



Zagalopowanie Z GALOPU

SERIA!

Wtacz najwyższy bieg! Omawiamy elementy wykonywane w galopie.

1. Zwykła zmiana nogi
2. Kontrgalop
3. Lotna zmiana nogi
4. Trudności i problemy



Zdjęcie: Klaudia Żyżewska

NASZ EKSPERT



DOROTA URBAŃSKA

Z wykształcenia lekarz weterynarii oraz trener II klasy. Czynnny zawodnik dyscypliny ujeżdżenia KS Master Film. 15 razy na podium MPMK w różnych kategoriach wiekowych. Sędzia II klasy w skokach i ujeżdżeniu.

LOTNA ZMIANA NOGI – TO ELEMENT, KTÓRY NIEJEDNEMU „PINGWINOWI” SEN Z OCZU SPĘDZA. A I SKOCZKOWIE MIEWAJĄ Z TYM NIE LADA KŁOPOT. W PRZECIWIENSTWIE DO KONTRGALOPU I ZWYKLEJ ZMIANY, W TYM PRZYPADKU LICZĄ SIĘ PRZED WSZYSTKIM ZDOLNOŚCI KONIA DO TEGO ELEMENTU. JEDNAK JEŻELI UDA SIĘ WAM DOBRZE ZEBRAĆ WASZEGO KONIA, BĘDZIECIE MYŚLEĆ, ŻE LOTNA ZMIANA TO ZAGALOPOWANIE Z GALOPU, A KOŃ MA JĄ ZROBIĆ „W SOBIE”, TO PRZY DUŻEJ DAWCE CIERPLIWOŚCI I SPOKOJU KAŻDEMU UDA SIĘ NAUCZYĆ KAŻDEGO KONIA I TEGO, CZASEM KŁOPOTLIWEGO, ELEMENTU.

Ten temat jest chyba najtrudniejszym z trzech poruszonych w niniejszej serii. W poprzednich dwóch artykułach zajmowałam się zwykłą zmianą nogi oraz kontrgalopem. Wykonanie obu ćwiczeń w dużej mierze zależy od umiejętności i zdolności jeźdźcy. Nie będzie dużą przesadą, jeśli powiem, że w stosunkowo krótkim czasie można nauczyć tych dwóch elementów każdego konia. Inaczej przedstawia się sprawa lotnej zmiany nogi. Tutaj równie ważne jak umiejętności jeźdźcy będą zdolności konia. Dlatego, na przykład, podczas selekcji koni rasy KWPN do dyscypliny ujeżdżenia sprawdza się luzem biegającego 3-letniego kandydata na konia GP na ósemce w galopie.

W mojej praktyce zawodowej spotkałam się z wierzchowcami, które uczyły się tego ruchu błyskawicznie, a z drugiej strony bywało, że koń, który nie miał problemów z innymi elementami, latami miał problem z wykonaniem dobrej lotnej zmiany nogi. Od razu przypomina mi się rozmowa z wysokiej klasy specjalistą i osobą, która nauczyła wiele koni zmian pojedynczych czy w seriach, panem Jarkiem Wierzchowskim, który wspominał o koniu klasy Grand Prix, Ferreira Gomes, którego nauczanie lotnej zmiany zajęło 2 lata i chociaż koń doszedł do poziomu GP, to pan Jarek wspomina to jako bardzo duży kłopot w szkoleniu. Z drugiej strony trafiały mi się konie, które już jako czterolatki z łatwością wykonywały lotną zmianę nogi.

DOŚWIADCZENIE JEŹDźCY

Tutaj dużo bardziej, niż w innych elementach, przyda się doświadczenie jeźdźcy. Lotna zmiana nogi trwa wyjątkowo krótko i najważniejszą rzeczą jest precyzyjne zadziałanie pomocami w odpowiednim momencie, w odpowiedniej fazie ruchu konia. Niestety, żaden trener nie pokaże wam, w którym ułamku sekundy należy zadziałać pomocami, bo gdy skończy mówić, dawno ten moment minie. Dużą wartością będzie, gdy początkujący jeździec siądzie na konia, który dobrze robi lotną zmianę nogi, i skorzysta z doświadczenia wierzchowca. Tego nie da się opowiedzieć – to trzeba poczuć.

ELEMENTY POMOCNE

Omawiałam wcześniej zwykłą zmianę nogi oraz kontrgalop – oba te ćwiczenia bardzo pomagają w przygotowaniu konia do zrobienia poprawnej zmiany nogi w galopie. Tak jak większość ćwiczeń, także zmiany nogi możemy podzielić na kilka etapów przygotowujących do poprawnego wykonania. Jadąc kontrgalopem, poproś swojego konia o zmianę ustawienia i skieruj mu głowę oraz szyję do wewnątrz. Bardzo dbaj o to, żeby dosiadem i ułożeniem tydek pilnować kontrgalopu. Będzie to potrzebne, żeby z łatwością przed zmianą nóg w galopie przestawić konia na nową stronę galopu. Kolejnym bardzo dobrym ćwiczeniem przygotowującym do zmiany nogi są zwykłe zmiany nóg – ale z bardzo krótkim odcinkiem stępa. Takie precyzyjne przejścia do stępa i natychmiastowe zagalopowanie zmuszają konia do bardzo mocnego zaangażowania zadu.

JEŻELI POTRAFICIE ZAGALOPOWAĆ Z KŁUSA, POTRAFICIE TEŻ ZAGALOPOWAĆ ZE STĘPA, TO ZMIANA NOGI W GALOPIE JEST NICZYM INNYM JAK ZAGALOPOWANIEM Z GALOPU.

Należy pamiętać, aby równocześnie ćwicząc lotną zmianę nogi nie zaniedbywać prawidłowego kontrgalopu. Często zdarza się, że koń, który nauczył się lotnej zmiany, chwali się nią i najchętniej robiłby ją co chwile. Wówczas należy cierpliwie pokazywać mu, że tym razem prosimy go o kontrgalop, a nie o przejście inicjatywy i zmianę nogi. Nigdy nie wolno karcić konia za zrobienie samowolnej lotnej zmiany!

Bardzo pomocne jest, aby przy nauce zmian nogi ktoś o wyrobionym oku informował na bieżąco, czy koń zrobił czystą, nie spóźnioną zmianę. Szczególnie na początku nauki, gdy koń z reguły przyspiesza i bardzo szybko następuje przeskok fuli. Natychmiastowa korekta i neutralowanie błędów ma kluczowe znaczenie w nauce.

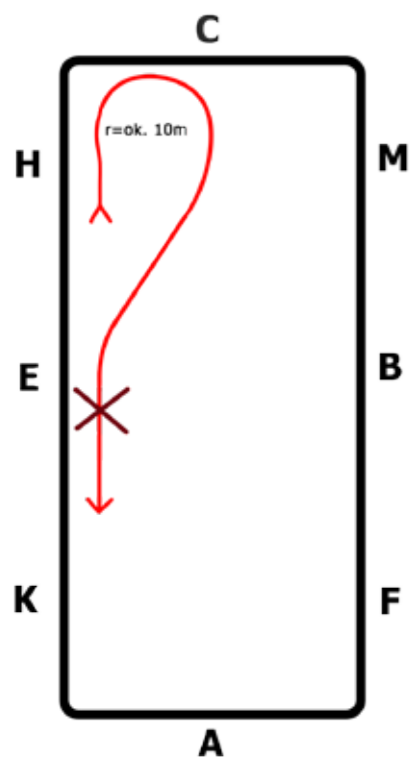
ZACZNIJ WCZEŚNIE!
Czasem nie warto czekać z rozpoczęciem nauki lotnych zmian nogi. Zdarza się, że młody koń łatwo zmienia nogę wraz ze zmianą kierunku w galopie na przekątną. Nie oduczajmy go tego elementu, ale dbajmy, aby koń robił zmianę poprawnie, nie spóźniał zadem i nie uciekał.



SPOSOBY NA NAUKĘ

METODA I Z półwolty

Jedź galopem, na końcu długiej ściany wykonaj półwolte (o średnicy 8-10 m), która pomoże w namówieniu konia do mocniejszego zaangażowania zadu. Na półwolcie, jadąc w kierunku ściany,

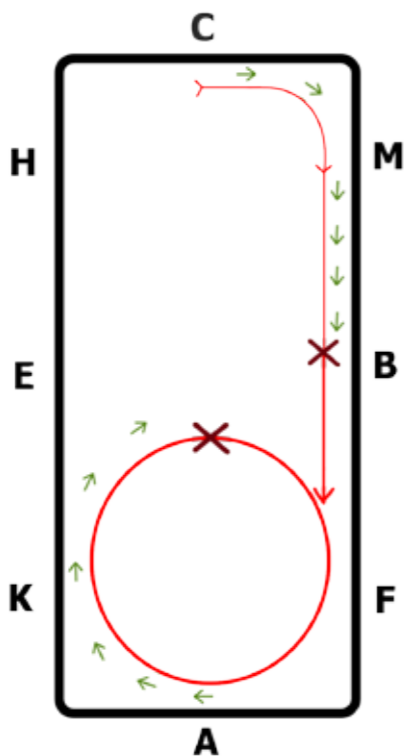


staraj się ustawić głowę i szyję lekko do wewnątrz ujeżdżalni, tak aby nowa zewnętrzna wodza stała się wodzą prowadzącą, a nowa wewnętrzna rozluźniająca, ustawiającą głowę konia do wewnątrz. Jednocześnie cały czas za pomocą łydek i ułożenia bioder pilnuj, aby koń galopował na zewnętrzną nogę. W momencie dotarcia do długiej ściany przełóż pomoce do „nowego” galopu – czyli zadziałaj „nową” wewnętrzną łydką z przodu przy popręgu, a zewnętrzną lekko z tyłu. Jeżeli koń zareagował pozytywnie i przeskoczył na nową wewnętrzną nogę, to nie pozostaje nam nic innego, jak ogromnie się ucieszyć i nagrodzić naszego podopiecznego. Ale niestety często zdarza się, że to nie wychodzi z pierwszym razem. Wówczas należy ćwiczenie powtórzyć, aż do uzyskania pożądanego efektu. Nigdy nie

denerwujcie się, jeżeli wam nie wyjdzie, bo ten element i tak jest pobudzający dla konia. W żadnym przypadku nie wolno karać go za nieudaną zmianę nogi – w przeciwnym razie na samo przygotowanie do zmiany koń będzie się usztywniał i uciekał, co tym bardziej uniemożliwi poprawne wykonanie ruchu. Lepiej jednak zadowolić się 2-3 dobrymi zmianami podczas treningu, niż prosić konia o więcej, powodując jego zmęczenie i zdenerwowanie. Pamiętaj – zbyt intensywne ćwiczenie na niewystarczająco podstawionym koniu może powodować trudności w pracy, które będą rzutować na lata treningu!

METODA II Z kontrgalopu

Bardzo lubię ten sposób nauki lotnej zmiany nogi. Daje on możliwość długiego przygotowania konia do zmiany i jej wykonanie dopiero, gdy czujemy, że koń jest gotowy. Za pomocą krótkiej



przekątnej do E, B prowadź konia w kontrgalopie po ścianie na przykład na prawą nogę. Próbuj ustawić całe ciało konia tak, jakbyś galopował już na nogę lewą – wodza zewnętrzna (np. prawa)

staje się wodzą prowadzącą, a wodza wewnętrzna (lewa) próbuje ułożyć lekko nos konia do wewnątrz i szuka rozluźnienia. Ważne, abyś pilnował jakości i zebrania galopu. Tuż przed samą zmianą lewa, cofnięta łydka mocniej aktywizuje lewą zadnią nogę. Następnie daj sygnał do zmiany. Czyli wyobraź sobie, że zagalopowujesz z galopu. Koń musi mieć miejsce na wykonanie dobrej zmiany, a zbliżający się zakręt może mu to znacznie utrudnić – dlatego nie róbcie zmian tuż przed narożnikiem.

JEŚLI KOŃ MA WYRAŹNIE LEPSZĄ STRONĘ, LEPIEJ ZACZYNAĆ ZMIANĘ Z NOGI „GORSZEJ” NA „LEPSZĄ” – CZYLI JEŚLI KOŃ LEPIEJ CZUJE SIĘ GALOPUJĄC NA PRAWĄ NOGĘ, ZACZYNAJ NAUKĘ OD ZMIANY Z LEWEJ NA PRAWĄ.

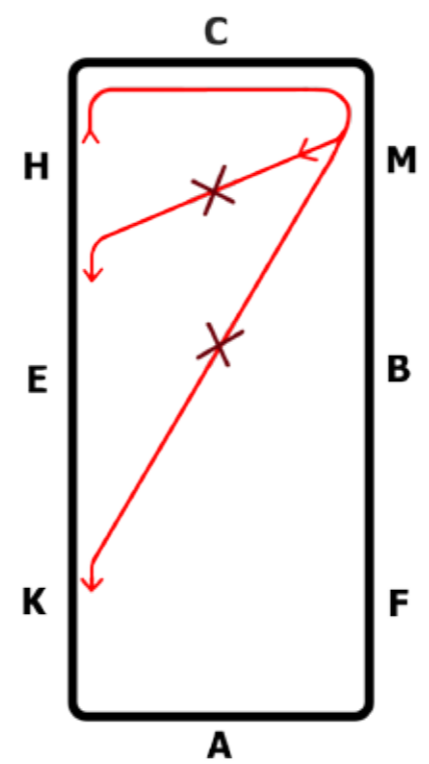
Rysunki: Monika Żurek



Zdjęcie: Małgorzata Żyżelewska

Jest również lekko zmodyfikowana powyższa metoda – mianowicie nauka lotnej zmiany nogi z kontrgalopu, ale poprowadzonego po kole. Warunkiem wstępnym jest dobrze kontrolowany, w równowadze kontrgalop na kole.

METODA III Na przekątnej



Przekątna jest z jednej strony najłatwiejszym miejscem do wykonania zmiany nogi, ale z drugiej strony często prowokuje konia do ucieczki i błędów. Większość z was prawdopodobnie zauważyła, że koń, wychodząc na przekątną, najchętniej przyspiesza – dotyczy to zarówno kłusa, jak i galopu. Stąd

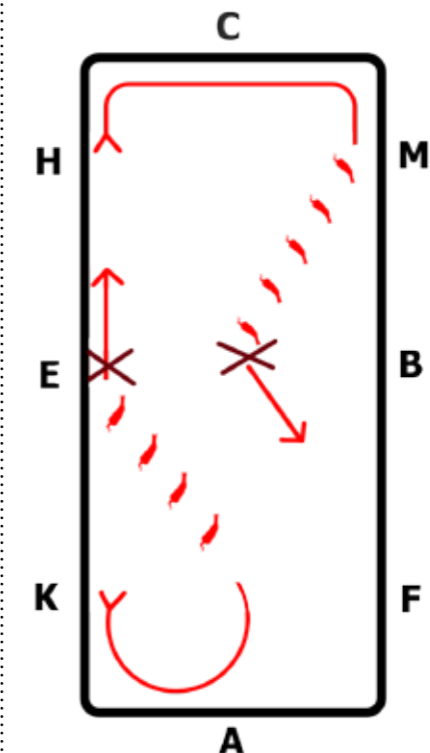


Zdjęcie: Julia Świętochowska

dobrze jest poprzedzić próbę wykonania lotnej zmiany na przekątnej kilkukrotnie wykonanymi przejściami do stępa i zagalopowaniem na przeciwną nogę. Dopiero kiedy mamy uczucie, że koń czeka na nas i nie myśli salwować się ucieczką, możemy poprosić go o zmianę nogi pomocami, które opisałam wcześniej. Pamiętajcie, aby nie robić zmian na końcu przekątnej. Zaraz potem czeka konia ostry zakręt i to znacznie utrudnia mu wykonanie dobrej, obszernej, prostej zmiany.

METODA IV Z ciagu

To bardzo dobry sposób na naukę lotnych zmian dla koni, które zostały wcześniej nauczone chodów bocznych. W ciągu automatycznie koń musi mocniej podstawić wewnętrzną tylną nogę. Dlatego często łatwiej mu wykonać poprawną lotną zmianę. Zanim go o to poprosisz, poćwicz zmiany ustawienia przodu konia na drugą stronę (głowa i szyja) w ciągu – tak jakby do ustępowania w galopie. Kiedy koń bez



oporu pozwala na zmianę ustawienia, zachowując rytm i płynność ciągu, możemy poprosić go o lotną zmianę. Myśl wówczas, że chcesz wyjechać lotną zmianę do przodu, a nie w bok. Będzie to przydatna nauka dla konia, bo taki element, tzw. zig-zag, pojawia się w konkursach małej rundy.



PULLMAN 2 performance



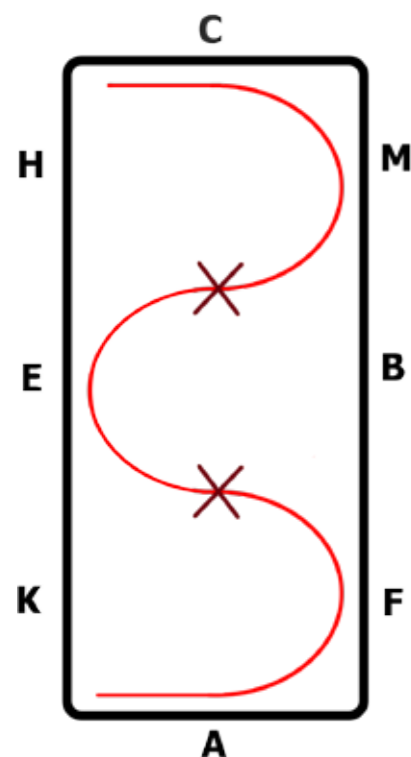
Aluline 5 Gwarancja lat Na podłogę i ściany aluminiowe

- REPREZENTUJĄ NAS:
- JAROCIN Auto Port ☎ 625052500/21 biuro@autoport-jarocin.pl
 - WARSZAWA WIRO-BP ☎ 228683088 biuro@przyczepy.com.pl
 - BIAŁE BŁOTA NOWACKI ☎ 523814443 biuro@przyczepy.info.pl
 - SZCZECIN STAJNIA ☎ 914238352 sklep@stajnia.info.pl
 - BOUFEN ☎ 914607354 biuro@boufen.pl
 - GOSTYŃ JEGGER ☎ 655710060 przyczepy@jegger.pl
 - OLSZTYN KUBIX ☎ 895278143 artur@kubix.pl
 - KRAKÓW F.H. D.C.G i S-ka ☎ 509187187 dcg@neostrada.pl



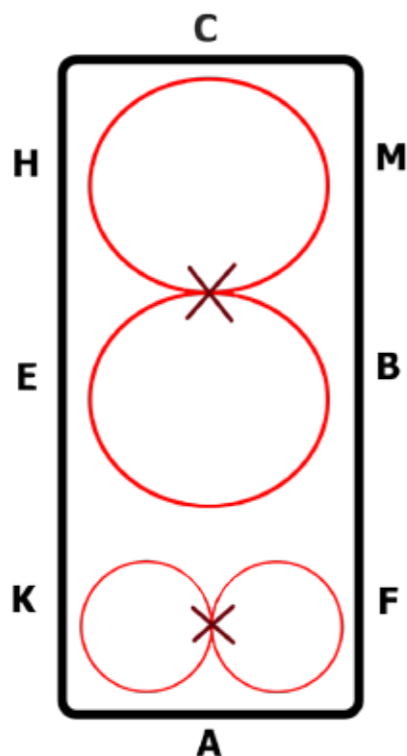
METODA V Na serpentynie

Chociaż wiele osób właśnie w ten sposób uczy konie lotnych zmian nogi, to jest to dość trudna metoda – szczególnie do wykonania na czworoboku. Czworobok ujeżdżeniowy jest stosunkowo wąskim placem do jazdy, bo ma zaledwie 20 metrów szerokości. Dlatego wykonanie poprawnej zmiany na serpentynie wymaga od konia dużej giętkości i precyzyjnej odpowiedzi na pomoce. Koń, wychodząc z zakrętu, musi być praktycznie prosty, tak abyś zdążył poprosić o zmianę na przecięciu linii środkowej, a potem szybko zgiąć przed następną ścianą. Jest to bardzo dobre ćwiczenie dla koni zaawansowanych i w połączeniu ze zwykłymi zmianami nóg oraz kontrgalopem świetnie pokazuje, czy koń słucha naszych pomocy, jest giętki i przepuszczalny.



METODA VI Ósemka

Inną wersją tego ćwiczenia jest jazda po ósemce – najlepiej na dużym placu, gdzie przy każdorazowej zmianie kierunku prosimy konia o lotną zmianę nogi. Poza tym przecież nie trzeba robić zmiany za każdym okrążeniem. Można lotną zmianę czasem zastąpić zwykłą zmianą albo pojechać 2 razy po tym samym kole, jeżeli czujemy, że koń nie jest gotów do zmiany lotnej.



Dbajcie, aby zmiana nie była „rzutem” naszym ciałem w bok. To bardzo ważne, aby od początku uczyć konia wykonywania zmiany na wprost. Ta umiejętność przyda się do nauki konia zmian w seriach.

DRĄGI I PÓLSIAD

Niejednokrotnie spotkałam się z uczeniem koni zmiany nogi w galopie przez drąg. Kiedy szkolimy konia skokowego, najczęściej dzięki drągowi, kawaletti lub małej stajonacie można uzyskać lotną zmianę nogi. Przez skok uzyskujemy dłuższą fazę lotu. Leczą uwaga –

najczęściej w ten sposób konie uczą się spóźniać zadem. Później poprawa takiej mechaniki zmiany jest szalenie trudna. Spotkałam się z sytuacjami, że nawet specjaliści z tytułami mistrzowskimi na koncie nie mogli poradzić sobie z tym problemem u konia tak nauczono.

Trochę inaczej sprawa wygląda z zastosowaniem półsiadu. W półsiadzie odciążamy grzbiet konia, dzięki czemu może on unieść się do góry i koń ma więcej miejsca na wykonanie lotnej zmiany. Dlatego lubię robić lotne zmiany w półsiadzie na młodych koniach, które mają dobry galop, równowagę oraz łatwość do jej poprawnego wykonania.

Podobnie, gdy robię lotną zmianę z pełnego siadu i koń ją posłusznie wykonana – dobrze jest chwilę pogalopować dalej w półsiadzie, chwając naszego podopiecznego za poprawne wykonanie zadania, jednocześnie pozwalając mu na wyciągnięcie głowy i szyi w dół i odprężenie grzbietu.

Chociaż przykładam bardzo dużą wagę do nagradzania konia zaraz po dobrze wykonanym elemencie, jestem przeciwna, aby dawać kostkę cukru zaraz po lotnej zmianie. W ten sposób łatwo nauczyć konia, aby zaraz po lotnej zatrzymał się i czekał na nagrodę. Półsiad, chwila luzu i pogodnego galopu będzie również dla niego przyjemnością. A wyobraźcie sobie, jak dać kostkę cukru co zmianę w seriach np. co 3 fule?

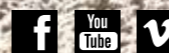
Podczas nauki lotnej zmiany nogi możecie napotkać wiele problemów. Za miesiąc postaram się je opisać i odpowiedzieć, jak sobie z nimi radzić! Tymczasem zapraszam na moją stronę www.dorotaurbanska.pl.



Zdjęcie: Klaudia Żyżelewska



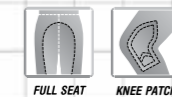
FEI
OFFICIAL
LICENSED
PRODUCT



Dopasowanie, funkcjonalność i innowacyjność to podstawowe wartości marki euro-star. Zaprojektowane we własnej pracowni i produkowane w Europie z funkcjonalnych materiałów high-tech.



Laureta
Full



FLEX®
FOR EXTRA COMFORT

IT'S
YOUR
CHOICE

The Horse Loving Company
www.euro-star.de

Pełna kolekcja dostępna w sklepach:



HORSE-TRADE Profesjonalny Sklep Jeździecki
ul. Dekerta 18, 30-703 Kraków
www.horse-trade.pl



Salon Jeździecki GNL
ul. Brukowa 10, 91-341 Łódź
www.gnl.pl



Salon KOŃSKI ŚWIAT
ul. Józefa Piłsudskiego 11/211, 05-510 Kostancin-Jeziorna
www.salonkonskiwiat.pl