



FNRS leerstuk HULPEN



voor theorie-examen behorende bij diploma F6

Algemeen

Hulpen zijn door de mens, in logisch verband met het wezen van het paard, uitgedachte en door het paard aangeleerde tekens.

De mate

Het is bijzonder belangrijk dat de hulpen in de juiste mate gegeven worden. De hulpen moeten echter onder alle omstandigheden zó duidelijk zijn, dat zij een juiste uitwerking op het paard hebben. Hebben de hulpen het gewenste resultaat, dan moeten zij onmiddellijk worden gestaakt. Zonder nadenken gegeven, onwillekeurige hulpen zullen een goede africhting onmogelijk maken.

De plaats

Een hulp moet altijd op de juiste plaats worden gegeven. Dit geldt voor de hulp met de kuit, maar ook voor de aanwijzing met het zweepje. De druk met de aandrijvende kuit moet dus vlak achter de singel gegeven worden. Het been mag nooit voor de singel en het mag nooit ontaarden in het steeds verder naar achteren brengen van het been.

Het moment

De hulp moet "op het juiste moment", gegeven worden: de ruiter moet zijn hulpen steeds geven in overeenstemming met de bewegingen en beenzettingen van het paard.

Overeenstemmende hulpen

Als met de kuiten aan het paard wordt gevraagd voorwaarts te gaan, zal het hieraan slechts gevolg kunnen geven als de handen dit toestaan en meegaan met de mond van het paard.

Regelende hulpen

Een regelende hulp is een andere hulp die de eerste hulp controleert cq. corrigeert.

Samenwerkende hulpen

Samenwerkende hulpen zijn hulpen, die elkaar steunen om een beweging spoediger en beter te doen uitvoeren. Om een duidelijk beeld te geven van deze drie hulpsoorten, het volgende voorbeeld:

Een ruiter wil zijn paard een wending naar rechts laten maken. Hij geeft met de rechterhand de (1^e) teugelhulp om hoofd en hals van het paard een beetje naar rechts te brengen, hetgeen voor een correcte uitvoering van de wending noodzakelijk is. De linkerhand van de ruiter staat het paard toe de hals een weinig rechts te buigen, (3^e teugelwerking) door even naar voren mee te gaan. Het gewicht van de ruiter wordt ook iets naar rechts verplaatst en zo zijn dan de samenwerkende hulpen tot stand gekomen en kan het paard het gevraagde gemakkelijk uitvoeren.

Rijkunstig gevoel

Een ruiter, die zijn hulpen in een goed onderling verband en vloeiend kan aanwenden, nagenoeg onzichtbaar voor een toeschouwer, in de juiste mate, op de juiste plaats en op het juiste moment en die zijn hulpen niet langer voortzet, dan voor het beoogde doel is vereist, heeft een goed rijkunstig gevoel.

Bespreking der hulpen

Er zijn zit-, kuit-, gewichts- en teugelhulpen.

Zithulpen

Het even terugbrengen van het bovenlichaam, wordt bijna altijd aangewend tezamen met het zogenaamde "aantrekken van het kruis" en werkt dan aandrijvend. Dit aantrekken van het kruis kan ook worden toegepast, zonder dat het bovenlichaam wordt teruggebracht en zonder dat de rug van het paard daarbij zwaarder wordt belast. Deze zithulp, al of niet in samenwerking met de kuit hulp, werkt aandrijvend op het paard in; het is een machtig middel bij het rijden.

Kuithulpen

De hak wordt hiertoe naar beneden gedrukt waardoor de kuitspier wordt gespannen. Deze inwerking vindt vlak achter de singel plaats. Voor het doen uitvoeren van enkele bewegingen, of als regelende hulp, brengt men de kuit iets méér naar achteren. De inwerking geschiedt door het uitoefenen van een lichte maar duidelijke druk van één of van beide kuiten tegen het paardelief, welke druk zo nodig met toenemende kracht kan worden herhaald. De kuit mag daartoe nooit van het paard worden af gebracht;



hierdoor zou het herhalen ontaarden in **aankloppen**. De kuiten kunnen ook achtereenvolgens in de tact van de gang worden aangedrukt. Het verdient aanbeveling de inwerking met de kuit te doen samengaan met een zithulp.

Teugelhulpen

Een andere wijze voor de ruiter om op het paard in te werken en het te kunnen besturen, is door met de handen en door middel van de teugels en het bit, zijn bedoelingen aan het paard kenbaar te maken en wel door het uitoefenen van een druk op de zeer gevoelige lagen in de mond van het paard. De teugel brengt de verbinding tot stand tussen de hand van de ruiter en het bit en omdat het bit op de lagen ligt, dus ook tussen de hand van de ruiter en de mond van het paard. Het uitoefenen van deze druk, noemt men het geven van een teugelhelp. Men kan deze druk aanwenden aan beide zijden of eenzijdig in verschillende graden en richtingen, waardoor op velerlei wijzen invloed wordt uitgeoefend op de beweging, de gewichtsverdeling en de houding van het paard.

Gewichtshulpen

Wil men naar rechts wenden, dan draait men de linkerheup naar voren en belast daardoor de rechter-zitbeenknobbel; de linker-schouder van de ruiter maakt de beweging van de heup naar voren mee.

Vaak is het kijken in de richting waarheen men wil gaan al genoeg om de juiste gewichtshulp te geven.

Tactmatige hulpen

Tactmatige hulpen zijn hulpen in de tact van de gang, gegeven door de kuit en/of met de handen.

In stap:

Als voorbeeld nemen wij het rechterachterbeen: dit wordt opgelicht, naar voren gebracht en het nadert het rechtervoorbeen, dat dan nog op de grond staat. Het rechtergedeelte van de achterhand daalt, het lichaam van het paard wordt aan de rechterzijde wat ingebogen, de rechterboeg (dat is het onderste punt van het schouderblad) komt van boven af gezien naar achteren. De ruiter voelt dat zijn rechterzitbeenknobbel daalt. Hij voelt verder, dat zijn rechterkuit meegaat met het zich rechts inbuigende paardelichaam en tegen het paard aankomt. Dit is het ogenblik, waarop de ruiter met zijn rechterkuit een aandrijvende hulp moet geven.

In draf:

Op het juiste ogenblik voor de rechterkuit- of teugelhelp, komt de rechterboeg naar achteren. Op het juiste ogenblik voor de linkerhelp komt de linkerboeg terug. Als de ruiter dus let op de bewegingen van de boegen en zijn hulpen geeft rechts-links, als de boegen rechts-links, naar achteren komen, dan is hij altijd goed.

In galop:

Ook nu weer buigt het paardelichaam zich rechts en links in. In de rechter galop wordt bij elke galopsprong het rechter achterbeen meer naar voren gebracht, dan het linker. Het paardelichaam buigt zich dan ook naar rechts meer in, dan naar links. Voor de linkergalop geldt hetzelfde, juist andersom. Daardoor zal de binnenkuit in galop telkens duidelijker voelbaar tegen het paard aankomen, dan de buitenkuit. De ruiter voelt tegelijkertijd een draaiende beweging van zijn lichaam en vooral van zijn binnenheup naar voren en naar buiten; de binnenhand maakt deze beweging mee. Dit is het ogenblik waarop dus het opgelichte binnen-achterbeen ver naar voren komt, de binnenboeg komt dan naar achteren. Ook hier kan men de hulpen weer tactmatig geven, lettende op de bewegingen van de boegen. Aandrijvende hulpen kunnen tactmatig nog het best worden gegeven met de binnenkuit als de binnenboeg naar achteren komt.

De buitenkuit zou men kunnen omschrijven als de aanwijzende kuit, die iets naar achteren ligt.

Het achterwaarts gaan:

Gaat het paard goed achterwaarts, dan zal het beurtelings een diagonaal paar benen opnemen en ruim naar achteren neerzetten. Werkt de hand van de ruiter telkens mee met de boeg, welke naar achteren komt, dan zal de ruiter daarmee bevorderen, dat het paard met het voorbeen aan de zijde van die boeg een ruime pas achterwaarts maakt, dus ook met het, diagonaalsgewijze, daarbij behorende achterbeen.

Aanleuning

Aanleuning is dat er enige spanning aanwezig moet zijn in de teugel, hoe weinig dat soms ook mag zijn. Dit is slechts mogelijk, als het paard het bit aanneemt en zich niet onttrekt aan de inwerking daarvan.

Aan de teugel

Een paard, dat aan de teugel is, beweegt zich op de rechte lijn recht, in de wending licht gebogen volgens het verloop van de wending, kalm, gehoorzaam, harmonisch, ongedwongen en met een beheerste drang naar voren onder de ruiter en:

1. is de achterhand meer of minder ondergebracht;
2. is de hals vanuit de schoft meer of minder opwaarts gebogen;
3. is de nek, die onder alle omstandigheden het hoogste punt van het samenstel hoofd en hals blijft, beide oren even hoog, meer of minder gebogen, waardoor de neus minder of meer vóór de loodlijn komt; nooit áchter de loodlijn;
4. zijn de teugels in een mindere of meerdere graad gelijkmatig gespannen, waarbij het paard het bit recht, aan beide kanten gelijk aanneemt, zonder daarbij geluid te maken (bijvoorbeeld knarsen) en zonder de mond overmatig te openen;
5. reageert het paard meer of minder op een druk van de kuit en/of aan een aanwijzing met de teugel;



6. zijn de bewegingen van het paard meer of minder "licht-verheven".

Halve ophouding - hele ophouding - weerstand bieden.

De halve ophouding:

Het even aandrijven van het paard met zit en kuiten en het daarna opvangen van de opgewekte drang naar voren met de hand, door de vingers heel kort om de teugels te sluiten en weer te ontspannen.

De hele ophouding:

De hele ophouding is het sluiten van de vingers om de teugels, welke over het algemeen nadrukkelijker gegeven wordt dan bij de halve ophouding, waarbij het paard de overgang maakt. Pas hierna ontspannen de vingers zich.

Weerstand bieden:

Daarbij sluiten de vingers zich wat langer om de teugels met als doel de houding en nageeflijkheid te bewaren of om het paard opnieuw te laten nageven. Door de weerstand biedende hand wordt de door zit en kuiten opgewekte drang naar voren opgevangen.

Toestaan

Toestaan is beide handen naar voren brengen, zonder het contact op de mond van het paard te verliezen. De spanning op de teugels blijft gelijk.

Geven

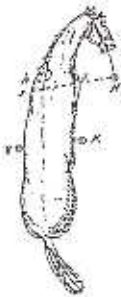
Dit is het verminderen van de spanning in de teugels of in de handen. Het wordt dus in de regel toegepast, als die spanning eerst om een of andere reden is vermeerderd, zoals bij het weerstand bieden. Let wel; het contact mag hierbij niet verloren gaan.

Teugelwerkingen

Men onderscheidt vijf teugelwerkingen, die al dan niet kunnen samenwerken. In de praktijk komt het erop neer dat alleen de combinatie van de eerste teugelwerking op de binnenteugel en de derde teugelwerking op de buitenteugel wordt gebruikt.

Voor de rechterteugel zijn deze (dus voor de linkerteugel geldt het omgekeerde):

1^e werking:



De rechterhand wordt naar rechts en naar voren gebracht, waarbij de spanning in de teugel slechts zeer weinig wordt vermeerderd.

Het gevolg hiervan is, dat het hoofd een weinig naar rechts wordt gebracht, de hals rechts zeer weinig ingebogen wordt in het bovenste gedeelte, waardoor een vermeerderde belasting plaats heeft van de rechterschouder.

Wanneer het paard stilstaat, is de buiging van het hoofd en de hals te gering om een verbreking van het evenwicht te bewerken; het paard blijft dus stilstaan.

In gang volgt het paard de richting van de vermeerderde belasting van de rechterschouder en wendt naar rechts. Als het nodig is, drijven de beide kuiten aan, om vóór of tijdens de wending de gang te onderhouden. De achterhand volgt de voorhand.

3^e werking:



De rechterhand wordt naar links en naar voren gebracht, waarbij de spanning in de teugel slechts zeer weinig wordt vermeerderd.

Het gevolg hiervan is, dat het hoofd iets naar rechts wordt gebracht en de hele hals iets naar rechts wordt ingebogen, waardoor een vermeerderde belasting ontstaat van de linkerschouder door het onderste dikke gedeelte van de hals. Wanneer het paard stilstaat is de buiging van de hals te gering om een verbreking van het evenwicht te bewerken; het paard blijft dan stilstaan. In gang volgt het paard de richting van de vermeerderde belasting van de linkerschouder en wendt naar links. Als het nodig is, drijven de beide kuiten aan, om vóór of tijdens de wending de gang te onderhouden. De achterhand volgt de voorhand. Bij het geven van deze hulp mag de hand niet aan de andere zijde van de manenkam worden gebracht; als dit geschiedt, is de teugel te lang en wordt de uitwerking van de hulp geheel anders.

In de praktijk worden de 1^e en 3^e werking van de teugel bij het rijden met verdeelde teugels steeds gelijktijdig toegepast, dat wil zeggen voor de grote wending rechts de 1^e werking voor de rechterteugel, de 3^e werking voor de linkerteugel. Nu spreekt het vanzelf, dat het hoofd van het paard niet naar rechts (1^e werking rechts) en gelijktijdig naar links (3^e werking links) kan worden gebracht.

Naar welke kant het hoofd en daarmee het buigen van de hals zal gaan, hangt af van de teugel, welke bij de wending de doorslag zal geven en dit is afhankelijk van de meer of mindere buigzaamheid van de hals. Is de hals weinig buigzaam, dan heeft de 1^e teugelwerking de meeste invloed, omdat daar de hals dan nog wel wat kan worden gebogen in het dunne bovenste gedeelte, maar in het dikke onderste gedeelte niet. Is de hals zeer buigzaam of slap, dan is er kans, dat door de 1^e werking van de rechterteugel het dikke gedeelte van de hals uitbuigt en de linkerschouder belast, wat dan juist een tegenovergesteld resultaat geeft van hetgeen men wenst. In dat geval moet de 3^e werking van de linkerteugel de doorslag geven.

In het kort samengevat geeft bij een stijve hals de 1^e werking van de rechterteugel de doorslag en wordt de werking van linkerteugel tegen de hals een onvolkomen 3^e werking en als zodanig een aangeleerd teken. Bij een slappe hals geeft de 3^e werking van de linkerteugel de doorslag en helpt de 1^e werking van de rechterteugel nog een weinig als aanwijzing.

De besturing

Naar gelang het paard beter aan de teugel gaat, zullen de voor de wending samenwerkende 1^e en 3^e teugelhulpen kleiner worden, zodat het verplaatsen van beide handen een weinig naar binnen en naar voren, in de richting van de wending, voldoende zal zijn om gehoorzaamheid te verkrijgen. Het spreekt vanzelf, dat er een goed contact moet bestaan. Het paard moet dus aan de teugel gaan, als de ruiter voor de wending de teugels wil gebruiken. Het paard heeft, zodra de ruiter daartoe aan de teugels komt, de neiging het tempo van gang te verkorten. De ruiter moet dus zorgen, dat hij, voordat hij zijn wending inzet, zijn paard met zit en kuit(en) aandrijft om er zeker van te zijn, dat hij het contact met de mond kan onderhouden en de drang naar voren niet verloren zal gaan.

De ruiter krijgt het gevoel, dat hij de schouders van zijn paard bestuurt. Brengt hij, door de handen iets naar binnen en naar voren te verplaatsen, de schouders in de goede richting, dan zal de achterhand vanzelf volgen. De binnenteugel leidt de wending in, zodat het paard even naar binnen kijkt. Is de wending doorlopen, dan worden de schouders weer op de achterhand gericht en alle hulpen voor de wending gestaakt.

Overgangen

De spanning in de teugels wordt vermeerderd; de ruiter trekt even daarvoor en daarbij het kruis licht aan, hiervoor steun zoekend in de knieën en dijbeen; het bovenlijf wordt, zonder achterover te leunen, een weinig opgericht en even gestrekt. De kuiten zijn klaar om zo nodig te regelen en/of aan te drijven. De spanning in de teugels wordt vermeerderd door de vingers te sluiten om de teugels, die goed op maat zijn gebracht. Gehoorzaamt het paard hieraan niet, dan wordt de hulp herhaald, zonder het contact eerst verloren te doen gaan en zo nodig met meer kracht, door de polsen te buigen. Zo mogelijk worden de aanhoudende hulpen toegepast in de tact van de gang. Na verkregen resultaat worden de hulpen gestaakt.

De wending

De wending, dat is het paard een boog doen doorlopen; een straal van minstens 3 m zal in de praktijk het meest voorkomen. Omdat bij de wending enige spanning in de teugels moet worden gebracht, altijd weer van achteren naar voren en ook, opdat er steeds contact zal bestaan, moet het paard vlak vóór en gedurende de wending worden aangedreven door het aantrekken van het kruis en het aandrukken met de kuiten. Er moet schot in het paard blijven; zo niet, dan kan met de teugels niet naar behoren worden gewerkt en kan het paard de wending onmogelijk correct uitvoeren. Ook de ruiter kijkt in de richting waarheen wordt gewend; hij brengt zijn buitenschouder meer naar voren en daardoor eveneens zijn buitenheup, zodat zijn binnen-zitbeenknobbel wordt belast. De wending wordt uitgevoerd door toepassing van de 1^e en 3^e teugelwerking.

Onmiddellijk na verkregen gehoorzaamheid worden de hulpen gestaakt.

De rusthouding

Een paard dat goed naar voren is zal, als de ruiter de vingers opent, hoofd en hals geleidelijk naar voren brengen, neus vooruit en zich met rustige, ruime en regelmatige passen voortbewegen. Het moet goed blijven doorstappen; het mag dus niet lummelen.

Het paard gaat daarbij aan een lange teugel, maar waarbij een zéér licht contact voortdurend wordt onderhouden.

Bij het rijden met een lange teugel gaat de hand van de ruiter steeds met de bewegingen van hoofd en hals mee.

Afstijgen

Bij het afstijgen verricht men dezelfde handelingen als bij het opstijgen, alleen dan in omgekeerde volgorde. De linkerhand dient op de schoft geplaatst te worden met de teugels verenigd in deze hand (een eventuele karwats eveneens in de linkerhand nemen). De rechterhand dient u op de voorboom te plaatsen. Hierna dient u de rechtervoet uit de beugel te nemen en het linkerbeen te strekken. Het rechterbeen moet gestrekt over het kruis gebracht worden zonder het paard te raken (overzwaaien) en uitkomen naast het (gestrekte) linkerbeen. Om op de grond te komen dient u respectievelijk de rechterhand van de voorboom naar de lepel van het zadel te verplaatsen, steun te vernemen op beide handen (door de armen te strekken), de linkervoet uit de beugel te nemen, beide armen te ontspannen en uiteindelijk op beide voeten neer te komen (in de knieën doorveren). Daarna laat de linkerhand de teugel los en dient de linkerarm door de trensteugel gestoken te worden. Vervolgens dient u de linkerbeugel op te steken (door de beugel langs de achterste riem omhoog te schuiven en de lus van de riem door de beugel te steken), de singel te ontspannen (door beide singelgespen enkele gaten lossen te doen), voor het paard langs te lopen, de rechterarm door de trensteugel te steken en de rechterbeugel op te steken. Indien er een slag in de beugelriem zit, kunt u de beugel(riem) ook over het zadel leggen. Vervolgens dient u voorlangs het paard te lopen, de trensteugel over het hoofd te brengen (mag ook over de hals blijven), naast de linkerschouder van het paard te staan en beide teugels enkele centimeters achter de trensringen in de rechterhand te nemen (met de wijsvinger tussen de teugels). Het uiteinde van de teugel dient u door uw linkerhand te laten lopen, met de gesp in de handpalm. Uiteindelijk kunt u op deze wijze het paard naar de stal geleiden.

