

TÉMA : SEDLO A ŤAŽISKO

Sedlo je kus výstroja, ktorý sa upevňuje na chrbát koňa za účelom zvýšenia bezpečnosti a pohodlia tak jazdca, ako aj koňa. Táto definícia však platí iba v tom prípade, že dodržíme niekoľko veľmi dôležitých podmienok - zvolíme správne typ sedla pre naše potreby a štádium výcviku (teda jazdca i koňa), správne ho napasujeme pre daného koňa a jazdca a správne ho aj používame (a rovnako aj všetko príslušenstvo - podložku, podbrušník, strmene...).

Za normálnych okolností, keď kôň stojí bez jazdca na rovnom povrchu, **zaťažuje** vždy **o niečo viac predné nohy než zadné** - je to z prostého dôvodu - keby totiž mal krk s hlavou pripojené k zadku a nie k pleciam, viac váhy by niesol prirodzene na zadných nohách. :D A čo sa stane pri voľnom, nekontrolovanom pohybe (hlava extrémne nízko/vysoko, nepodsadené zadné nohy, prehnutý chrbát)? Samozrejme, preťaženie sa zvyšuje. A čo keď sa k tomu pridá jazdec? Ešte väčšie preťaženie. A čo ak jazdec navyše nesedí v ťažisku koňa, ale pred ním? Áno, o to väčšie preťaženie predných nôh (číslami Vás tu nebudem zaťažovať, ale je to experimentálne dokázané).

A následkom tohto preťažovania je postupné, často nebadané poškodzovanie svalov, kĺbov, kostí, šliach a chrupaviek predných končatín. Ak je preťaženie akútne, môže sa prejaviť natrhnutím šľachy, opuchom kĺbneho puzdra, stuhnutím svalov, zápalom šľachovej pošvy... Chronické poškodenie väčšinou napokon vyústi v rôzne degeneratívne ochorenia a trvalé poškodenia, ako je artróza, špánok, chip fraktúry, pakosti, oblúky na šľachách... Takže už je snáď jasné, prečo je preťažovanie predných končatín koňa škodlivé a prečo sa mu musíme snažiť čo najlepšie zabrániť.

Okrem správneho výcviku - teda koňa vedieme k tomu, aby sa postupne učil z natiahnutého držania tela čo najviac podsadzovať zadné končatiny a vzpriamovať krk a hlavu, čím bude prenášať stále viac váhy na zadné končatiny, až sa takmer dostane do horizontálnej rovnováhy (predné a zadné nohy nesú takmer rovnakú váhu) - je teda dôležité aj správne sedlanie.

Už samotné sedlo často predurčuje, kde bude jazdec sedieť - v ťažisku či pred ním. Skokové a dostihové sedlá jednoducho posadzujú jazdca dopredu, s tým sa nedá nič robiť, sú na to určené - pri skokoch i trysku sa ťažisko koňa nevyhnutelne posúva dopredu a jazdec ho svojím ťažiskom musí nasledovať. No na drezúrnu prácu, pri ktorej sa má ťažisko posúvať dozadu, sa tieto sedlá rozhodne nehodia. Ale bohužiaľ často aj drezúrne sedlá neumiestňujú ťažisko jazdca nad ťažisko koňa, ale dopredšie, aj keď to nie je ich účelom! Pozor na to. Na druhej strane pracovné (westernové, camargueské, španielske pastierske...), endurančné, tradičné a turistické sedlá majú väčšinou väčšiu plochu pôsobenia (menší tlak na stavce a platničky) a posadzujú jazdca viac dozadu, do ťažiska koňa. Takéto sedlá síce nepreťažujú predné končatiny koňa, no pre neskúseného koňa, čo ešte stále nie je schopný zhromaždenia, môžu byť nepohodlné, pretože mu až neprirodzene presúvajú rovnováhu dozadu (a tým mu ju narúšajú). Môj osobný tip - anglické sedlo pre mladého koňa, kozlíkové sedlo pre vycvičeného koňa.

No ani **vhodný typ sedla ešte nezaručí, že budete sedieť presne nad ťažiskom koňa - musíte ho aj správne umiestniť!** A to presne nad ťažisko, najhlbší bod posedlia musí byť naozaj umiestnený nad najhlbším bodom chrbta - pomôžte si tým, že si zoberiete fotografiu Vášho koňa a nakreslíte si na ňu čiarky, ako to vidíte tu (jednu nakreslíte od bedrového hrbolu po prednú sponku (a) a druhú od ramenného kĺbu po zadnú sponku (b) - od bodu, kde sa skrížia (c - ťažisko), ved'te kolmicu nahor - tá má pretínať sedlo práve v najhlbšom bode posedlia (d); zdroj: S. Stammer: Fyzioterapie, str. 161). Potom si fotku vezmite do stajne a po nasednaní si poodstúpte a porovnávajte a upravujte polohu sedla, kým to nebude "ono". A že sa Vám to nechce? Budiž, ale rátajte s tým, že sediac pred ťažiskom koni pomaly ale isto zničíte predné nohy! A takisto v tejto polohe ani nemôžete dávať presné pomôcky a kôň má obmedzenú pohyblivosť lopatiek a chrbta (chody strácajú výraz a uvoľnenosť).

