

16/ VÝCVIK JAZDCA

Uzdění a sedláni

Správně osedlat a nauzdit koně je nutno se dobře naučit, stejně jako je třeba umět jej odstrojit. Koně můžete uzdit či sedlat buď již ve stáji, nebo až po vyvedení na dvůr. V tomto případě musí mít kůň nasazenou ohlávku, aby bylo možné ho bezpečně držet. Při nasazování uzdečky se chovejte tiše a klidně. Snažte se udržet přátelský kontakt s koněm. Výstroj před nasazením vždy důkladně zkontrolujte.

Uzdění: Nejdříve se musíte přesvědčit, zda nánosník a podhrdelník nesou zapnuty. Po přetažení otěže přes hlavu koni sundejte ohlávku, ale nechejte ji viset na krku. Je to důležité, neboť v případě potřeby můžete koně snadno přidržet.

1. Zasunutí udidla- Levý palec vložte koni do koutku huby (zvíře ji otevře) a šetrně zasuňte udidlo. Dejte si pozor, abyste koně neuhodili do zubů. Někteří koně jsou na uzdění tak zvyklí, že tlamu otevřou automaticky, když mu před ní udidlo dáte.

2. Přes uši- Nátylník přetáhněte za uši tak daleko, aby se nacházely v prostoru mezi nátylníkem a čelenkou. Tento úkon provádějte opatrně, kůň je uši zvláště citlivý. Kšticí přehodte přes čelenku.

3. Upínání řemíků- Postupně zapněte nánosník a podhrdelník. Nesmějí být však utaženy příliš



těsně. Pod řemeny by mělo být možné volně zasunout 2 prsty.



Sejmutí uzdečky: Před sejmutím uzdečky na krk koně volně pověste ohlávku. Teprve potom rozepněte nánosník a podhrdelník. Jednou rukou uchopte otěže a nátylník a přetáhněte je směrem dopředu (před oči koně). Kůň sám uvolní stisk udidla, které potom snadno vytáhnete z tlamy. Znovu



ale dbejte na to, abyste koně náhodou neuhodili do zubů.



Sedláni: Třmeny jsou vytaženy nahoru a podbřišník, na jedné straně zapnutý, je přehozen přes sedlo. Při přenášení sedla si je položte na předloktí a pevně držte, aby jste jej neupustili a tím poškodili vnitřní kostru.

1. Správné nasazení- Nejprve koně uvažte. Pak k němu přistupte z levé strany a sedlo s dečkou zvedněte nad kohoutek. Teprve potom sedlo posuňte do správné polohy. Tento pohyb vždy provádějte po směru růstu srsti. Vypněte dečku a zkontrolujte, zda leží hladce pod velkými bočnicemi.

2. Upnutí podbřišníku- Podbřišník provlékněte koni pod břichem a z levé strany jej přitáhněte. Ne však příliš těsně! Mezi podbřišník a tělo koně by se měla volně zasunout ruka. Utáhněte zápinky podbřišníku jen tolik, aby udržely sedlo. Dotáhněte je až těsně před jízdou. Nakonec prsty zkontrolujte, zda kůže není podbřišníkem někde skřípnutá. Tuto kontrolu proveďte na obou stranách.



Sejmutí sedla: Při snímání sedla nespěchejte, pracujte klidně a opatrně. Sedlo ihned uložte na vyhrazené místo, aby nedošlo k jeho poškození.

1. Zvednutí třmenů- Třmeny vytáhněte směrem nahoru k sedlu, aby k němu zcela přilehly. Pak skrze třmeny protáhněte vrchní i spodní třmenové řemeny.

2. Sejmutí sedla- Opatrně rozepte podbřišník, aby neuhodil koně do nohy nebo břicha. Pak jednu ruku vložte pod přední rozsochu a druhou pod zadní rozsochu. Sedlo opatrně stáhněte koni z hřbetu směrem k zádi koně. Podbřišník, aby nepřekážel, přehodte přes sedlo.

Ustrojený kůň: Po nauzdění a osedláni koně vždy zkontrolujte správné zapnutí všech řemenů a překontrolujte, zda jednotlivé součásti dokonale přiléhají k tělu koně. Pozornost věnujte i uložení udidla v tlamě. Případné záhyby na nánosníku a čelence musíte vyrovnat. Zjistíte-li, že kůže pod sedlem je nakrabacená (tvoří mělké záhyby), uhlad' ji. Přitom si můžete pomoci postupným zvednutím nohou koně.

Dokonale ustrojený kůň: Kůň může dosahovat požadovaného výkonu jedině tehdy, je-li bezvadně ustrojen. Veškerá výstroj musí odpovídat jeho velikosti a tělesným proporcím. To platí zvláště o šířce sedla. Úzké sedlo koně dře a tlačí. Zvíře je pak neklidné a narušena je i plynulost jeho pohybů.

UZDENIE KOŇA

-Správne osedlať a nauzdiť koňa je nutné sa dobre naučiť, rovnako ako je treba vedieť ho odstrojiť. Koňa môžete uzdiť či sedlať buď už v stajni, alebo až po vyvedení na dvor. V tomto prípade musí mať kôň nasadenú ohlávku aby bolo možné ho bezpečne držať. Pri nasadzovaní uzdečky sa chovejte ticho a kludne. Snažte sa udržať priateľský kontakt s koňom. Výstroj pred nasadením vždy dokladne skontrolujte.

-Najskôr sa musíte presvedčiť, či nánosník a podhrdelník nie sú zapnuté. Po pretiahnutí oťaže cez hlavu koni zložte ohlávku, ale nechajte ju visieť na krku. Je to dôležité, pretože v prípade potreby môžete koňa ľahko pridržať.

1)Zasunutie zubadla- Lavý palec vložte koňovi do kútiku huby (zvíera ju otvorí) a šetrne zasunúť zubadlo. Dajte si pozor, aby ste koňa nebouchli do zubov. Niektoré kone sú na uzdenie tak zvyknuté, že humu otvoria automaticky, keď mu pred ňu zubadlo dáte

2)Cez uši-Nátylník pretiahnite za uši tak ďaleko, aby sa nachádzaly v priestore medzi nátylníkom a členkou. Tento úkon robte opatrne, kôň je na uši zvlášť citlivý. Kšticu prehodte cez členku

3)Upínanie remienkov-Postupne zapnite nánosník a podhrdelník. Nemôžu byť však utiahnuté príliš natesno. Pod remeňmi by malo byť možné voľne zasunúť 2 prsty

-Pred zložením uzdečky na krk koňa voľne poveste ohlávku. Až potom rozopnite nánosník a podhrdelník. Jednou rukou uchopte oťaže a nátylník a pretiahnite ich smerom dopredu (pred oči koňa). Kôň sám uvoľní stisk zubadla, ktoré potom jednoducho vytiahnete z huby. Znovu ale dbajte na to, aby ste koňa náhodou nebouchli do zubov

SEDLANIE KOŇA

-Strmene sú vytiahnuté hore a podbrušník, na jednej strane zapnutý, je prehodený cez sedlo. Pri prenášaní sedla si ich položte na predlaktie a pevne držte, aby ste ich nepustili a tým poškodili vnútornú kostru

1)Správne nasadenie-Najprv koňa priviažte. Potom k nemu pristúpte z ľavej strany a sedlo s dečkou zdvihnite nad kohútik. Najprv sedlo posuňte do správnej polohy. Tento pohyb vždy prevádzajte po smere rastu srsti. Upevnite dečku a zkontrolujte, či leží hladko pod veľkými bočnicami

2)Zapnutie podbrušníku-Podbrušník prevlieknete koňovi popod brucho a z ľavej strany ho pritiahnite. Nie však príliš natesno! Medzi podbrušník a telo koňa by sa mala voľne zasunúť ruka. Uťahnite podbrušník len toľko, aby udržali sedlo. Dotiahnite ho až tesne pred jazdou. Nakoniec prsty skontrolujte, či koža neni podbrušníkom niekde pricviknutá. Túto kontrolu urobte na oboch stranách

-Pri zložení sedla sa neponáhľajte, pracujte kludne a opatrne. Sedlo ihneď uložte na vyhradené miesto, aby nedošlo k jeho poškodeniu

1)Zdvihnutie strmeňov-Strmene vyťahnite smerom nahor k sedlu, aby k nemu priliehly. Potom skrz strmene pretiahnite vrchné i spodné strmeňové remene

2)Zloženie sedla-Opatrne rozopnite podbrušník, aby nebuchol koňa do nohy alebo brucha. Potom jednu ruku vložte pod prednú rázcochu a druhú pod zadnú rázcochu. Sedlo opatrne stiahnite koňovi z chrbátu smerom k zadku koňa. Podbrušník aby neprekážal, prehodte cez sedlo

PO...

-Po nauzdení a osedlaní koňa vždy zkontrolujte správne zapnutie všetkých remeňov a prekontrolujte, či jednotlivé súčasti dokonale priliehajú k telu koňa. Pozornosť venujte i uloženiu zubadla v hube. Prípadné záhyby na nánosníku a členke musíte vyrovnávať. Ak zistíte, že koža pod sedlom je nakrabatená (tvorí plytké záhyby), uhlad' ju. Pritom si môžete pomôcť postupným zdvihnutím nôh koňa

-Kôň môže dosahovať požadovaného výkonu len vtedy, ak je dobre ustrojený. Všetka výstroj musí odpovedať jeho veľkosti a telesným proporciám. To platí zvlášť o šírke sedla. Úzke sedlo koňa dre a tlačí. Zvíera je potom nekludné a narušená je aj plynulosť jeho pohybov

PRI SEDLANÍ JE DOLEŽITÉ : **SEDLO - 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 hrboľu po prednú sponku (a) a druhú od ramenného kĺbu po zadnú sponku (b) - od bodu, kde sa skrížia (c - ťažisko), vedzte 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 nasedaní si poodstúpte a porovnávajte a upravujte polohu sedla, kým to nebude „ono“

Poznámka : obrázok nájdete tu <http://www.polytechnika.sk/admin/files/1794.pdf>

SED JAZDCA

- je kludná, pružná, pohotová a na pohyboch koňa nezávislá poloha ťažiska jazdca, prispôsobená ťažisku koňa
- prispôsobivý a pritom pevný sed vylučuje strnulosť
- podmienkou je naprostá uvoľnenosť svalstva a pohyblivosť vo smere vertikálnom aj horizontálnom
- nutný predpoklad : SPRÁVNA DĹŽKA STRMEŇOV = nesmú byť ani krátke ani dlhé
- dĺžka má zabezpečiť aby jazdec mal pevný a hlboký sed
- správna dĺžka u začiatočníkov je vtedy, keď pri postavení do strmeňov a pri prešlápnutej päte je vzdialenosť medzi sedacími kosťami a najhlbším miestom posedlia asi **10 – 15 cm**
- kolená a holene musia byť priložené k sedlu a rozkrok posunutý k prednej rássoche
- dôležité aby jazdec hľadel dopredu medzi ušami koňa so zdvihnutou hlavou, uvoľnil sa v krížoch, sedel vzpriamene s vypnutým hrudníkom a ramenami dozadu, priložil holeň na zadný okraj podbrušníka a s hlboko prešlapnutou pätou našlapoval pružne do strmeňov, nasadených na najširšiu časť chodidla
- sedacie kosti sú rovnomerne rozložené po oboch stranách posedlia
- stehná a kolená sú priložené celou plochou – NESMÚ ODSŤÁVAŤ !
- PRI SPRÁVNOM SEDE SÚ RAMENÁ, BEDRÁ, PATY V JEDNEJ PRIAMKE !
- správne sedu najprv v kroku, ľahký klus, cval
- v ľahkom kluse a v rýchlejšom voľnom cvale je trup nychýlený mierne dopredu, aby jazdec mohol zachytiť zrýchlený pohyb, ktorý vrcholí v skokoch
- pre vedenie koňa je dôležité, aby ramená boli uvoľnené, lakty sa ľahko dotýkali bokov, bez odšťávania alebo křčovitého pritiskania
- zápästie zostáva pružné v predĺžení predlaktia / obrázok 53 – 54 /
- na spevnenie sedu = jazda bez strmeňov a prekračovanie kavalety / nízka drevená prekážka napr. brvno, klada na zemi alebo umiestnená do nízkeho kříž



- DRŽANIE OŤAŽÍ
- jazdec drží oťaž mätko / ľahko / zovretými medzi malíčkom a prsteníkom asi vo vzdialenosti jednej pästi PRED A NAD KOHÚTIKOM
- oťaž, päšť a predlaktie tvoria priamku
- zovreté dlane sú blízko seba a neostávajúcimi palcami smerujú nahor / obr. 55 /
- <http://www.youtube.com/watch?v=Kop7N-y4s-4>

DOROZUMIEVACIE PROSTRIEDKY

Dorozumievacie prostriedky medzi jazdcom a koňom sú :

- 1/ OŤAŽE
- 2/ TLAK HOLENE, KOLIEN A STEHIEN
- 3/ SED JAZDCA
- 4/ BIČÍK
- 5/ HLASOVÉ POMOCKY

OŤAŽE

- jazdec smer pohybu, tempo, a chod koňa
- napomáhajú k odstráneniu krivosti a podsadzovaniu koňa
- priuzďujú a vzpramujú koňa
- udržiavajú príľnutie

TLAK HOLENE, KOLIEN A STEHIEN

- pohyb koňa vpred
- ovládanie jeho pánvových končatín, predovšetkým pri podsadzovaní
- tlak lýtok na stranu hrudníka býva najintenzívnejší pri nácviku skokov cez prekážku

SED JAZDCA

- pôsobí priamo na pánev a chrbtové svalstvo koňa, ktoré má zásadný význam pre kvalitu pohybu koňa a pre jeho zastavenie
- kôň sa pohybuje tým smerom, kam sa vychýli hmotnosť jazdca a má snahu podchytiť jeho hmotnosť aby vyrovnal ťažisko, ktoré je približne vo strede tela
- sed sa rozlišuje podľa účelu : napr. sed pre parkúrové skákanie, drezúrny sed, sed pre terénnu jazdu / military /, sed dostihový a pod.

BIČÍK

- najzákladnejšia pomôcka pri počiatočnom výcviku koňa
- pri špeciálnom výcviku v drezúre sa používa hlavne pri práci zo zeme, ale tento je dlhší
- nemal by vzbudzovať u koňa strach

HLASOVÉ POMOCKY

- hlavne v prvom období výcviku koňa
- postupne obmedzovať, ale zachovať si ku koňovi láskavé slovo



Bičiek drezúrny s klasickou plastovou rúčkou 90 – 110

UZDENIE A SEDLANIE

https://www.youtube.com/watch?v=dV_8Ho36R0A

<https://www.youtube.com/watch?v=JhI-NegBvC4>