

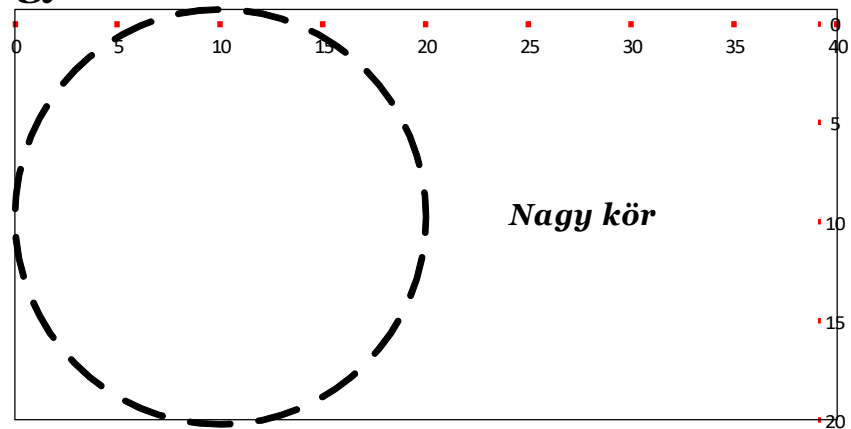
# PATANYOMFIGURÁK – IDOMÍTÓ FELADATOK

## Tartalomjegyzék

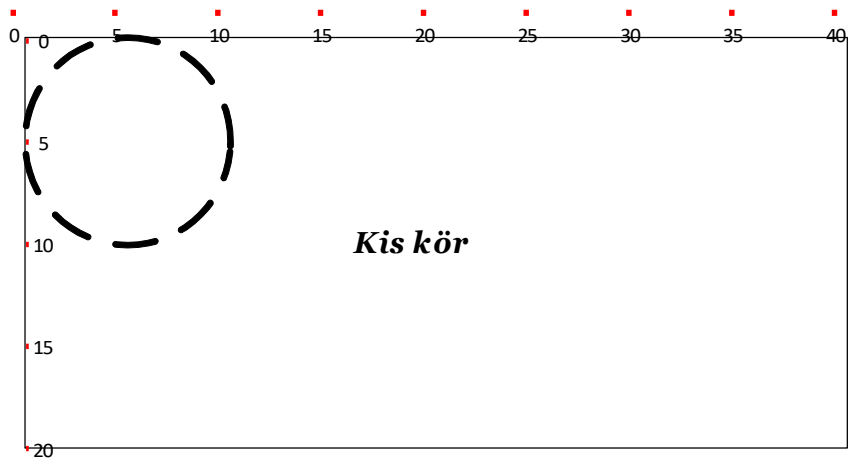
|   |   |                                    |    |
|---|---|------------------------------------|----|
| I. Patanyomfigurák.....                             | 2 | III.4 Szárral való befolyás .....  | 8  |
| I.1 Nagy-kör.....                                   | 2 | III.4.1 Egész felvétel.....        | 8  |
| I.2 Kis-kör.....                                    | 2 | III.4.2 Félfelvétel.....           | 8  |
| I.3 Egyszerű kígyóvonal.....                        | 2 | III.4.4 Állítás .....              | 8  |
| I.4 Kígyóvonal (3 ívű).....                         | 3 | III.4.5 Hajlítás.....              | 8  |
| I.5 Átlóváltás.....                                 | 3 | IV. Másodlagos segítségek.....     | 9  |
| I.6 Középből (másik kézre).....                     | 3 | IV.1 Sarkantyú.....                | 9  |
| I.7 Féllovarda (másik kézre).....                   | 4 | IV.2 Pálca.....                    | 9  |
| I.8 Átváltás.....                                   | 4 | IV.3 Hangsegítség.....             | 9  |
| I.9 Köröket válts!.....                             | 4 | V. Idomító feladatok.....          | 9  |
| I.10 Körben válts!.....                             | 5 | V.1 Vállat be.....                 | 9  |
| I.11 Két nagy kört!.....                            | 5 | V.2 Farat be.....                  | 9  |
| II. Lábsorrendek.....                               | 6 | V.3 Combra való engedés.....       | 10 |
| II.1 Lépés.....                                     | 6 | V.4 Féloldalazás.....              | 10 |
| II.2 Ügetés.....                                    | 6 | V.5 Ellenvágta.....                | 10 |
| II.3 Hátralépés.....                                | 6 | V.6 Nyújtott ügetés.....           | 11 |
| II.4 Vágta .....                                    | 6 | V.7 Ugrásváltás.....               | 11 |
| II.5 Poroszkálás.....                               | 6 | V.8 Piruett – Perdülés.....        | 11 |
| II.6 Tölt .....                                     | 6 | V.8.1 Hátulja körüli fordulat..... | 11 |
| III. A lovas elsődleges segítségei.....             | 7 | V.8.2 Röviden hátra arc.....       | 12 |
| III.1 Egybeható, vagy kétoldali segítségek<br>..... | 7 | V.8.3 Perdülés vágásban .....      | 12 |
| III.2 Combra való befolyások.....                   | 7 | V.9 Piaff.....                     | 12 |
| III.3 Testsúly befolyások.....                      | 7 | V.10 Passage .....                 | 13 |

# I. Patanyomfigurák

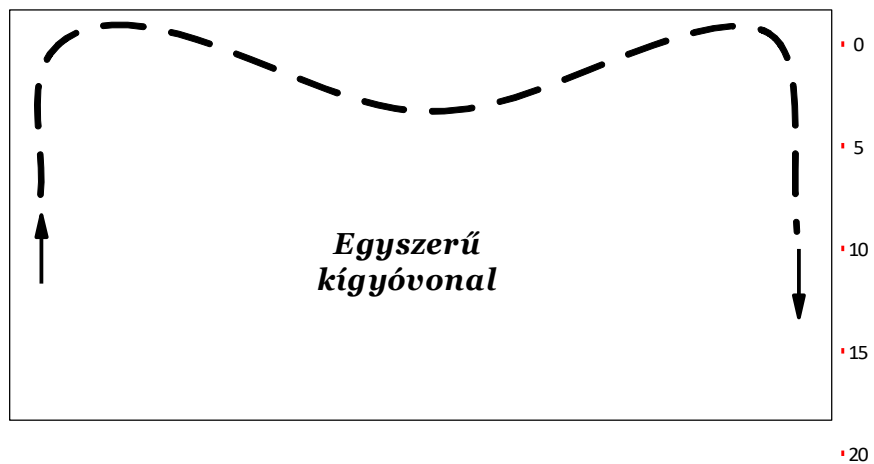
## I.1 Nagy-kör



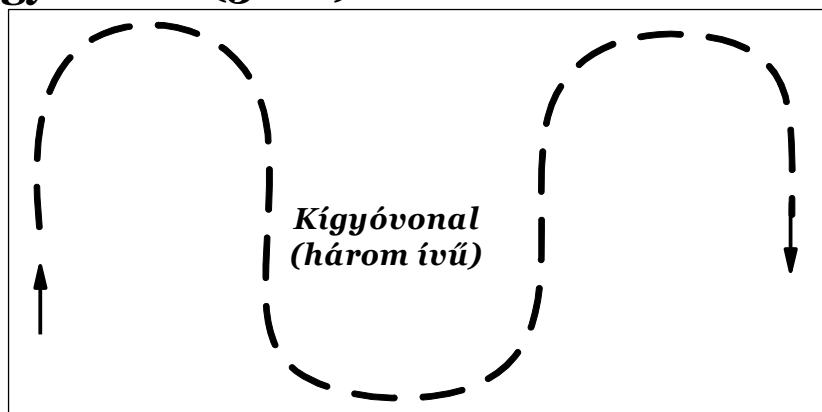
## I.2 Kis-kör



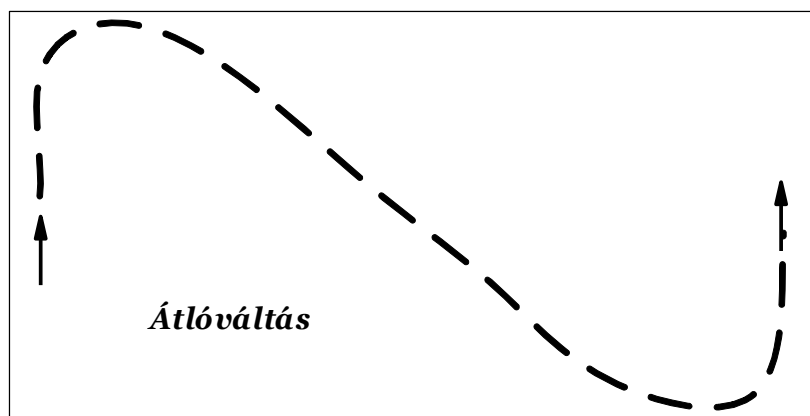
## I.3 Egyszerű kígyóvonal



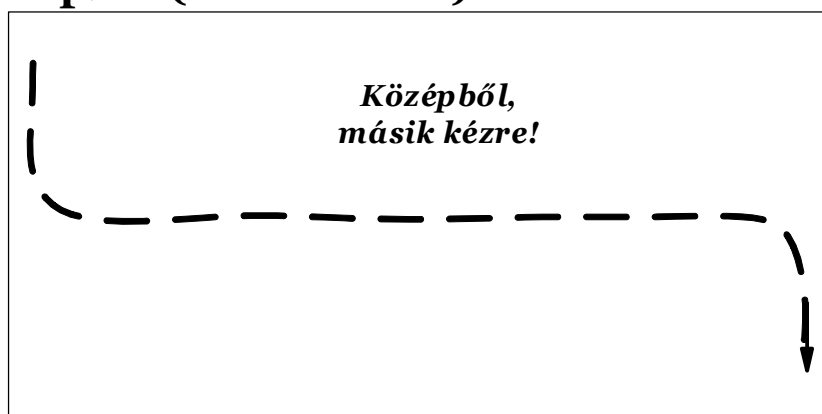
## I.4 Kígyóvonal (3 ívű)



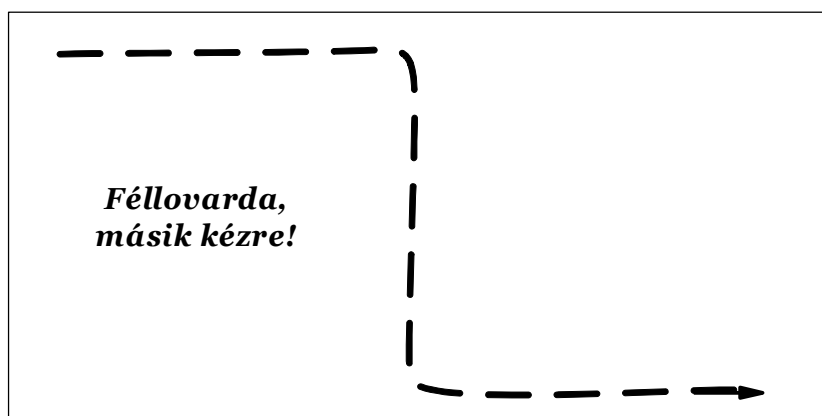
## I.5 Átlóváltás



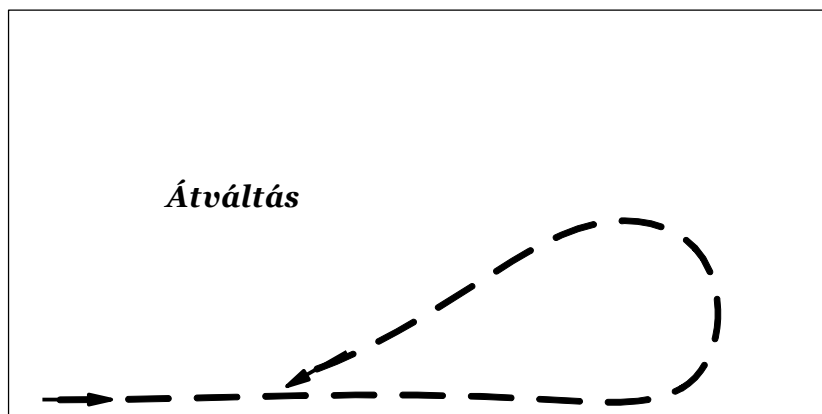
## I.6 Középből (másik kézre)



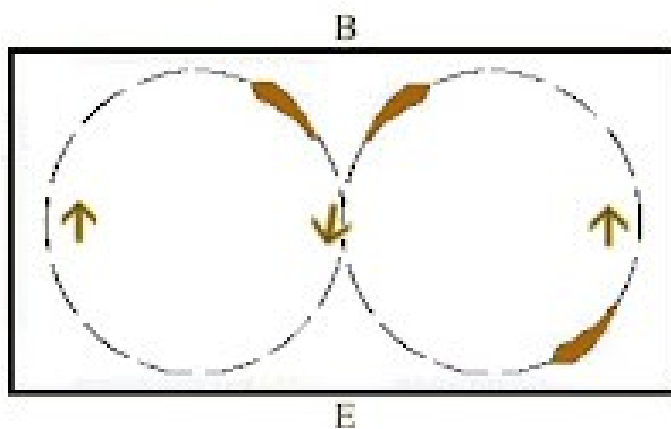
## I.7 Féllovarda (másik kézre)



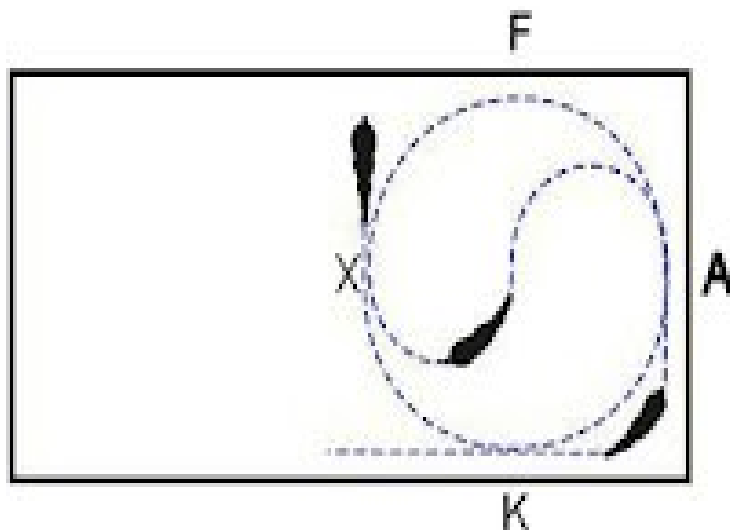
## I.8 Átváltás



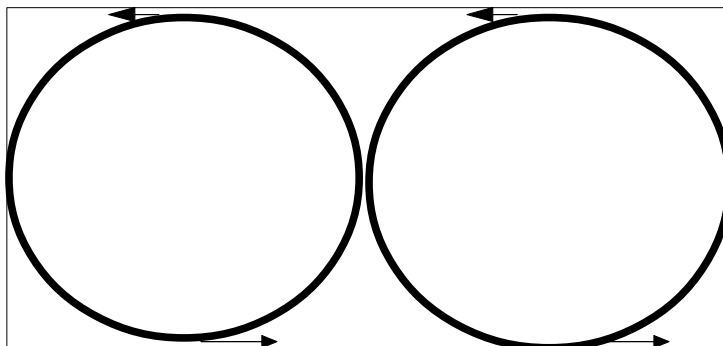
## I.9 Köröket válts!



## I.10 Körben válts!



## I.11 Két nagy kört!



*Egy lovas esetén nincs értelme vezényelni ezt a feladatot!*

- *A „Két nagy kört!” elhangzása után azok a lovasok akik a lovarda jobb felében lovagolnak; alkotják a jobb oldali kört, a többiek a baloldali!*
- *Abban a jármódban maradnak, amelyikben éppen lovagolnak.*
- *Mindaddig amíg nem hangzik el másik vezényszó, maradnak a körön!*

## II. Lábsorrendek

### II.1 Lépés

*A leglassúbb jármód, négyütemű mozgás.*

Lábsorrendje: jobb hátsó – jobb első – bal hátsó – bal első.

### II.2 Ügetés

*Kétütemű mozgás, lebegő-fázissal.*

Lábsorrendje: az átlós láb-párok mozognak egy időben, közte van a lebegő-fázis.

### II.3 Hátralépés

*Kétütemű mozgás.*

Lábsorrendje: az átlós lábak mozognak egy időben.

### II.4 Vágta

*A vágta háromütemű (a túlzottan lerövidített vágta és a versenyvágta négyütemű) jármód, lebegő-fázissal.*

Lábsorrendje: (bal lábon): jobb hátsó, utána a bal hátsó és jobb első együtt, majd a bal első – ezt követi a lebegő-fázis.

### II.5 Poroszkálás

*Speciális jármód*

*Lábsorrendje: azonos oldali lábak lépnek egyszerre, és a test kigyózó mozgással követi a lábak mozgását. Ez a jármód is energiatakarékos és viszonylag gyors. Bizonyos lovaknak vele született sajátja.*

### II.6 Tölt

*Egészen speciális mozgás a tölt, ami az izlandi pónik sajátja.*

Lábsorrendje: megegyezik a lépésével, csak hihetetlen sebességgel képesek művelni ezek a pónik.

Állítólag igen kényelmes, és gyorsan lehet nagy távolságokat megtenni ilyen módon.

### III. A lovas elsődleges segítségei

A lovas lovára **combbal** (lábszár vagy csizma), **szárral** (kantárszár, kéz) valamint derekán keresztül **testsúlyával** fejt ki hatást.

A segítségeken keresztül érhető el a ló megkívánt uralása, célszerű mozgásteljesítménye és testtartása.

#### III.1 Egybeható, vagy kétoldali segítségek

Az egyszerű segítségek közé tartoznak azok, ahol a lovasnak a befolyások alkalmazásánál nem kell különbséget tenni jobb és bal végtagja között.

- megindítás lépésbe, ügetésbe,
- megállítás lépésből, ügetésből,
- megindítás lépésből, ügetésbe,
- felvétel ügetésből, lépésbe.

#### III.2 Combra való befolyások

Lábszár, vagy csizma befolyást jelent!

A csizmával két helyen fejtünk ki befolyást, amely háromféle hatást hozhat létre:

- a) a hevederen, illetve közvetlen a heveder mellett előrehajtóan hat.
- b) körülbelül egy tenyérnyire a heveder mögött oldalt léptetően.
- c) oldalt lépést megakadályozóan, azt szabályozóan azaz ellentartóan.

A csizma feladata tehát;

- 1) előrehajtás
- 2) oldalt léptetés
- 3) hosszahajlítás végrehajtása.

Valamennyi funkciót csak abban a pillanatban képes ellátni, amikor a befolyásolni kívánt hátulsó láb a talajról felemelkedik!

#### III.3 Testsúly befolyások

- 1) teher mentesítő vagy könnyítő,
- 2) kétoldali megterhelő,
- 3) egyoldali megterhelő.

### **III.4 Szárral való befolyás**

- 1) *felvevő,*
- 2) *utána engedő,*
- 3) *ellentartó vagy bezáró,*
- 4) *és kitartó lehet.*

#### **III.4.1 Egész felvétel**

*Az egész felvétel minden segítség együttes működése megállás céljából. A ló, mindegy, milyen jármódból, átengedően, megfeszülés nélkül azonnal megáll.*

*Segítségek*

- *A lovas kitartó szársegítséget használ, de csak röviden, mindig az előrehajtó csizmasegítséggel összekötve.*

#### **III.4.2 Félfelvétel**

*Több segítség együttes kombinációja, amivel a lovas a lóva figyelmét felkelti.*

*Segítségek*

- *A lovas előrehajtó lábszársegítség, és meghúzott derék kíséretében, kitartó vagy felvevő szársegítséget ad, amit mindig a szár utánaengedése követ.*

#### **III.4.3**

#### **III.4.4 Állítás**

*Martól előre-felé van hajlítva a ló.*

*Segítségek*

- *belső szár hajlít, míg a külső határozza meg a hajlítás mértékét.*

#### **III.4.5 Hajlítás**

*A ló testének hossz tengelye van hajlítva. Mértéke a lovagolt ívhez igazodik.*

*Segítségek*

- *belső szár, és a külső csizma hajlítja a ló testét a belső csizma köré,*
- *a külső szár határozza meg a hajlítás mértékét.*



## IV. Másodlagos segítségek

### IV.1 Sarkantyú

*A lábszársegítség megerősítését szolgálja.*

### IV.2 Pálca

*Előrehajtásban, és az oldalra léptetésben segít, ill. a büntetés eszköze is.*

*Rendeltetésszerű használata a lapockán, és a lovas csizmája mögött a ló oldalán van.*

### IV.3 Hangsegítség

*Lehet élénkítő, és nyugtató. Fiatal lovak képzésénél fontos!*

## V. Idomító feladatok

### V.1 Vállat be

*A ló három patanyomon halad; külső hátsó kívül, a külső első és a belső hátsó egy patanyomon középen, és a belső első a harmadik (belső) patanyomon. A ló gerince teljes hosszában, a tarkójától a farkáig hajlításba kerül (befelé).*

*Segítségek*

- *a testsúly a belső oldalt terheli,*
- *a belső szár a hajlítás mértékét, a külső a keretet mutatja a lónak,*
- *a belső csizma a hevederen a hajlítást és az előrelépést támogatja, a külső csizma a heveder mögött a far kitérését gátolja.*

### V.2 Farat be

*A ló az elejével egyenesen jár, míg a farával a vonaltól befele eltér. Három patanyomon halad; külső elülső kívül, belső elülső és a külső hátulsó egy patanyomvonalon középen, míg a belső hátulsó belül halad.*

*Segítségek*

- *A szárákkal a ló elejét vezetjük és mérsékelt állítást végzünk.*
- *A testtömeget kissé a belső ülőcsontra helyezzük.*
- *A külső combunkat a heveder mögé fektetve átléptetjük a hátulsó lábakat, a belső combunk pedig fenntartja a mozgás élénkségét, és megakadályozza a far túlzott betérését.*

### **V.3 Combra való engedés**

*A belső csizmától való határozott ellépés a feladat, a ló előre és oldalra halad az állítással ellentétes irányban.*

*Segítségek*

- *a lovat állítjuk a kívánt oldalirányú mozgással ellentétes irányba*
- *belső csizma valamivel a heveder mögött átlépteti az azonos oldali lábpárt*
- *külső csizma ügyeli, hogy a far ne előzze meg a ló elejét*
- *a belső szár állít*
- *a külső szár ellentart, vezeti a ló vállát.*

### **V.4 Féloldalazás**

*A ló előre és oldalra halad a hajlítással azonos irányban.*

*Segítségek*

- *a lovat állítjuk, s hajlítjuk a kívánt oldalirányú mozgás irányába*
- *külső csizma a heveder mögött átlépteti az azonos oldali lábpárt*
- *belső oldali csizma léptet előre*
- *a belső szár állít*
- *a külső szár ellentart, vezeti a ló vállát*
- *testsúly a mozgás irányába hat.*

### **V.5 Ellenvágta**

*Az ellenvágta tulajdonképpen vágta ellenállításban, „rossz lábon”.*

*Fontos elengedtető gyakorlat.*

*Megtanításához kezdetben célravezető a lovardában egyszerű kigyóvonalakon vágózni a hosszú fal mentén.*

## V.6 Nyújtott ügetés

Nyújtott ügetésben a hátsó lábak határozott lökőerőt fejtenek ki, a mellsők teljesen kinyúlnak a következő patanyom felé.

*Segítségek*

- Egyenletesen támaszkodjon a ló, csizmáinkkal az ügetés ütemében kis ütögetéseket mérjünk az oldalakra.
- Ennek hatására a ló nyújtani fogja lépéseinek hosszát.
- Kövessük a mozgást velemenő derékkel.
- Vigyázzunk, hogy a segítségeket ne adjuk túl erősen, mert könnyen elvész a tiszta lábsorrend és a ló védekezéséppen beugrik vágτάba vagy elsiet.

## V.7 Ugrásváltás

Az ugrásváltás a ló vágta közben végrehajtott lábsorrendbéli váltása, melyet a lovas segítségeire hajt végre.

*Segítségek*

- Az ugrásváltást a szárak, a testtömeg és a combok összehangolt és egy időben adott segítségeivel hajtjuk végre.
- A lebegés megkezdésének pillanatában a kezek, ugyanakkor a combok szerepe is felcserélődik, és a testsúly is áthelyeződik a másik oldalra.

## V.8 Piruett – Perdülés

Végrehajtható összeszedett lépésben, összeszedett vágóban, ill. piaff-ban.

### V.8.1 Hátulja körüli fordulat

A hátulja körüli fordulatnál a ló a belső hátsó lába körül fordul. A fordulatot mindig megfelelő állítással (jobbra fordulásnál jobb állításban, balra fordulásnál bal állításban) lovaljuk.

*Segítségek*

- A lovas befelé helyezett testsúllyal ül, belső csizmája a hevederen, a külső tenyérrnyivel a heveder mögött.
- A külső szár és külső csizma fokozott nyomással oldalra-lépésre készíti a lovat.
- A belső szár a puhaságról és az állítás fenntartásáról gondoskodik.
- A belső csizma az oldalra-lépést szabályozza.

### **V.8.2 Röviden hátra arc**

*Amíg a hátulja körüli fordulatnál a ló a feladat előtt és a feladat után megáll, addig a röviden hátra arcnál az eredeti jármódban marad.*

*Segítségek*

- *Ugyanazok, mint a hátulja körüli fordulatnál, csupán arra kell ügyelni, hogy a mozgás folyamatossága fennmaradjon!*

### **V.8.3 Perdülés vágásban**

*A ló belső, hátulsó lába körüli 360 fokos fordulat iskolavágásban, amelyet legalább négy vágtaugrásból kell végrehajtani.*

*Segítségek*

- *Lendületes rövid-vágásban a lovas félfelvételt alkalmaz a belső szárral, felsőteste 2-3 cm-rel a függőleges mögé kerül, a külső szárat megállítja, kitart vele.*
- *Külső combját határozottan a heveder mögé fekteti, testtömegét a belső ülőcsontjára helyezi.*
- *A lovat a belső szárral fordítja a perdülés irányába.*
- *A belső comb készültségben van a hevederen és csak akkor lép hatásba, ha a ló veszt a lendületéből vagy elakad, tehát az élénkség és a lábsorrend tisztaságának fenntartása a feladata.*
- *A fej állításának mértékét – s egyben a vágtaugrások számát is – a külső szár határozza meg.*

## **V.9 Piaff**

*A piaff egyenletes ütemű, fokozottan ültetett, tagolt iskolaiügetés helyben.*

*A lábsorrend tiszta, a hátulsó lábak ízületei rugószerűen összetolódnak, a hátulsó paták a boka magasságáig emelkednek. Az elülső lábak részben tehermentesülnek, ezáltal mozgásuk szabadabb lesz. Az elülső paták félszárig, az alkarok vízszintesig emelkednek. Az alsó lábszár csaknem függőleges, a felkar és az alkar egymással 90 fokos szöget zár be. A fokozott ültettség következtében a ló felső vonala a vízszintestől eltér, a far irányába lejt. A mozgás könnyed, rugalmas, lendületes, ütemes.*

## Segítség

- *Iskolaügetésben haladva felvevő segítséget alkalmazunk, tehát erélyesen beleülve a nyeregbe felsőtestünket a függőleges mögé vesszük 2-3 cm-rel.*
- *Ezzel helyes kéztartás mellett a szárak is megrövidülnek, ami a lovat megállásra készíti.*
- *Ugyanakkor hatásba lépnek a lábszársegítség; kis kis ütögetések a ló oldalára a mozgás ütemében.*
- *A helyesen adott segítségek hatására a ló nem áll meg, hanem helyben fog ügetni, kialakul a piaff.*

## V.10 Passage

*A passage mint lebegő ügetés ha pillanatokra is, de „legyőzi a gravitációt”, látványosan, könnyedén, súlytalanul!*

### Segítség

- *A passage-t ki lehet fejleszteni az összeszedett ügetésből, piaff-ból, de lépésből is.*
- *A lovasnak tanulmányoznia kell lova egyéniségét, és annak megfelelően alkalmazni a megfelelő módszert.*

### Összeszedett ügetésből:

- *átmenetek lovaglása*
- *ha a lendület, az átengedőség már elegendő, a lovas fél-felvételekkel fokozza az összeszedést, és a lovat előrehajtó csizma és derék segítségekkel néhány passage lépésre bírja*
- *a kéznek ezeket a lépéseket időben ki kell engednie*
- *a derék hatását olyan mértékben kell csökkenteni, hogy a ló a hátát ne eressze le, és a nyakát meg ne merevítse.*

### Piaffból:

- *a fokozott előrehajtást, aminek a piaff ütemét nem szabad zavarnia, a kéz megfelelően kiengedi*
- *a passage-lépések számát, ill. a passage-ba való átmenetek számát, csak nagyon óvatosan szabad emelni.*