

### **Mijn paard heeft een blessure waardoor we niet verder kunnen met trainen.**

*Ik kom op stal, waar ik mijn paard vind met een been omhoog.*

*Gelijk schiet ik in de paniek stand want hij is net hersteld van een beesblessure.*

*Meteen bel ik de dierenarts, want tja.... na een kwartier koelen is er niets veranderd.*

*“Ja” zegt de dierenarts “wederom een peesblessure, alleen nu net iets hoger dan de vorige keer.*

*F\*ck daar gaan we weer.*

*Weer alleen maar aan de hand stappen, verder niets.*

*Tot ik een heldere ingeving krijg.*



### **Een band opbouwen**

Doordat we een pas op de plaats moeten zetten kunnen we ook gaan werken aan onze band.

We zijn namelijk nog niet zo lang een “setje”.

Nou dat valt dan al wat meer mee.

Haastig ga ik op zoek naar oefeningen wat we aan de hand kunnen doen zonder het been teveel te belasten.

De volgende dag gaan we gelijk van start. Ik ga lopen, draai me om en vraag mijn paard te stoppen. Ow dat gaat nog niet helemaal vanzelf. Heel eerlijk dit is de 1<sup>e</sup> keer, mag ik dat dan eigenlijk wel verwachten. Laten we het nog eens proberen. Nou dat gaat al beter. Na 10 minuten op de ene hand en 10 minuten op de andere hand gat het al een stuk beter.

Oké, gaaf dat was dag 1 dat we niets mochten. Dat viel eigenlijk best wel mee.



Dag nummer 2, we gaan eens kijken of hij wat onthouden heeft van gister. Super gaaf! Ik hoef me alleen nog maar om te draaien en daar gaat hij. Stop keurig voor me. Op naar de 2<sup>e</sup> oefening. Lopen, stoppen en een stapje achterwaarts. Net als gister gaat dat eerst een beetje moeizaam, maar ik ben niet ontevreden.

### **Extra oefeningen aan de hand**

Ik ga het boek *101 ideeën voor manegelessen van Happy Horse Riding* Er eens even bij pakken. Want daar staan heel veel oefeningen in om met balkjes te doen. Dit kunnen we natuurlijk aan de hand gaan doen. Wat we de eerste dag ook gaan doen.

Gelijk beginnen mijn raderen te draaien. Want hoe leuk zou het zijn om dit ook nog eens aan de lange lijnen te doen?!

Inmiddels zijn we al een aantal dagen op pad met de blessure. We hebben ons nog geen moment verveeld. Vandaag gaan we aan de slag met de lange lijnen. Uiteraard beginnen we met het testen van de lijnen. Ik pak het rustig aan want tja... mijn paard mag alleen nog maar stappen. Ik wil natuurlijk niet dat hij een misstap gaat maken omdat ik zo nodig iets nieuws uit wil proberen.



Rustig laat ik de lijn aan de andere kan van zijn lijf zakken. Normaal gesproken zou ik door een zig zag beweging het tegen zijn achterbeen laten komen. Nu kies ik er bewust voor om de lijn rustig langs zijn lijf te laten hangen en dan weg te stappen. Als hij dit oké vindt dan zet ik hem stil. Wat je normaal in stap doet, doe ik nu in stilstand. Ik laat de lijn heel rustig over zijn billen heen zakken.

### **Creatief met spanning omgaan**

Als mijn paard hier eigenlijk niet meer op reageert ga ik naar de volgende stap. Nog steeds niet weg stappen. Nee ik heb een andere oefening bedacht. Ik ga met de lijn langs zijn achterbeen. Tenslotte voelt hij de lijn dan ook. Een leuke extra uitdaging is de lijn om het been te pakken. Let op! Dit kan bij

mijn paard omdat hij gewend is om daar aangeraakt te worden. Als je paard dit niet gewend is kijken dan in het e-book “uitdagend gedrag”.

Ik doe de lijn om het been van het paard. De uiteinden houd ik lekker vast. Door een soort zagende beweging te maken met de lijn gaat de lijn van boven naar beneden. Mocht mijn paard het spannend vinden... hierdoor kan hij met zijn been gaan trekken of gaan slaan.... Dan houd ik de lijn rustig op dezelfde plek. Pas wanneer het been stil gehouden wordt laat ik de lijn zakken. Ik haal de druk van de lijn. Mijn paard leert dit zo snel dat ik al snel de lijn langs beide benen kan laten glijden.

### **Aan de slag met lange lijnen**

Yes nu kunnen we aan de slag met de lange lijnen. Of? Ik wil dat alles zo rustig mogelijk verloopt. Dat betekent wel dat ik dat zelf ook moet gaan doen. Ik vraag een stalgenoot of zij met de lijnen verbonden aan het halster, achter mijn paard wilt gaan lopen. Zelf blijf ik als rots in de branding naast mijn paard. Ik blijf erbij dat dit een leuke activiteit moet zijn. Ik wil niet nog een beesblessure. Als we samen rustig in de bak kunnen stappen is het tijd dat mijn “hulpje” weg gaat. We gaan het samen proberen.



Omdat mijn paard een peesblessure heeft aan zijn achterbeen. Vind ik het belangrijk dat hij dit been niet teveel gaat belasten. Door de lange lijnen kan ik ervoor zorgen dat de bochten niet te kort worden genomen. Buiten langs draaien zoals met het loswerken ga ik dus ook zeker niet doen. De eerste dag met de lange lijnen zit erop. Super! Weer een leuke oefening gedaan.

Nu pak ik nogmaals het boek *101 ideeën voor manegelessen* erbij. Want dat wat we aan de hand hebben gedaan, wil ik ook graag aan de lijnen doen. Ik zoek een paar leuke oefeningen uit die ik alvast klaar leg in de bak. Dan pak ik mijn paard en loods hem door de verschillende oefeningen heen. Doordat we het eerst aan de hand hebben gedaan, wordt al snel begrepen dat hij dit gewoon in stap kan doen.

Mijn paard is al bereden geweest, alleen om die reden heb ik geen aandacht gegeven aan het sturen met hem aan de lange lijnen. Ik weet namelijk dat hij dat kan. Toch vind ik het wel voor mezelf en voor mijn paard een uitdaging om eens te gaan kijken hoe dit anders kan. Kan ik mijn paard op mijn lichaam door de verschillende obstakels loodszen?

### **Kunnen we ook sturen met ons lichaam?**

Dit vergt wel wat vermogen van ons beide. Ik moet heel duidelijk gaan aangeven wat ik wil. Hij moet zich nog meer op mij focussen. Gelukkig hebben we de lijnen als ondersteuning. Ook hier weer. Bij een juiste hulp van het lichaam ondersteund door een juiste hulp van de lijn, snapt mijn paard het super snel. Dat betekent dat ik de lijnen eigenlijk niet meer nodig heb.

Ik durf de stap te wagen. Zonder lijnen door het parcours en dan ook nog eens alleen in stap. Zoals je hebt gelezen houd ik wel uitdagingen. Dit houd mijn paard en mij niet alleen scherp, we kunnen in minder leuke omstandigheden toch leuke dingen doen.

Heel veel plezier!

