

A woman in equestrian attire, including a dark blue polo shirt with 'Monte Carlo' written on it, dark riding pants, and a brown helmet, is smiling while riding a dark brown horse. The horse is in motion, possibly performing a dressage movement, in an outdoor arena with a wooden fence and green trees in the background. The horse has white wraps on its lower legs and is kicking up some dust from the sandy ground.

Kurd Albrecht  
von Ziegner

# UJEŹDŹENIE

FUNDAMENT JEŹDZIECTWA

KONCEPCJA DRZEWA TRENINGOWEGO

GALAKTYKA

Tytuł oryginału: *Elemente der Ausbildung – Leitfaden für den Bereiter junger Pferde*

Copyright © 2002 by Cadmos Verlag

Published by arrangement with Cadmos Verlag.

Opublikowano na podstawie umowy z Cadmos Verlag.

Copyright © for the Polish edition: Galaktyka Sp. z o.o., Łódź 2015

90-562 Łódź, ul. Łąkowa 3/5

tel. +42 639 50 18, 639 50 19, tel./fax 639 50 17

e-mail: [info@galaktyka.com.pl](mailto:info@galaktyka.com.pl); [sekretariat@galaktyka.com.pl](mailto:sekretariat@galaktyka.com.pl)

[www.galaktyka.com.pl](http://www.galaktyka.com.pl)

ISBN: 978-83-7579-410-6

Zdjęcie okładkowe: *Paulina Dudzik*

Konsultacja: *Wojciech Mickunas*

Redakcja: *Elzbieta Derelkowska*

Redakcja techniczna: *Marta Sobczak*

Korekta: *Małgorzata Gołąb, Monika Ulatowska*

Redaktor prowadzący: *Marek Janiak*

Projekt okładki: *Jakub Kabala*

DTP: *Jakub Kabala*

Druk i oprawa: ABEDIK S.A.

### **Księgarnia internetowa!!!**

Pełna informacja o ofercie, zapowiedziach i planach wydawniczych

**Zapraszamy**

[www.galaktyka.com.pl](http://www.galaktyka.com.pl)

kontakt e-mail: [info@galaktyka.com.pl](mailto:info@galaktyka.com.pl); [sekretariat@galaktyka.com.pl](mailto:sekretariat@galaktyka.com.pl)

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez pisemnej zgody Wydawcy książka ta nie może być powielana ani częściowo, ani w całości. Nie może też być reprodukowana, przechowywana i przetwarzana z zastosowaniem jakichkolwiek środków elektronicznych, mechanicznych, fotokopiarskich, nagrywających i innych.



# SPIS TREŚCI

PRZEDMOWA.....	7
1. WSTĘP .....	8
2. NIEZMIENNE ZASADY .....	9
3. DRZEWO TRENINGOWE .....	14
4. ROZLUŻNIENIE .....	21
5. REGULARNOŚĆ .....	33
6. SWOBODA (RUCHU).....	38
7. KONTAKT.....	40
8. USTAWIENIE NA POMOCĘ.....	44
9. WYPROSTOWANIE .....	56
10. RÓWNOWAGA.....	67
11. PRZEPUSZCZALNOŚĆ .....	72
12. IMPULS .....	74
13. ZEBRANIE.....	76
14. PRZEMYŚLENIA NA TEMAT FIGUR NA UJEŹDŻALNI .....	82
15. PRZEMYŚLENIA NA TEMAT RUCHÓW SZKOLNYCH .....	87
16. POCHYŁA UJEŹDŻALNIA.....	93
17. PRZEJŚCIA .....	96
18. KONKURS ŚWIĘTEGO JAKUBA.....	100
19. CHODY BOCZNE .....	104
20. LOTNA ZMIANA NOGI W GALOPIE.....	120
O AUTORZE .....	124

# DRZEWO TRENINGOWE

*Dobry jeździec osiągnie z przeciętnym koniem więcej  
niż przeciętny jeździec z dobrym wierzchowcem*

Wiemy, że szkolenie podstawowe jest niezbędnym, wszechstronnym treningiem, stanowiącym podstawę wszystkich dyscyplin jeździeckich – ujeżdżenia, WKKW i skoków przez przeszkody. Dzięki niemu młody koń rozwija pełnię swoich możliwości fizycznych i umysłowych. Po dwóch latach szkolenia podstawowego może rozpocząć specjalistyczny trening i osiągać sukcesy w dyscyplinie, do której ma największe predyspozycje.

Wiemy także, że szkolenie podstawowe oprócz pracy na płaskim obejmuje ćwiczenia gimnastyczne na cavaletti i skoki przez niewielkie przeszkody, które pozwalają rozwinąć siłę mięśni i elastyczność. Ujeżdżenie polega zasadniczo na gimnastyce i edukacji.

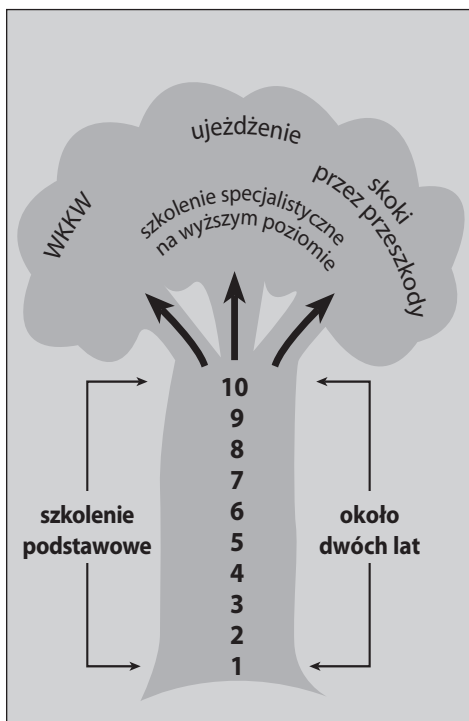
Istnieje dziesięć wzajemnie ze sobą powiązanych elementów edukacji, będących kluczem do ujeżdżenia. Każdy słyszał określenia: „schwung”, wyprostowanie, rytm i rozluźnienie. Jednak jak dochodzi do ich nauczania i w jakiej kolejności? Dobry trener wie, jak złożyć te elementy w całość, połączyć je w ćwiczone równoległe grupy i ułożyć w logicznym porządku.

Aby lepiej to zrozumieć, spójrz na rysunek „drzewa treningowego” (ryc. 6).

To schematyczne przedstawienie powinno dać ci wyobrażenie o kolejnych etapach szkolenia. Pień drzewa składa się z dziesięciu elementów, które muszą być rozwijane po kolei w ciągu dwóch lat szkolenia pod-

stawowego młodego konia. Te elementy – układane starannie jeden na drugim – tworzą mocny pień, mogący utrzymać okazałą koronę.

Piękno korony jest wynikiem szkolenia specjalistycznego, opartego na solidnym, mocnym pnieniu.



Ryc. 6

Owocami tego drzewa są wspaniałe konie skokowe, osiągające sukcesy konie startujące w konkursach WKKW albo zapierające dech w piersiach konie ujeżdżeniowe.

Oto dziesięć elementów drzewa treningowego, przedstawione w porządku alfabetycznym:

**impuls**

**kontakt**

**przepuszczalność**

**regularność**

**rozluźnienie**

**równowaga**

**swoboda (ruchów)**

**ustawienie na pomoce**

**wyprostowanie**

**zebranie**

W jakiej kolejności ułożyłbyś te elementy? Spróbuj sam odpowiedzieć na to pytanie, zanim zaczniesz czytać dalej. Najpierw zastanów się, co każdy z nich oznacza.

- **Impuls** jest „potężną siłą napędową pochodzącą z zadu, pchającą konia naprzód i przenoszoną przez elastycznie kołyszącą się grzbiet i rozluźnioną szuję (*Słownik terminów sędziowskich* USDF, 1990).
- **Kontakt** jest akceptacją wędzidła.
- **Przepuszczalność (giętkość)** to termin, który oznacza dużo więcej niż rozluźnienie ciała konia. **Przepuszczalność** jest „cechą konia pozwalającą pomocom (głównie sygnałom dawanym za pomocą wodzy) docierać do konia i wpływać na akcję tylnych nóg”. Możemy także rozważyć inną definicję giętkości: „fizyczną zdolność konia do płynnego przenoszenia środka ciężkości do przodu i do tyłu, a także na boki bez usztywniania się i wykazywania oporu. Giętkość przejawia się w płynnej reakcji konia na pomoce wstrzymujące i ustawiające w postaci wodzy oraz pomoce popędzające w po-

staci łydek i dosiada. Giętkość najlepiej oceniać podczas wykonywania przejść między chodami”. (Zbiór zasad USDF<sup>1</sup>). Jeszcze inna definicja mówi: „Giętkość jest sprężystością, wykazywaniem umiejętności płynnego dostosowywania samonoszenia (wzdłużnego) oraz ustawienie i zgięcia (bocznego) bez zakłócania przebiegu ruchu lub równowagi” (*Słownik terminów sędziowskich* USDF).

- **Regularność** jest prawidłowością chodu, obejmuje czystość, równość i wyrównanie.
- **Rozluźnienie** jest brakiem napięcia w ciele i umyśle konia.
- **Równowaga** jest względnym rozłożeniem ciężaru konia i jeźdźca między wzdami (równowaga boczna) oraz przednimi i tylnymi nogami konia (równowaga podłużna).
- **Swoboda** chodów jest długością wyroku i zasięgiem oraz brakiem ograniczeń ruchomości przednich i tylnych kończyn. Koń mający swobodę ruchu wykazuje naturalnie łatwą dążność do ruchu naprzód.
- **Ustawienie na pomoce** jest stanem, w którym koń nauczył się reagować na wskazówki w postaci dosiada, łydek i dłoni jeźdźcy.
- **Wyprostowanie** jest przeciwieństwem skrzywienia. Krzywy koń nie porusza się prawidłowo po jednym śladzie, a więc nie może wykorzystać siły napędowej pochodzącej z zadu.
- **Zebranie** jest stanem, w którym koń jest „pozbierny”. Większa część jego ciężaru jest przesunięta na zad, przód staje się lżejszy, a zwierzę ma uniesiony kłęb i szyję.

<sup>1</sup> USDF – United States Dressage Federation – Amerykańska Federacja Ujeżdżenia – przyp. tłum.

Znawcy koni wiedzą, że naturę konia należy szanować. Powinniśmy cały czas dowiadywać się jak najwięcej o jego cechach fizycznych i psychicznych. Im więcej wiemy o naszym partnerze, tym łatwiej będzie nam stworzyć związek oparty na współpracy, co jest nieodłączną podstawą wszelkiego szkolenia. Wiadomo także, że w trakcie szkolenia nie można robić nic na siłę, gdyż naraża to zdrowie konia na uszczerbek. Mając to na uwadze, wróćmy do uzupełnionego drzewa treningowego (ryc. 7). Dziesięć elementów pnia jest na nim umieszczone we właściwej kolejności. Owe dziesięć elementów należy uwzględniać w naszej pracy ujeżdżeniowej przez całe *szkolenie podstawowe*.

Ujeżdżenie jest najważniejszym elementem szkolenia wszechstronnego, kluczem do pracy nad solidnymi podstawami. Pień drzewa pokazuje wszystkie elementy tej pracy, dzięki której koń staje się zrelaksowany, posłuszny i – jak ujął to de la Guérinière – „przyjemny do jazdy”.

Co rozumiemy przez *prawidłową kolejność*?

Oznacza ona, iż istnieje określony porządek, w którym każdym element znajduje się względem sąsiednich – poprzedzających go i następujących po nim. Jednak żadna komórka nie może istnieć samodzielnie. Spełnienie każdego z elementów zależy od jego powiązań z elementami sąsiednimi. Dlatego nigdy nie pracujemy nad jednym elementem – zajmujemy się fazami obejmującymi elementy sąsiadujące ze sobą.

Biorąc pod uwagę wzajemne zależności między elementami, widzimy, że istnieją trzy fazy szkolenia podstawowego.

Aby spełnić kryteria **FAZY A** (w drodze do poziomu szkoleniowego), pracujemy głównie

nad rozluźnieniem, regularnością i swobodą ruchu oraz kontaktem.

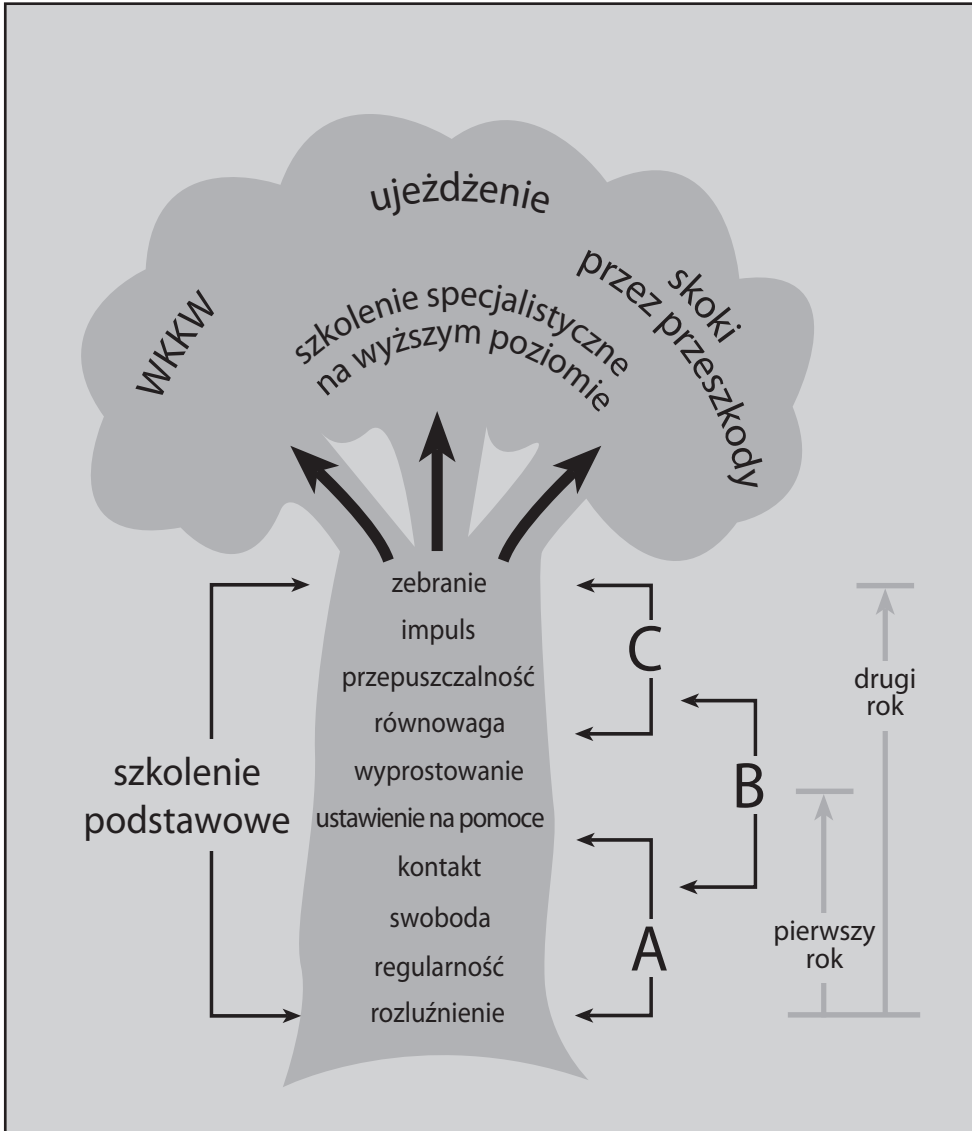
- **Rozluźnienie** jest pierwszym elementem, na którym musimy się skupić i starać się go osiągnąć. Zrelaksowanym koń jest ufny i może się uczyć.
- Nie można oczekiwać **regularności**, jeśli koń nie porusza się zrelaksowany, bez napięcia w ciele i umyśle.
- Nie należy wymagać swobody chodów, jeśli ma się to odbywać kosztem ich regularności.
- **Kontakt** można osiągnąć tylko u zrelaksowanego konia, który porusza się swobodnym i regularnym ruchem naprzód i przyjmuje wędzidło.

Aby spełnić kryteria **FAZY B** (w drodze do pierwszego poziomu), musimy teraz z koniem ustawionym na pomoce pracować głównie nad stałym kontaktem i rozwijaniem wyprostowania i równowagi.

- **Kontakt** (patrz wyżej).
- **Ustawienie na pomoce** jest stanem, którego należy oczekiwać po osiągnięciu czterech elementów fazy A.
- **Wyprostowanie** jest najważniejszą przesłanką dalszego szkolenia ujeżdżeniowego. Nie można go osiągnąć bez prawidłowego ustawienia konia na pomoce.
- **Równowaga** jest rezultatem wyprostowania.

Aby spełnić kryteria **FAZY C** (w drodze do poziomu drugiego), pracujemy głównie nad równowagą, przepuszczalnością, impulsem i zebraniem.

- **Równowaga** (patrz wyżej).
- **Przepuszczalność** widać najlepiej w trakcie przejść. Źle zrównoważony koń nie jest w stanie poprawnie wykonywać przejść i nie jest wygodny w jeździe. Bez równo-



Ryc. 7. Drzewo treningowe.

Faza A (w drodze do poziomu szkoleniowego) obejmuje przyzwyczajenie konia do ciężaru jeźdźca, zapoznanie z działaniem pomocy i otoczeniem.

Faza B (w drodze do poziomu pierwszego) rozwinięcie dążności do ruchu naprzód.

Faza C (w drodze do poziomu drugiego) rozwijanie samoniesienia.

Koncepcja drzewa treningowego obejmuje podstawowe szkolenie dla wszystkich dyscyplin jeździeckich, gdzie ważna jest giętkość i posłuszeństwo. Stanowi „najmniejszy wspólny mianownik” dla różnych pomysłów na szkolenie i różnych metod szkolenia konia, który ma być przyjemny w jeździe

wagi nie może istnieć przepuszczalność, a bez niej nie może być impulsu.

- **Impuls** jest siłą i sprężystością kroków, giętkością grzbietu i zaangażowaniem zadu. Aby go osiągnąć, koń musi być zrównoważony i przepuszczalny (giętki).
- **Zebranie** oznacza, że koń wykazuje samoniesienie się, uniesienie przodu i lekkość. Nie można tego osiągnąć, jeśli inne elementy nie są prawidłowo wyuczone i utrwalone. Zdolność do zebrania konia oznacza, że jest on gotowy do pracy nad wyższym poziomem ujeżdżenia.

Brzmi to całkiem logicznie, nieprawdaż? Tak właśnie jest, ponieważ każdy kolejny etap pracy opiera się na elementach poprzednich. Im lepiej są one rozwinięte, tym łatwiej będzie wprowadzać następne kroki. Co ważne, cała procedura jest zgodna z naturalnymi umiejętnościami konia.

Jeśli będziesz postępował zgodnie z tymi zasadami, nie popełnisz zbyt wielkich błędów. Jeśli jednak naruszysz te zasady, najprawdopodobniej doprowadzisz do bałaganu, spotkasz się z oporem konia i innymi problemami.

Czy teraz rozumiesz, dlaczego widzimy tak wiele koni sprawiających problemy? Niemal we wszystkich przypadkach można być pewnym, że sedno nie tkwi w koniu, ale w jeźdźcu, który z jakiegoś powodu nie postępował zgodnie z kolejnością przedstawioną w drzewie treningowym.

Rozważ następujące przykłady:

- Jeździec ma problem z ustawieniem konia na wędzidle. Koń wygląda na spiętego i nieszczęśliwego.  
*Zalecenie:* Zrelaksuj konia, daj mu iść swobodnie po 20-metrowym kole, zanim poprosisz o kontakt.

- Jeździec chce, żeby koń przeskoczył przez przeszkodę. Koń pochyła się w lewo i omija przeszkodę.

*Zalecenie:* Koń musi być wyprostowany. Ale praca nad wyprostowaniem wymaga właściwego ustawienia konia na pomoce.

- Jeździec chce, żeby koń wydłużył wykrok w klusie. Zamiast tego koń przyspiesza, ucieka. Najwyraźniej ma spięty lub obolały grzbiet.

*Zalecenie:* Zanim jeździec poprosi o wydłużenie, musi się upewnić, że koń porusza się w rozluźnieniu, regularnym ruchem, akceptuje wędzidło i utrzymuje stały kontakt. Jeździec musi sprawić, żeby koń przeżuwał wędzidło w dół i do przodu, by rozciągnąć grzbiet i zacząć nim pracować. Jeździec nie powinien prosić o wydłużenie wykroku, jeśli nie czuje fal wywołanych kołysaniem grzbietu konia. Wydłużenie wykroku oznacza wydłużenie owych fal za pomocą dosiadu i łydek.

- Jeździec prosi o cofanie, a koń stawia opór, ucieka zadem na boki.

*Zalecenie:* Właściwe wykonanie cofania zależy od przepuszczalności. Tylko giętki i przepuszczalny koń zareaguje na półpałady. Przepuszczalność zaś wynika z równowagi i wyprostowania. Jeździec musi najpierw popracować nad tymi elementami, aż koń zacznie odpowiadać na półpałady. Kiedy już to nastąpi, koń nie będzie miał problemów z cofaniem.

Te cztery przykłady ilustrują setki problemów, na które możesz się natknąć. W takich sytuacjach najpierw zadaj sobie pytanie o przyczynę, i zawsze pozostań cierpliwy i sprawiedliwy. Pomocą ci będzie służyć drzewo treningowe.

W większości przypadków koń nie rozumie czegoś z powodu niedostatecznego przy-



gotowania. Dlatego właśnie należy wrócić do łatwiejszych ćwiczeń, żeby przywrócić koniowi pewność siebie i chęć do współpracy. Później można ponownie poprosić o wykonanie nowego elementu i w większości przypadków koń zareaguje tak, jak tego od niego oczekiwaliśmy. To będzie chwila, kiedy należy go nagrodzić i być może nawet zakończyć pracę na dany dzień.

Jeśli kiedykolwiek postanowisz przeciwstawić się koniowi, musisz wyjść z tej konfrontacji zwycięsko. Po wszystkim pochwal konia za dobrą robotę. Jeśli jednak nie jesteś pewien wyniku takiej utarczki – wybierz inną drogę i wiedz, że musisz się jeszcze wiele nauczyć o jeździe konnej.

Najgorsze, co może zrobić jeździec, to ciągle upominać konia. To nic nie daje. Wręcz przeciwnie, koń staje się uparty, jeździec sfrustrowany, a proces uczenia niepotrzebnie jest utrudniony.

Przyznaję, że dwa lata postępowania zgodnie z zasadami, określonymi przez drzewo szkoleniowe mogą się wydawać bardzo długie, ale jest to równomierny i bezpieczny sposób. Koń stanie się w tym czasie psychicznie i fizycznie dojrzały, będzie zdrowy i zadowolony, i gotowy do wykonywania tego, o co go poprosisz.

Ci zaś, którzy spróbują pójść na skróty, napotkają jedynie liczne problemy, zmarnują czas i energię. W dłuższej perspektywie sposób sugerowany w niniejszej książce jest zawsze efektywniejszy.

Przyjrzyjmy się ponownie fazom opisanym w drzewie treningowym. W trakcie dwóch lat szkolenia podstawowego mamy trzy fazy edukacji:

**FAZA A** – koń przyzwyczaja się do cięzaru jeźdźcy i jest chętny do współpracy (jest to wymogiem programów ujeżdżeniowych poziomu treningowego).

**FAZA B** – rozwój mięśni stawów i ścięgien pozwala koniowi na prawidłowy wykrok (wymóg programów ujeżdżeniowych poziomu pierwszego).

**FAZA C** – koń rozwija zdolność samoniesienia i zaczyna wykonywać wszystkie ruchy lekko i bez trudu (wymóg programów ujeżdżeniowych poziomu drugiego).

Podobnie jak dziesięć elementów, trzy fazy nie mogą być od siebie oddzielone. Przejścia z jednej do drugiej są płynne. Rysunek na str. 17 pokazuje, które elementy powinny zostać osiągnięte po roku szkolenia. Koń powinien umieć stosunkowo dobrze wykonać program ujeżdżeniowy z poziomu pierwszego.

W drugim roku koń zmierza już do sprostanania wymogom poziomu drugiego. Wszystkie elementy, nad którymi pracowałeś z nim w pierwszym roku, są utrwalone, dzięki czemu koń może zwyciężać w konkursach ujeżdżeniowych poziomu pierwszego. Ogólnie można stwierdzić, że elementy powinny być utrwalane w następującej kolejności: w pierwszym roku szkolenia elementy od pierwszego do piątego, a w drugim pozostałe.

Drzewo treningowe, jak widzimy, daje nam jasny obraz, w jakiej kolejności realizować szkolenie konia. Wiemy, że w podstawowym szkoleniu jest dziesięć elementów, których należy uczyć w określonej kolejności.

Ta kolejność jest absolutnie niezbędna dla efektywnego szkolenia, pozwalając na płynne przejścia z jednego elementu do następnego, w miarę jak koń staje się coraz pewniejszy siebie i bardziej chętny do współpracy. Dzięki temu może sprawiać wrażenie, że wykonuje wszystko, o co się go prosi, z własnej woli.

Porządek, w którym są ułożone elementy na drzewie treningowym, odpowiada naturalnym możliwościom konia, i powinien być stosowany zarówno w szkoleniu długofalowym, jak i na codziennych treningach.

# ZEBRANIE

## DZIESIĄTY ELEMENT DRZEWA TRENINGOWEGO

*Tam, gdzie zaczyna się przemoc, kończy się sztuka*

Pułkownik Bengt Ljungquist

Pod koniec pierwszego roku *szkolenia podstawowego* nasz przyszły koń ujeżdżeniowy ma już cztery i pół roku i jest *ustawiony na pomoce*. Ufa swojemu jeźdźcowi i pewnie porusza się stępem, klusem i galopem w naturalnej ramie. Poznał pracę na cavaletti i uwielbia skoki przez niskie przeszkody, zarówno na ujeżdżalni, jak i w terenie. Ponieważ do codziennych sesji szkoleniowych włączyliśmy pracę nad *wyprostowaniem* (element 6), nasz koń stał się bardziej zrównoważony (element 7), a więc gotowy do występów na konkursach ujeżdżeniowych poziomu pierwszego.

**W drugim roku** szkolenia nasz koń kończy pięć lat. Nie jest już maluchem. Jest zdrowy, umięśniony i chętny do pracy. Znajduje się na właściwej drodze do konkursów poziomu drugiego.

W drugim roku ugruntowujemy wszystkie elementy osiągnięte w pierwszym roku i skupiamy się na *przepuszczalności* i *impulsie* (elementy 8 i 9), dzięki którym koń będzie gotowy na podjęcie pierwszych prób zebrania (element 10). Koń, który opanował wymogi poziomu drugiego, jest gotowy w każdej chwili trzymać ramę poziomu drugiego. Jest pozbierany, a więc jego ciało wygląda na krótsze. Jego zad przejmuje większą część ciężaru ciała, dzięki czemu przód ciała konia staje się wyższy. Jest zrównoważony podłużnie, wykazuje większe samoniesie-

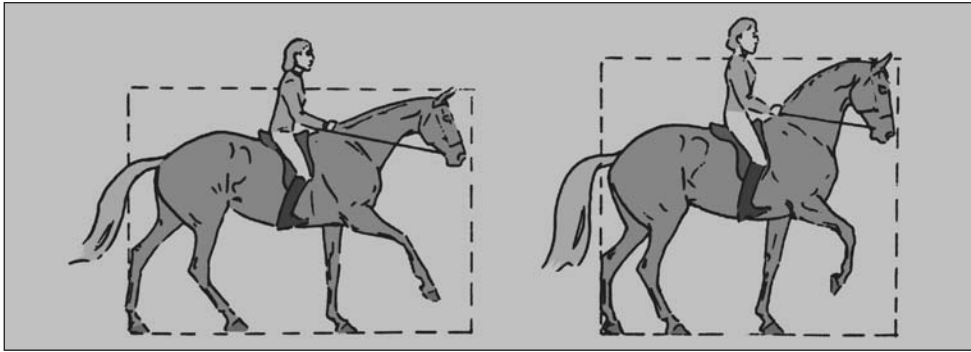
nie, a jego ruchy zaczynają mieć kadencję, coraz bardziej widać też zaangażowanie zadu (ryc. 45).

Aby dotrzeć do tego miejsca, musimy postępować bardzo ostrożnie. Wypracowanie odpowiednich mięśni, żeby koń mógł utrzymać zaangażowanie zadu i samoniesienie, wymaga około roku. Tylne nogi, które w trakcie pierwszego roku głównie *pchały konia naprzód* (faza B drzewa treningowego), teraz muszą być bardziej podstawione pod *środek ciężkości* (faza C).

Podobają mi się te słowa Violet Hopkins, pierwszej damy amerykańskiego ujeżdżenia:

„Kiedy koń zaakceptował rękę jeźdźca i idzie w stronę wędzidla, jeździec musi mieć świadomość, że następnym krokiem jest zwiększenie zaangażowania zadu, zaokrąglenie grzbietu i niepozwalanie koniowi na obciążanie przodu. Dzięki większemu zaangażowaniu zadu powinniśmy uzyskać zaokrąglenie grzbietu i zgięcie w potylicy”.

„W miarę jak koń nabiera siły i zwiększa kontrolę nad swoimi mięśniami, jego środek ciężkości przesuwa się w stronę zadu. Przód staje się uniesiony, a ciężar ciała rozkłada się bardziej równomiernie na wszystkie cztery kopyta. Teraz koń jest już gotowy na zebranie. Od tego etapu osiąganie wyższych poziomów zależy od zrozumienia i umiejętności jeździeckich człowieka”.



Ryc. 45. Ramy w galopie. Po lewej: galop naturalny (faza A). Po prawej: galop zebrany (po ukończeniu szkolenia podstawowego)

W **stój** zebrany koń ma bardziej zamkniętą ramę, w idealnym przypadku linia biegnąca od guza kulszowego do kopyta tylnej nogi jest pionowa.

Zebranie jest wynikiem specjalnego szkolenia, prowadzonego przez doświadczonego jeźdźcę, który wie, że zaangażowanie zadu nie może być poprawne, jeśli koń nie ma połączenia od zadu do wędzidła przez rozciągniętą linię górną i kołyszący się grzbiet.

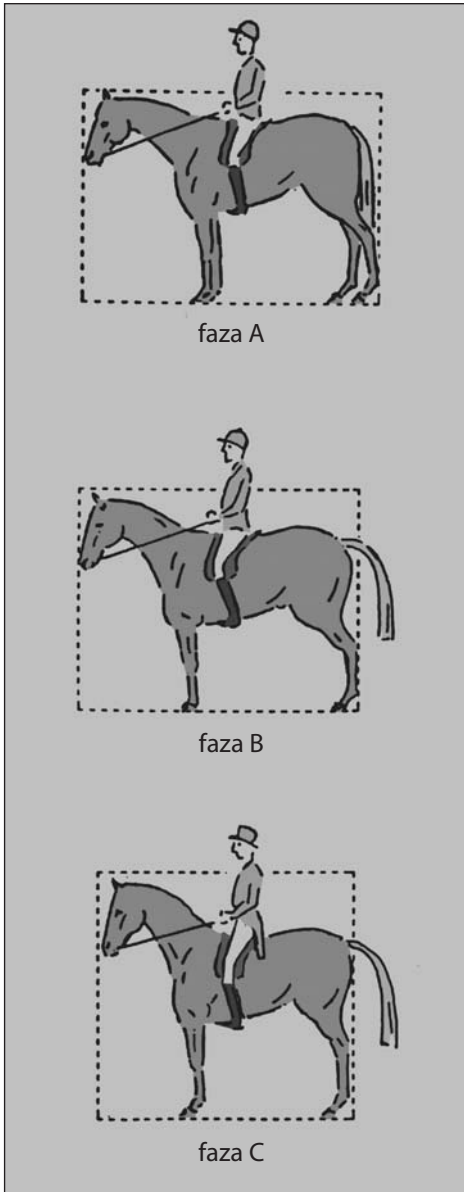
Konie mają różne zdolności do zebrania się, zależnie do swojej konstrukcji fizycznej i psychicznej. Istnieją konie bardzo utalentowane oraz takie, które nie wykazują żadnych uzdolnień w tym kierunku. Każdego konia można nauczyć podstaw ujeżdżenia, ale nie każdy zostanie koniem ujeżdżeniowym.

Kupując kandydata na konia ujeżdżeniowego, zwracamy szczególną uwagę na jego zdolność do jazdy w zebraniu, a nie na „zapierający dech w piersiach kłus”. Wiele koni wypuszczonych luzem zadziera ogon do góry i pokazuje taki właśnie kłus, wywołany podekscytowaniem i spięciem. Nie

powinno to robić na nas wrażenia. U bawiącego się swobodnie konia chcemy dostrzec *zdolność do chodzenia w zebraniu*.

Patrzmy, jak utrzymuje równowagę i jak używa tylnych nóg podczas zakrętów i zatrzymywania się, ponieważ na wyższych poziomach ujeżdżenia liczy się *zebranie*, charakteryzujące się dokładnością, lekkością i elegancją.

Robiono badania na temat najlepszej budowy fizycznej i idealnych kątów w ciele konia ujeżdżeniowego. Uważam, że nie powinniśmy przykładać przesadnej wagi do takich pomiarów. Nie kupujemy pomnika z parku. Szukamy konia, który umie się poruszać. Utalentowany kandydat na konia ujeżdżeniowego, który jest naturalnie zrównoważony i od razu tańczy pod jeźdźcem, jest wyjątkiem i należy go uważać za dar natury. Powinniśmy obchodzić się z nim z należytą ostrożnością. Potrzeba wiele samodyscypliny i zrozumienia, żeby nie przyjmować zebrania, oferowanego przez konia, zanim będzie on psychicznie i fizycznie gotowy na dziesiąty element drzewa treningowego.



Ryc. 46. Zatrzymanie na różnych etapach wyszkolenia:  
 – w fazie A („rama otwarta”)  
 – w fazie B („koń ustawiony na pomoce”)  
 – w fazie C („rama zamknięta”)

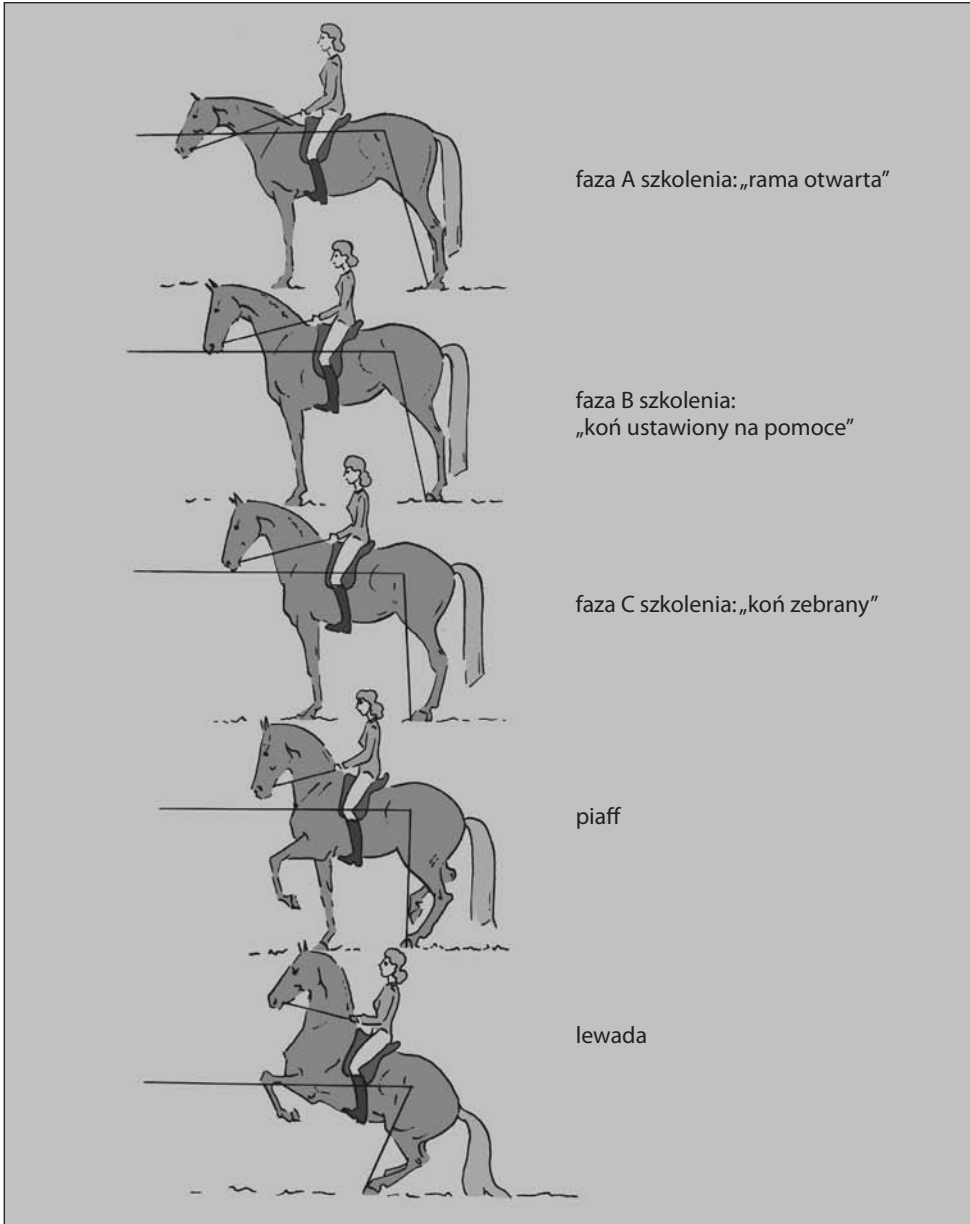
Niestety, wciąż widzimy jeźdźców, którzy z różnych przyczyn wykorzystują chęć do chodzenia w zebraniu, wykazywaną przez niektóre konie. Naruszając zasady szkolenia podstawowego, startują niekiedy w zawodach wyższych klas, ryzykując zdrowie konia i własną reputację. Tym sposobem całkiem sporo utalentowanych koni ma problemy jeszcze przed osiągnięciem dojrzałości.

doskonałe zebranie *nie* jest przedmiotem szkolenia podstawowego. Wprowadzamy jedynie ten nowy element, prosząc o większe zaangażowanie, i jesteśmy usatysfakcjonowani lepszym samoniesieniem, wynikającym ze zwiększonego zaangażowania tylnych nóg. Chcemy czuć energię przepływającą przez ciało konia, mieć możliwość regulowania rytmu i równowagi, odbierać tę energię poprzez dłonie. Każde użycie siły jest niewłaściwe, ponieważ prowokuje napięcie i opór.

Potrzeba sporego doświadczenia jeździeckiego, żeby uczyć zebrania, nie wywołując u konia spinania się i odruchów obronnych. Jak wiemy, w przyrodzie koń nie porusza się w zebraniu, z wyjątkiem krótkich momentów podekscytowania. Biega z wyciągniętą szyją, a jego tylne nogi bardziej pchają niż dźwigają ciężar ciała.

Mając tę świadomość, musimy zdać sobie sprawę z tego, że chody zebrane są chodami sztucznymi, których trzeba konia nauczyć. Do zebrania potrzebne są inne grupy mięśni, które trzeba rozwinąć.

Prośenie konia o większe zaangażowanie zadu jest normalnym procesem w drodze do osiągnięcia poziomu drugiego. Pod warunkiem satysfakcjonującego osiągnięcia wszystkich elementów drzewa treningowego, nie powinny się pojawić nieoczekiwane trudności.



Ryc. 47. zasada zebrania według W. Müselera. Zwróć uwagę, że stopień uniesienia ciała jest wynikiem stopnia ugięcia stawów skokowych i obniżenia zadu. „łuk przed jeźdźcem (szyja) jest efektem łuku za jeźdźcem (zadu)”

Przyjrzyjmy się teraz rycinie 47.

To graficzne przedstawienie pochodzi z książki Wilhelma Müselera *Riding Logic*, wydanej po raz pierwszy w 1933 roku. Przetłumaczono ją z języka niemieckiego na dziesięć innych. Rysunki z tej słynnej książki były przedrukowywane wielokrotnie w literaturze jeździeckiej, ponieważ nie ma lepszego sposobu na przybliżenie tych kwestii.

Koń *ustawiony na pomoce* (element 5), który jest *wyprostowany* (element 6), *zrównoważony* (element 7), *przepuszczalny* (element 8) i rozwija *impuls* (element 9), jest gotowy na *zebranie*. Jak wcześniej wspominałem, ta kolejność jest nie tylko wyznacznikiem dla szkolenia w trakcie drugiego roku *szkolenia podstawowego*. Musi być także wskazówką do organizacji codziennych treningów.

Każda lekcja zaczyna się od pracy nad *rozluźnieniem* (element 1), a po jej zakończeniu koń musi być zrelaksowany i zadowolony.

Kluczem do *zebrania* jest umiejętność prawidłowego wykonania *półparady* i stosowania tego unikalnego narzędzia w sposób skoordynowany z ruchem konia. Nie trzeba już chyba przypominać, że *półparada* może zadziałać jedynie u wyprostowanego konia, pozostającego na jednym śladzie.

Działając dosiadem (przechylając bezkę) i prosząc konia o ruch naprzód łydkami, mobilizujemy tylne nogi, a za pomocą dłoni przekształcamy ową zwiększoną aktywność w *zebranie*. Tylne nogi, używane wcześniej do *pchania konia naprzód*, teraz mają wkraczać głębiej pod środek ciężkości i dźwigać większy ciężar. Dzięki temu koń staje się lżejszy na przodzie i lepiej reaguje na pomoce.

Pamiętaj jednak, że to uniesienie przodu zawsze musi być skutkiem obniżenia zadu. W przeciwnym przypadku efekt będzie wyglądał jak na rycinie 48.

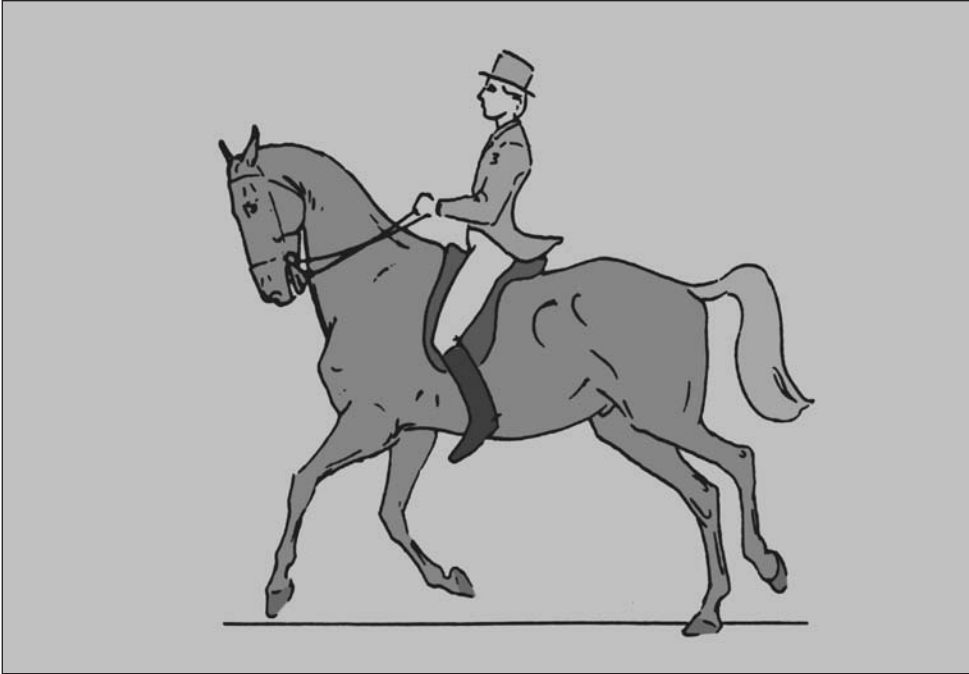
Ponieważ obniżenie zadu nie jest możliwe, jeśli koń nie porusza się w równowadze, nie jest przepuszczalny i nie wykazuje impulsu, zanim poprosimy go o zebranie, wielokrotnie sprawdzamy jakość tych elementów za pomocą *półparady*.

Wszelkie przejścia, zmniejszanie lub zwiększanie średnicy kół, wolta o średnicy 8 metrów, łopatką do wewnątrz i kontrgalop są pomocne do wytwarzania **przepuszczalności** konia i jego zdolności do przyjmowania pozycji zebranej. Mocne ugięcie tylnych kończyn i skrócone kroki nie wchodzą w zakres szkolenia podstawowego.

Poruszanie się chodami zebranymi jest dla konia ciężką pracą. Dlatego właśnie z początku utrzymujemy zwiększone zaangażowanie tylko przez krótkie chwile, żeby koń mógł się rozluźnić, a jego naprężone mięśnie mogły odpocząć. Nieregularność i napięcie wskazują na niedostateczny rozwój fizyczny do wprowadzania chodów zebranych.

**Żucie wodzy z ręki** jest niezbędnym ćwiczeniem pozwalającym sprawdzić rozluźnienie grzbietu po okresie pracy w *zebraniu*. Dobrze wyszkolony koń zademonstruje to ćwiczenie w stępie, kłusie i galopie na każdym poziomie. Dlatego w Konkursie Świętego Jakuba wymagany jest właśnie ten element. Champion Ahlerich, dosiadany przez Reinera Klimke, był doskonałym tego przykładem.

Munsztuk *nie jest* narzędziem do zmuszania konia do *zebrania*. Jeździec, który nie potrafi zebrać konia na zwykłym wędzidle, musi najpierw opanować tę sztukę. Munsztuk służy jedynie do doskonalenia pomocy, kiedy koń już wykazuje samonie-



Ryc. 48. Źle rozumiane „zebranie”. Całe ciało konia jest napięte, stawy skokowe nie są ugięte, nie ma śladów zebrania

sienie się. Sędziowie muszą tego wypatrywać i mieć odwagę, żeby w przeciwnym przypadku obniżyć oceny! Konkurs Świętego Jakuba ułatwi im ocenę.

Jeźdźcom, którzy w oczywisty sposób męczą konie, zmuszając je do zebrania, należy przypomnieć, że powinni zachowywać się fair wobec swoich wierzchowców.

Wprowadzenie zebrania jest ostatnim elementem szkolenia podstawowego. Pod jego koniec koń powinien mieć zaliczony okres wszechstronnego szkolenia, być fizycznie i psychicznie zdrowy, mieć zaufanie do jeźdźcy i chętnie wykonywać to, o co go jeździec poprosi. Powinien być przygotowany do wykonywania programu ujeżdżenia poziomu drugiego (nasza klasa P)

i potrafić skakać wszelkie niewysokie przeszkody na ujeżdżalni i w terenie. Jest gotowy na wykonanie czworoboku poziomu drugiego, potrafi skakać wszelkie niewysokie przeszkody zarówno na ujeżdżalni, jak i w terenie.

Drzwi do specjalistycznego treningu na wyższym poziomie zostały otwarte. Niezależnie od tego, jaką dyscyplinę wybierzemy – ujeżdżenie, skoki przez przeszkody czy WKKW – będziemy postępować zgodnie z dobrze zaplanowanym programem, zawsze dopasowanym do aktualnych możliwości konia, dzięki czemu pozostanie on zdrowy i chętny do pracy. To najbezpieczniejszy sposób na osiągnięcie dalszych sukcesów.

Kurd Albrecht von Ziegner stworzył narzędzie niezbędne dla każdego jeźdźcy, chcącego szkolić młodego konia do dyscypliny ujeżdżenia, WKKW lub skoków przez przeszkody.



Koncepcja „drzewa treningowego”, przedstawiona w tej książce, jest łatwa do zrozumienia i nad wyraz logiczna. Omawia dziesięć podstawowych elementów klasycznego szkolenia konia i wyjaśnia, w jakiej kolejności należy je realizować.



Autor w zrozumiały sposób tłumaczy, jak trenerzy i jeźdźcy mogą pracować nad elementami ujeżdżeniowymi, spokojnie i logicznie budując solidne podstawy wyszkolenia wierzchowca, który będzie zrównoważony zarówno pod względem fizycznym, jak i umysłowym.



Ta książka pomoże nauczyć konia spokoju i ufności oraz dobrze przygotować go do pracy i startów w zawodach na najbardziej zaawansowanych poziomach.

Na szczęście dla koni oraz ich prawdziwych miłośników, odchodzi w niebyt era zachłystywania się cyrkowymi sztuczkami, wymuszonymi brutalnym rollkurem, a wraca prawdziwe ujeżdżenie. Coraz częściej na czworobokach można oglądać konie ujeżdżone według zasad wypracowanych przez wiele pokoleń wspaniałych jeźdźców, poczynając od tych, którzy w XVIII wieku uprawiali sztukę ujeżdżenia, po mistrzów z XX wieku. Ta książka jest niezwykle cenną pomocą dla wszystkich jeźdźców i trenerów, a w szczególności dla tych, którzy chcą, by ich koń się rozwijał i stawał jeszcze wspanialszym, szczęśliwym atletą.

*Wojciech Mickunas*



**Kurd Albrecht von Ziegner** jest znany w świecie jeździeckim głównie jako trener odnoszący sukcesy. Stworzył koncepcję „drzewa treningowego” oraz Konkurs Świętego Jakuba, łączącego najważniejsze podstawowe wymogi stawiane koniom ujeżdżeniowym z wytycznymi Konkursu Świętego Jerzego.

ISBN 978-83-7579-410-6



9 788375 794106

Cena: 39,90 zł (w tym 5% VAT)

[www.galaktyka.com.pl](http://www.galaktyka.com.pl)