Pernler

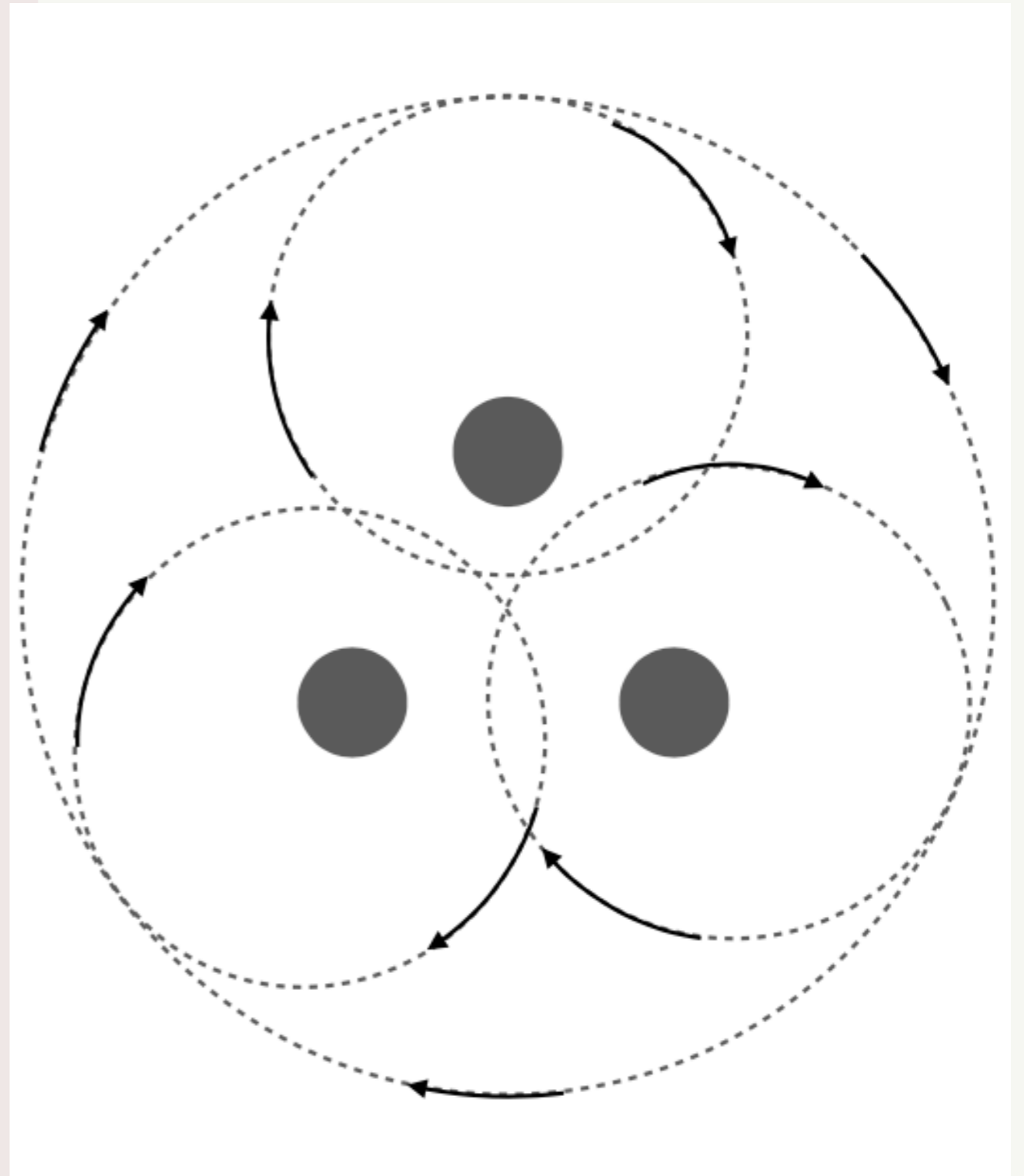
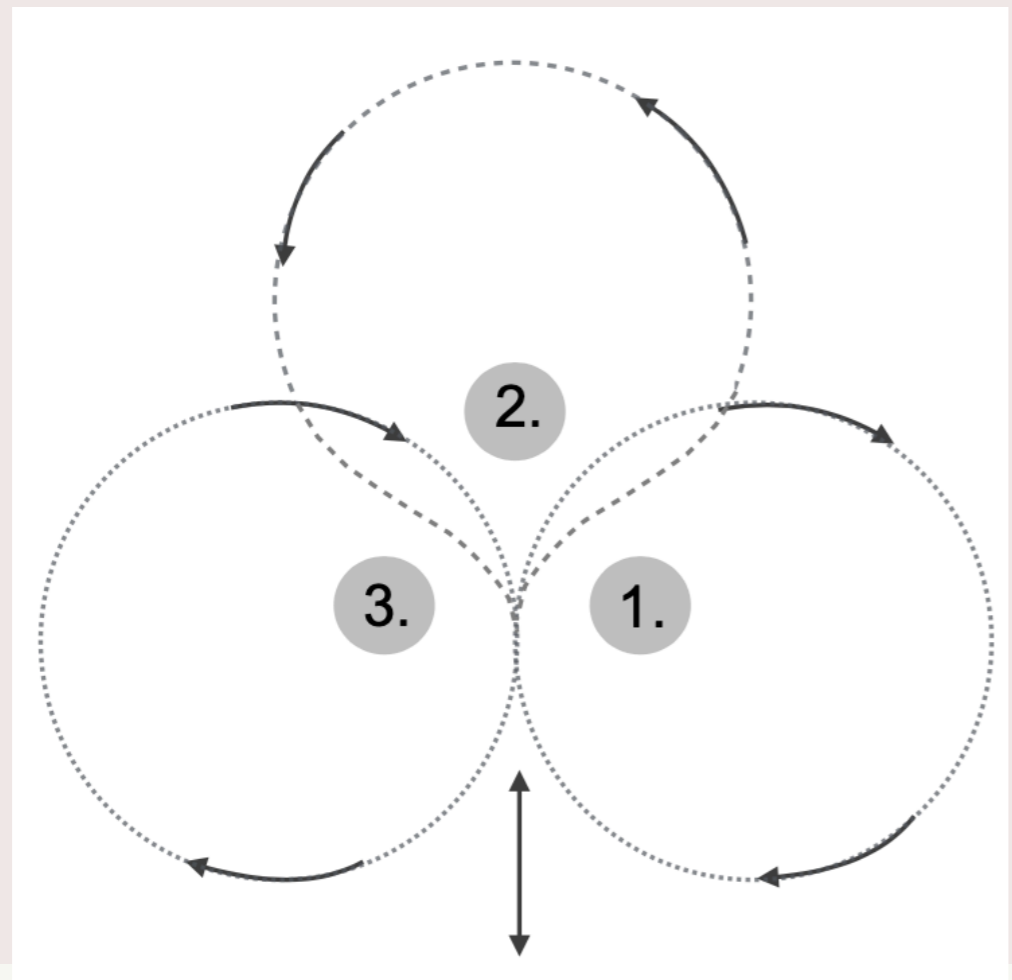
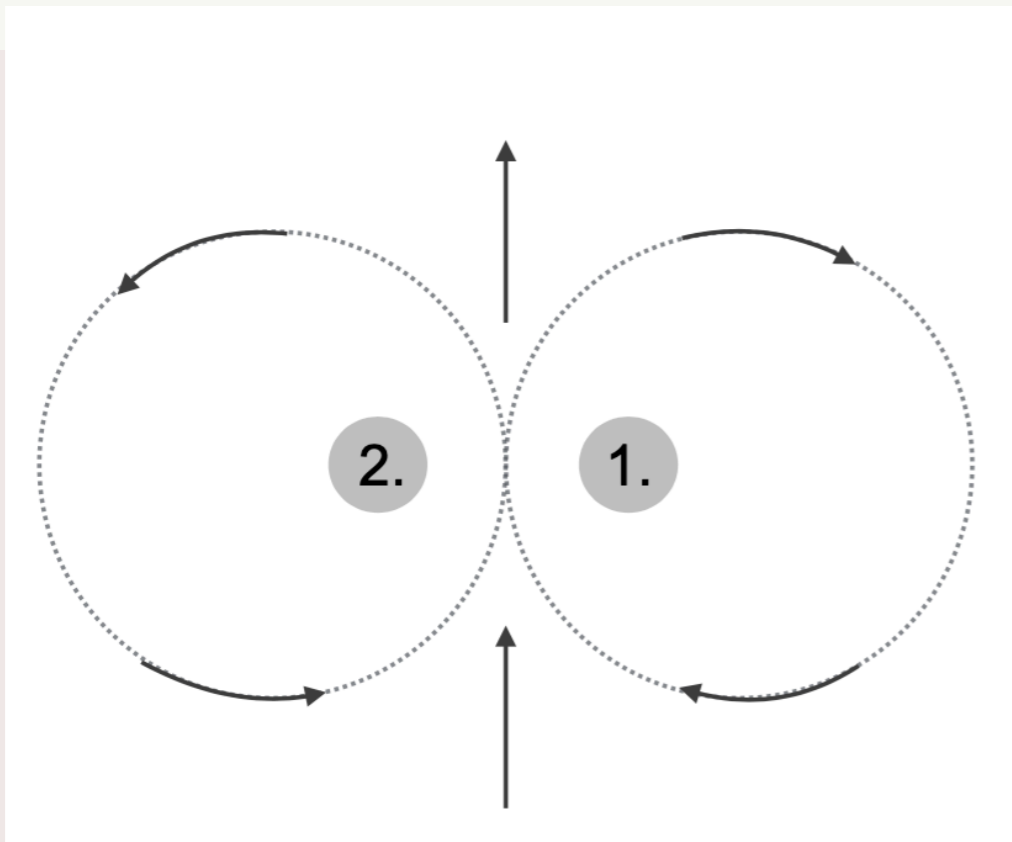
Två och tre tunnor

lösgör, främjar liksidighet, spårning

- Bra "första hinder" då tunnorna sällan "skrämmar" hästen samt att de är enkla att rida i skritt och i viss mån trav. (I galopp tillkommer samling och balans för övergångar till skritt eller byte)
- Anpassa volternas storlek samt tempot till ekipaget.
- En bra storlek på volt är när det är enkelt för hästen att bibehålla takt och energi.
- Ett tips i tre tunnor är att rida dem på 20 m volt med alla volter åt samma håll när du börjar öva i trav/galopp.



FOTO: Hippson



Träbro

Förtroende, övergångar

- Vid bron vill vi se hästen visa förtroende och avspänning. Även övergångarna till trav eller galopp före och efter vägs in.
- Det bästa sättet för inläring är att jobba i grupp där den häst som aldrig gjort hindret får gå efter en annan häst som är van att gå över bron. Tvekar den nya hästen så brukar jag låta den stå kvar vid sidan och titta några gånger och sen prova igen.
- Många hästar verkar gilla känslan av att stå uppe på höjden på bron och kika ut över banan och den blir snabbt en favorit. De lär sig snabbt var övergångarna ska ligga och hjälper till.

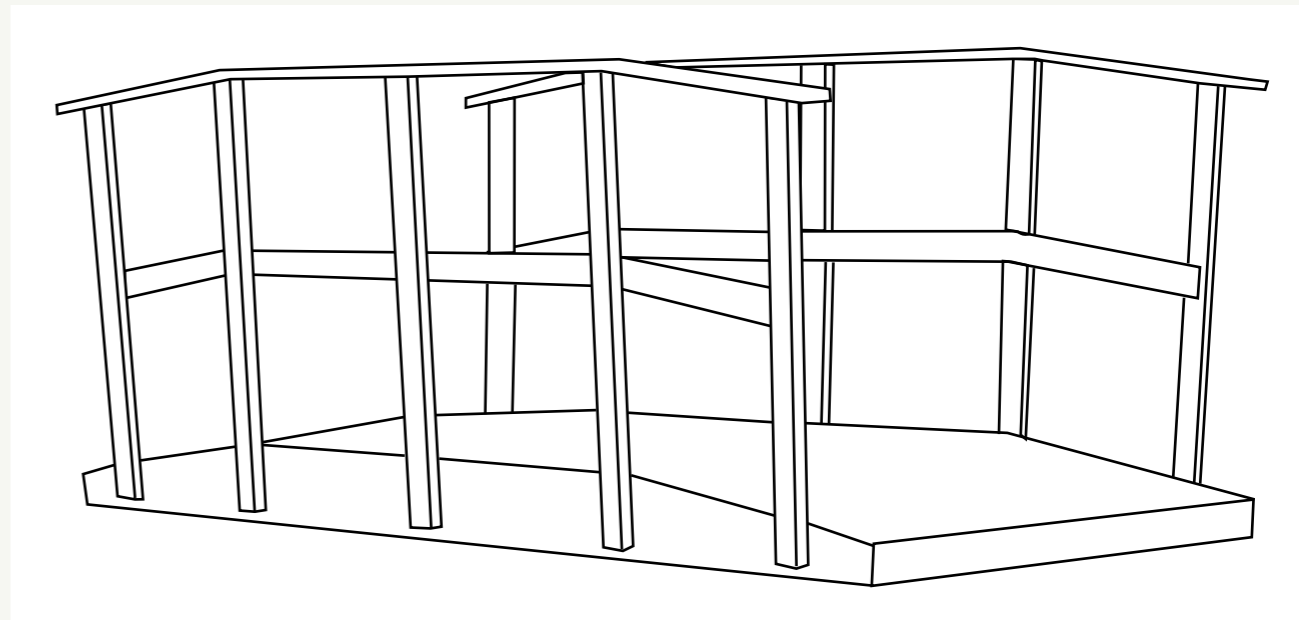


FOTO: Rasmus Pernler

Enkelslalom

Liksidighet, balans

- I enkelslalom tittar vi på spårning, balans, omställning/omböjning
- Ett bra "förstahinder" då det är enkelt att rida i skritt och trav. det är inte heller skrämmande för hästen.
- I galopp och i trav med tätare avstånd blir det svårt.
- Anpassa avstånd mellan pinnar och tempo efter ekipaget. Hindret ska inte skapa obalans utan avspänning och balans. Minska antalet pinnar vid behov.
- En bra alternativ övning är att rida korta sidvärtsrörelser mellan pinnarna i skritt och ev trav.



FOTO: Rasmus Pernler

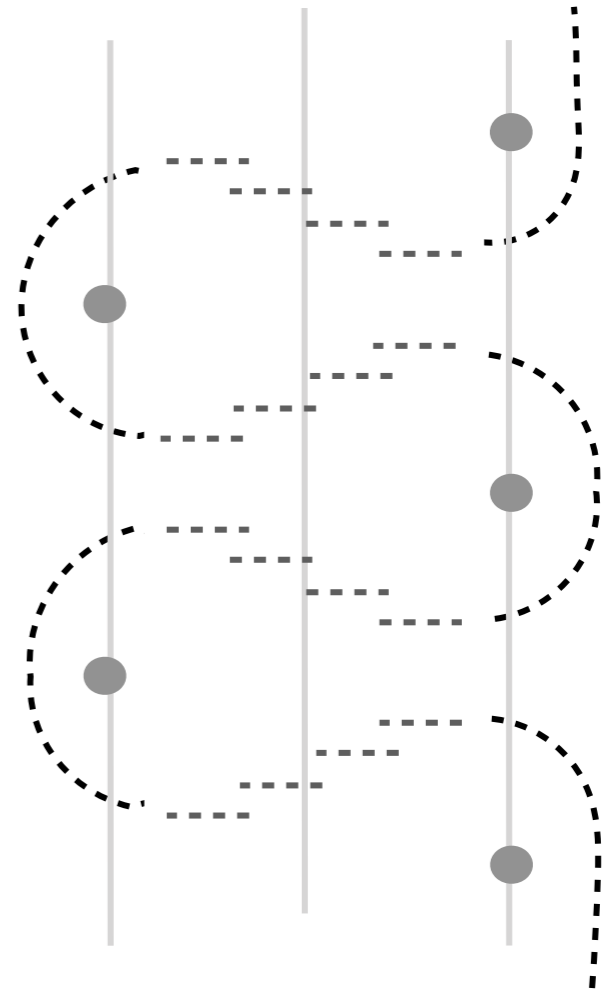
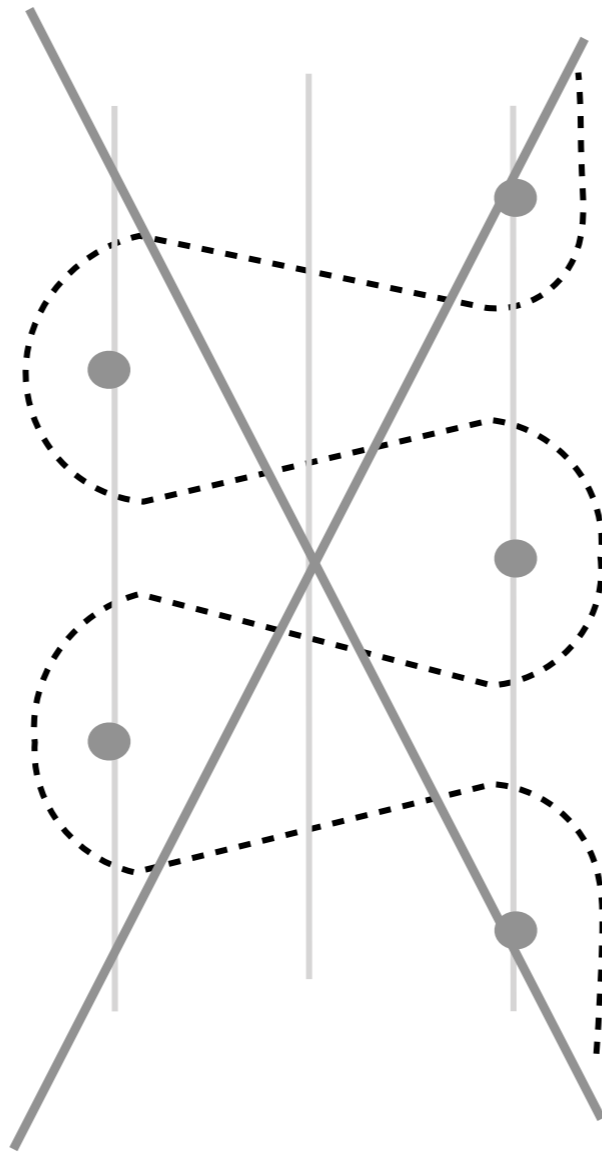
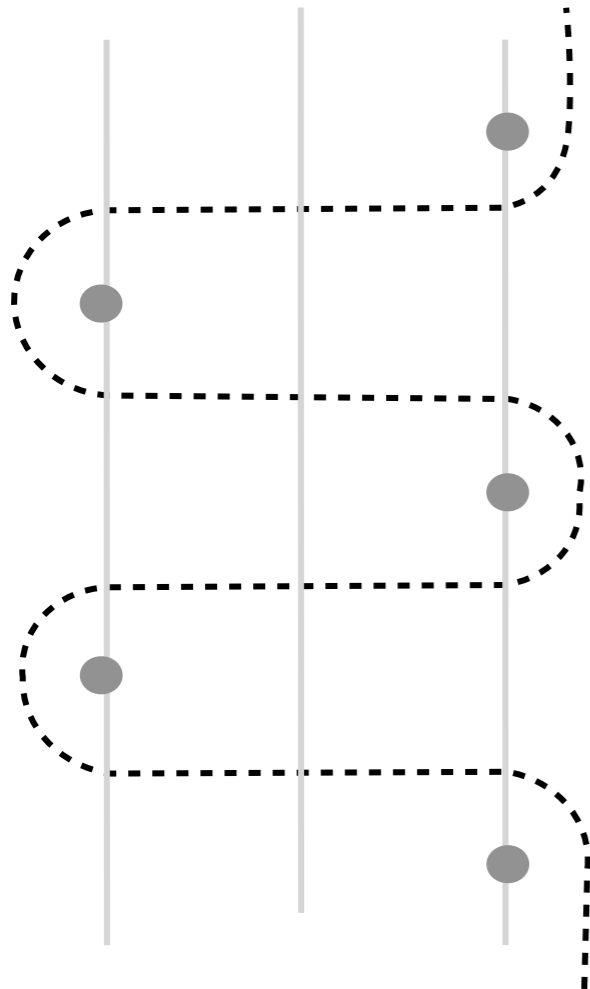
Parallellslalom

Liksidighet, samling

- I parallellslalom tittar vi på spårning, balans, omställning/omböjning
- Ett krävande hinder som inte bör repeteras för många gånger. Rids sparsamt och med eftertanke.
- I skritt är det ett ”snällare” hinder där ekipaget i lugn och ro kan arbeta med vägar och balans.
- Anpassa avstånd mellan pinnar och tempo efter ekipaget. Minska antalet pinnar vid behov.
- Pressa inte hästen att göra ”hela hindret”. Var alltid beredd att gå ur hindret om problem uppstår eller också som beröm om hästen utför en del av hindret mycket bra.



FOTO: Nordtass



Fålla

Böj, spårning, samling

- I fållan tittar vi på balans, spårning, bibehållen takt, (ev vändning och galoppombyte)
- Ett hinder som ramar in naturligt och ger böjda spåret stöd på både sin och utsida.
- Lugnar ofta spända hästar
- Anpassa storleken på fållan efter ekipagen.
- Anpassa anridningens vinkel efter ekipagen.

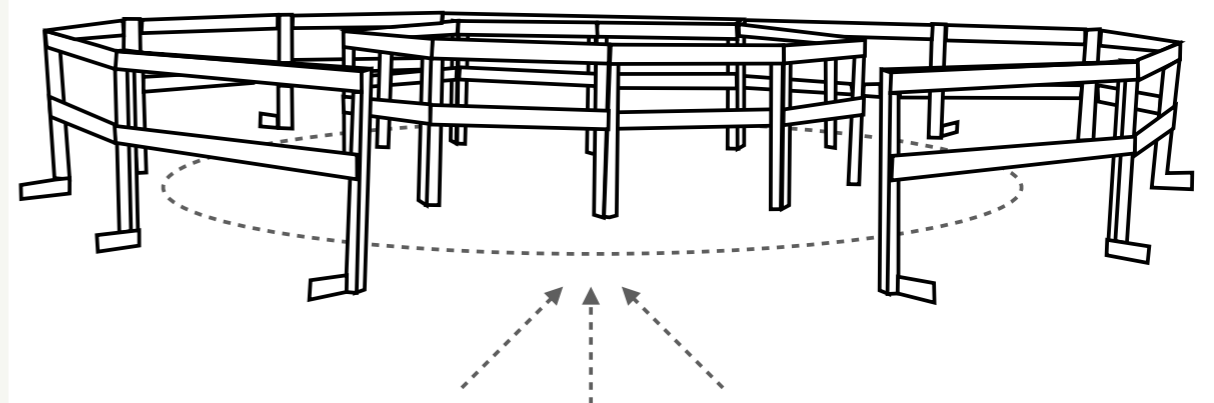


FOTO: Elke Hartmann

Hopp hinder

Bjudning, förtroende

- Hopp hindret handlar om förtroende mellan häst och ryttare samt att hästen visar att den "tar tag" i hindret och bjuder.
- Hindret ska alltid ha en marklinje och en rak överlinje samt gärna vara fyllt med tex halmbalar.



FOTO: Marie Petterson

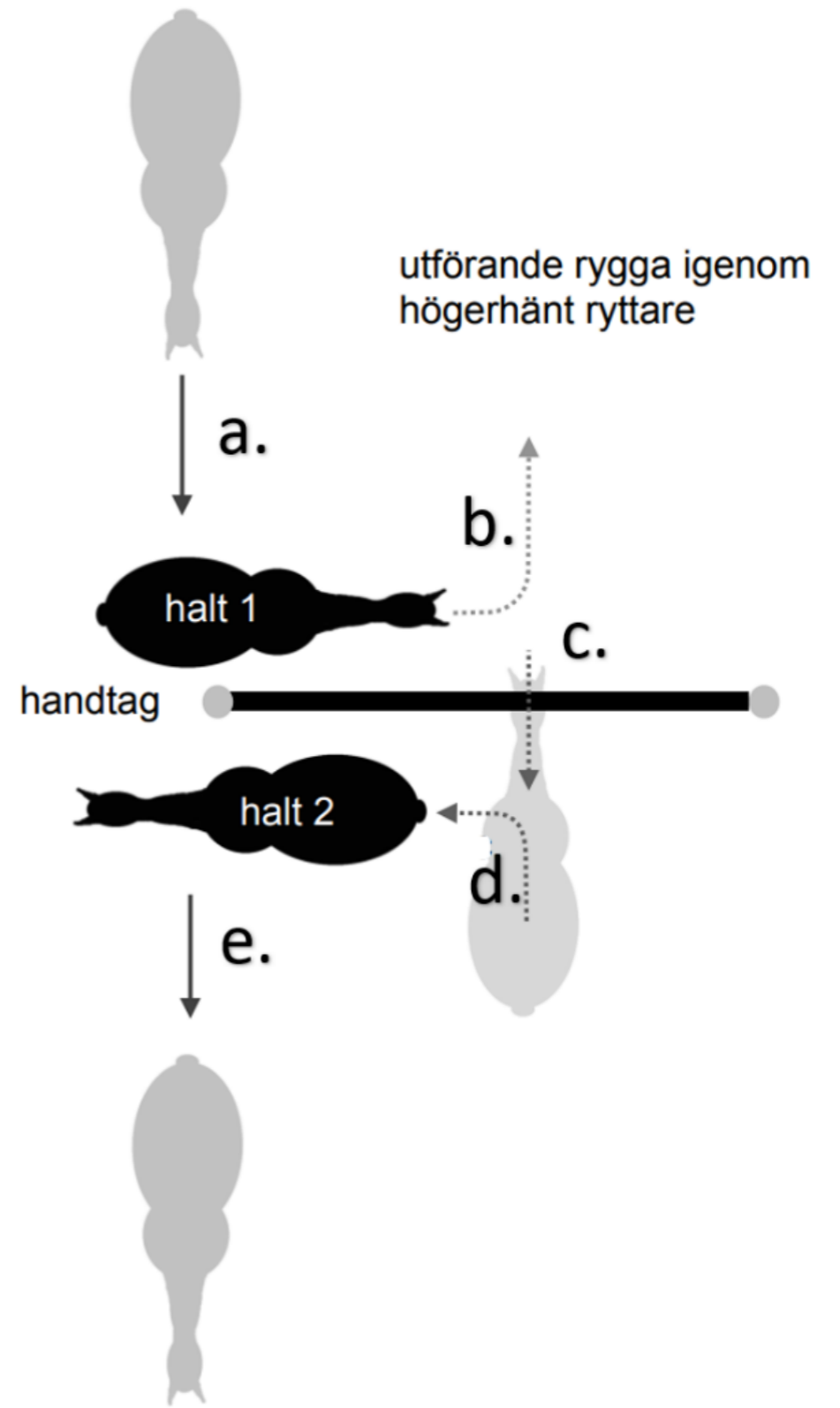
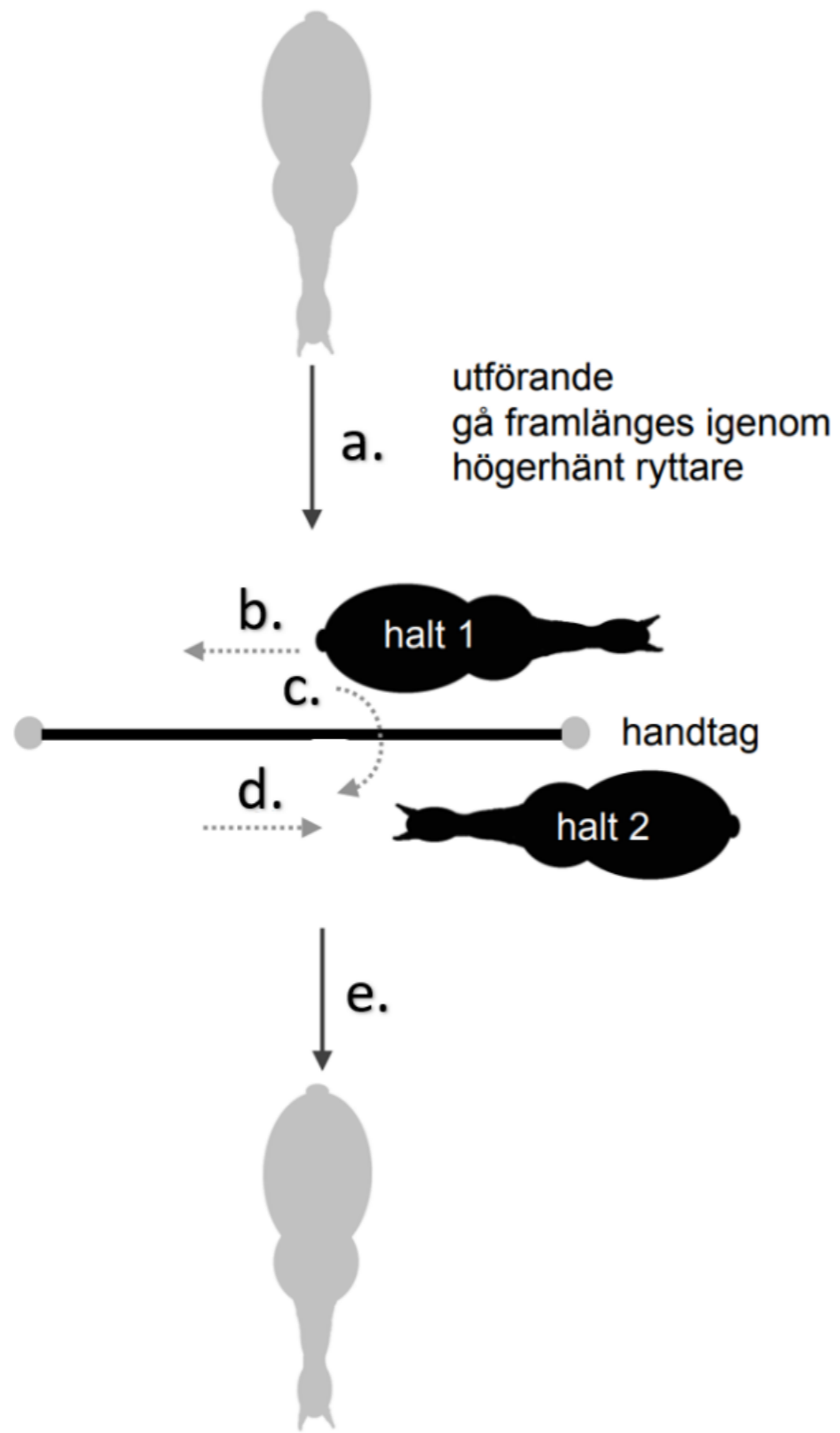
Grind

Samarbete, avspändhet, övergångar

- I grinden handlar det om att samarbeta och göra allt i små steg.
- Det är väldigt individuellt hur hästen reagerar på det här hindret. Om ryttaren vet hur den ska göra och är tydlig i de olika momenten så går det ganska snabbt att lära en ovan häst.
- Öva utan rep först så att ryttare och häst får öva de små momenten.
- Öva delar av hindret med rep och bygg på. (ev från marken)
- Ett av de hinder där det blir väldigt tydligt hur medveten hästen är om de olika stegen i hindren.



FOTO: Marie Pettersson



Flytta mugg

Övergångar, stillastående, muggflytt

- Flytta mugg är ett väldigt tydligt sätt att träna övergångar. Hästen lär sig snabbt att stanna mellan pinnarna.
- För en del hästar är det klaustrofobiskt att gå in mellan och stå still mellan pinnarna. Börja med att bara rida rakt igenom. Gör halten när hästen är avspänd. Gör rörelsen utan att ta med muggen. Flytta muggen när allt det övriga fungerar.
- Hästarna lär sig bromsa i fin balans i och med att de ser när övergången ska ske.



FOTO: Nordtass

Klocka i korridor

Övergångar, ryggning

- Klocka i korridor är det överlägset bästa sättet att göra ryggning till tydlig övning där hästen får med sig bjudningen i ryggningen.
- Korridoren kan ibland upplevas som klaustrofobiskt för hästen. Ha alltid klockan lite vid sidan av korridorens ände så att du kan rida rakt igenom. Gör halten när hästen är avspänd. Gör rörelsen för att plinga i klockan, med handen. Plinga när hästen är avspänd. Lägg till ryggningen.
- Är hästen ovan vid ryggning så ha medhjälpare på marken. Börja med några få steg och gå sen framåt. Öva gärna till fots om du är ensam.



FOTO: Frida Engvall



FOTO: Ulrika Pernler

Bord och kanna

Övergångar, stillastående, lyft av kanna

- Bord och kanna är liksom att flytta mugg ett väldigt tydligt sätt att träna övergångar. Hästen lär sig snabbt att stanna vid bordet och ser själv när kannan är tillbaka på bordsskivan.
- Så länge inte hästen vet vad som ska hända vid bordet så kan det skapa spänning och ovilja att gå nära. Låt hästen stanna med sitt "säkerhetsavstånd" i början. En medhjälpare på marken kan lyfta kannan.
- Låt hästen gå på liten cirkel kring bordet till den slappnar av, gör halten då.
- Dela upp i små steg.
- Hästarna lär sig bromsa i fin balans i och med att de ser när övergången ska ske.

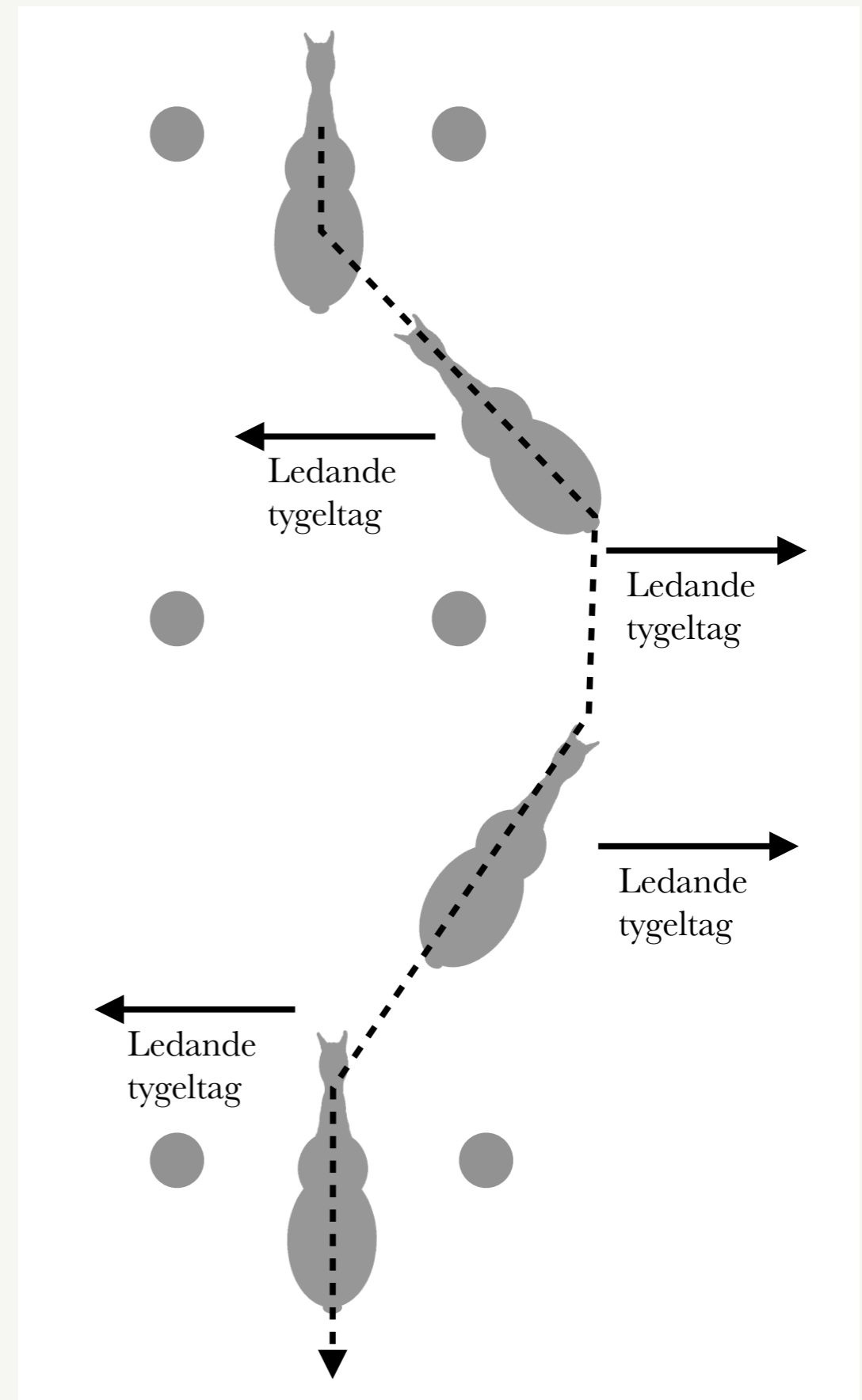


FOTO: Rasmus Pernler

Rygga i mönster

Samarbetsövning

- Rygga mönster är en svår övning där hästen ska gå in mellan sex pinnar uppställda som en korridor. Ekipaget gör halt längst fram och ryggar sedan mellan pinnarna på korridorens högra sida. Den förekommer endast i de högsta klasserna.
- När hästen kan hindret så har den också möjlighet att hjälpa till och gör det gärna.
- När ekipaget övar är det viktigt att ha hästen med sig och avbryta om det uppstår spänningar.



Sidvärts med bom

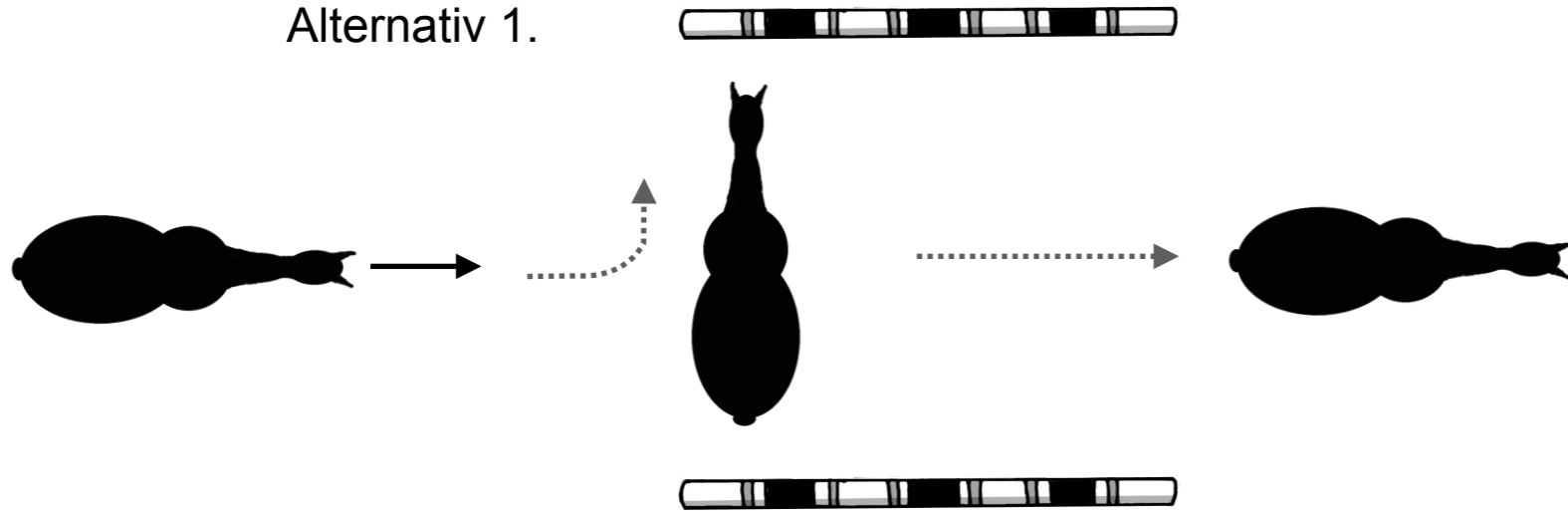
övergångar, överkorsning

- Sidvärts över bom rids i valfritt skänkelvikning eller sluta. Från msvB rids sluta.
- Ett svårt hinder som behöver övas med lugn och tålamod. Kan skapa oro i början då hästen inte förstår uppgiften samt att bommen "försvinner" ur hästens synfält.
- Börja öva genom att kliva över bommen och flytta bara en liten bit. Undvik att öva från bommens kant i början. Det är normalt att hästarna vill kliva bakåt eller framåt under inläringen.
- När hästen kan den här övningen så upplever jag att många hästar tycker den är rolig och deltar väldigt tydligt.

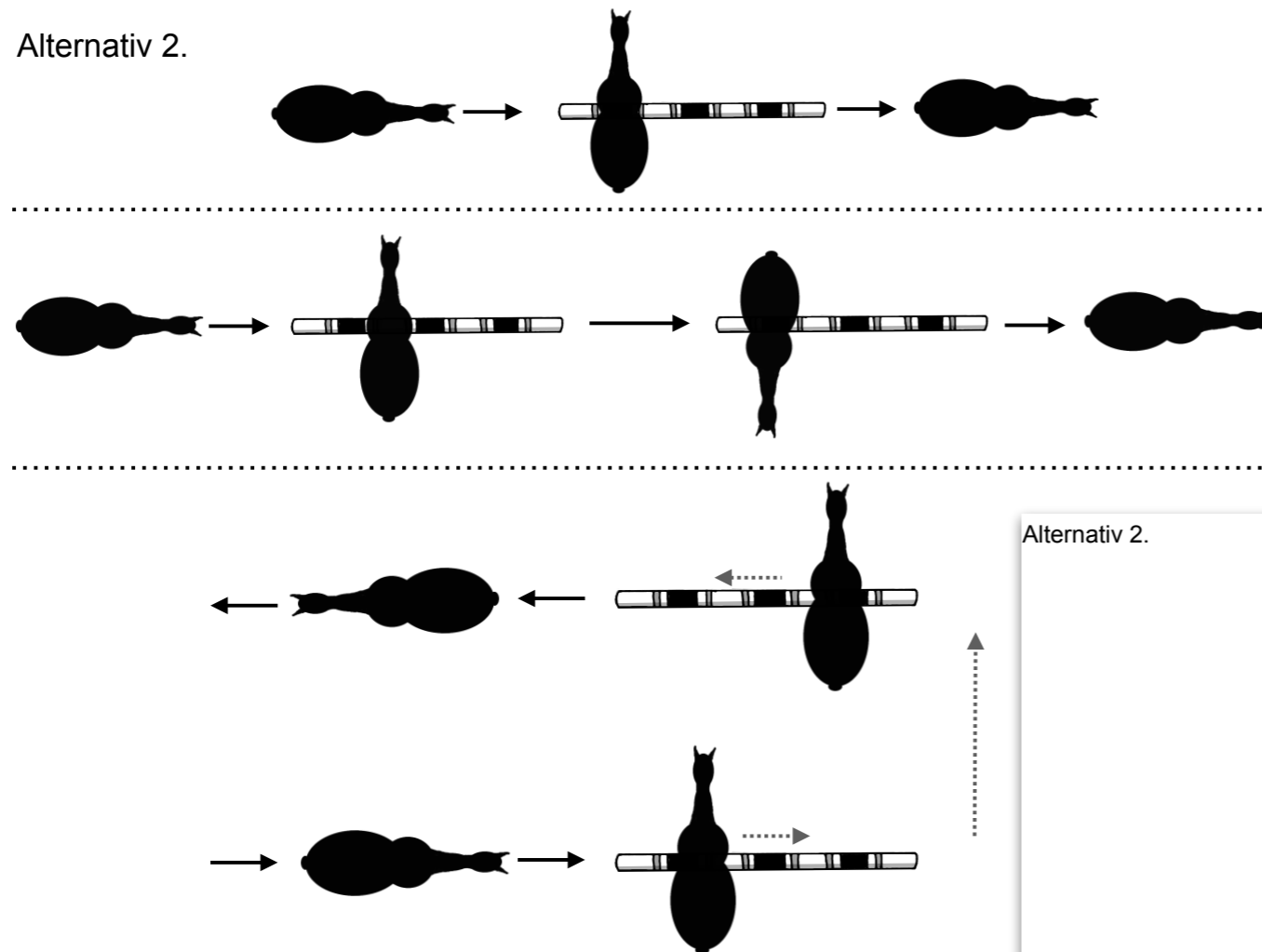


FOTO: Rasmus Pernler

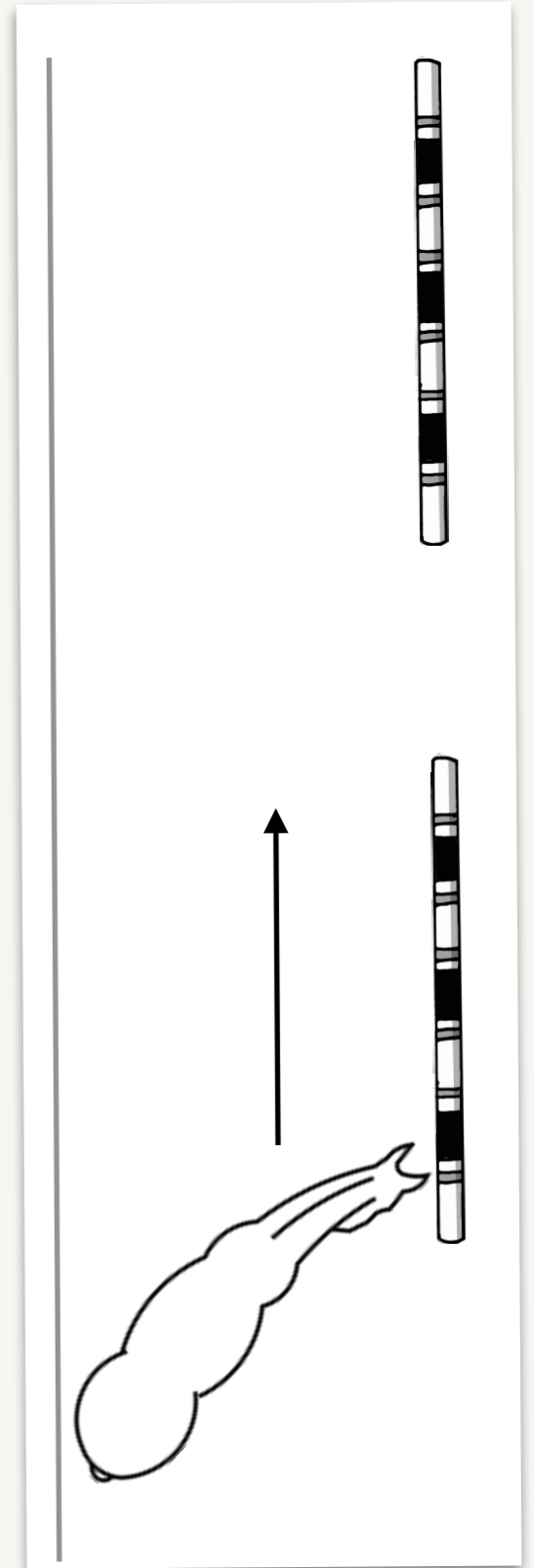
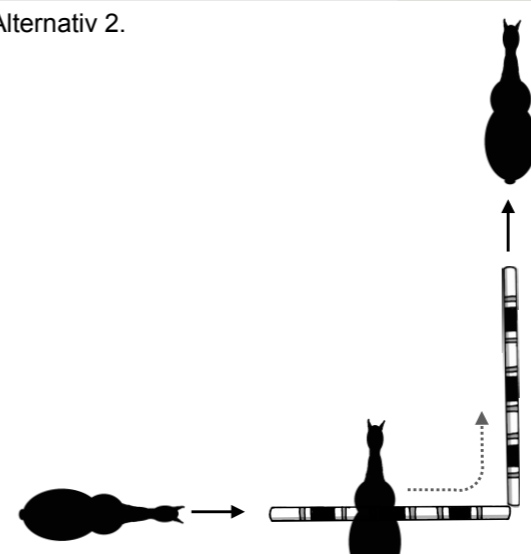
Alternativ 1.



Alternativ 2.



Alternativ 2.



Lans ur och i tunna

Förtroende, bjudning

- För att hämta en lans ur en tunna och sätta tillbaka lansens i en tunna behöver du en häst som är fokuserad på uppgiften, orädd och också elastisk då en måste kunna komma tillbaka i upptag och nedsättning och vid fånga ringen däremellan ska ekipaget visa god energi.
- Ofta är detta hinder okomplicerat att lära in. Men det finns hästar som blir spända när lansen "följer efter dem".
- Öva upptag och nedsättning från halt, gör rörelsen, gör ljud med lansens i tunnan.
- Gå bredvid hästen och ta upp och sätt ner lansens.
- Rid bakom en lugn häst som gör hindret och låt den ovana hästen följa den vana på linjen.
- Öva in i skritt och lägg på trav/galopp först när hästen är helt avspänd. Öva själva rörelsen där lansens vinklas för nästa moment.



FOTO: Rasmus Pernler

Fånga ring

Förtroende, fokus, bjudning

- Ringen ska fångas på lanssen och sedan glida ner i ryttarens tumveck.
- Gör rörelsen för att fånga ring med lanssen utan att ta ringen.
- Låt medhjälpare gå bredvid hästen och fånga ringen på lanssen.
- Rid bakom en lugn häst som gör hindret och låt den ovana hästen följa den vana på linjen.
- Öva in i skritt och lägg på trav/ galopp först när hästen är helt avspänd.



FOTO: Nordtass



FOTO: Elke Hartmann

Inläarning

- En ryttare som är ny i WE lär sig bäst av en häst som redan kan.
- En häst som är ny i WE lär sig bäst av en ryttare som redan kan.
- Ett vanligt scenarior vid träning är dock att varken ryttare eller häst kan och att båda ska lära sig samtidigt.
- Det är inga problem så länge du låter inläring ta den tid som behövs utifrån varje ekipage.



FOTO: Ulrika Pernler

Sammanfattning

- Skynda långsamt. Avbryt om det blir spänningar. "Backa bandet"
- Var lugn och tydlig.
- Var lyhörd på din häst och hur den reagerar i olika situationer.
- Uppmuntra hästen vid försök att delta och lösa uppgifterna.
- Respektera din häst och att hästarnas förutsättningar är olika.
- Ha roligt tillsammans.



FOTO: Hippson