



Sveriges lantbruksuniversitet
Fakulteten för Veterinärmedicin och husdjursvetenskap
Institutionen för anatomi, fysiologi och biokemi
Hippologenheten

Nr K36	2014
Examensarbete på kandidatnivå	
DOKUMENTATION AV UNGHÄSTUTBILDNING PÅ RIDSKOLAN STRÖMSHOLM	
<i>Susanna Harjaluoma och Sara Åkerlund</i>	
Uppsala	

HANDLEDARE:

Handledare Åsa Steninger, Ridskolan Strömsholm

Bitr. handledare Karin Morgan, Ridskolan Strömsholm

Hippologiskt examensarbete (EX0497) omfattande 15 högskolepoäng ingår som en obligatorisk del i hippologutbildningen och syftar till att under handledning ge de studerande träning i att självständigt och på ett vetenskapligt sätt lösa en uppgift. Föreliggande uppsats är således ett studentarbete på nivå G2E och dess innehåll, resultat och slutsatser bör bedömas mot denna bakgrund.

SLU
Sveriges lantbruksuniversitet

*Dokumentation av unghästutbildning
på Ridskolan Strömsholm*

Susanna Harjaluoma och Sara Åkerlund

*Handledare Åsa Steninger och Karin Morgan. Strömsholm.
Examinator Jens Fredricson. Strömsholm.*

*Examensarbete inom hippologprogrammet, Strömsholm 2014
Fakulteten för Veterinärmedicin och husdjursvetenskap
Institutionen för anatomi, fysiologi och biokemi
Hippologenheten
Kurskod: EX0497, Nivå G2E, 15 hp*

Nyckelord: remont, ridkonst, hästutbildning

*Online publication of this work: <http://epsilon.slu.se>
Examensarbete K36 Uppsala 2014*

INNEHÅLL

REFERAT	2
INTRODUKTION	2
Syfte	3
Frågeställning	3
TEORIAVSNITT	3
Tidigare studier	3
Utbildningsskalan	4
Inläring hos den unga hästen	6
MATERIAL OCH METOD	8
Hästar	8
PROCESSEN	10
Utbildningsplan	10
Initiala tankar	10
Dagbok	11
RESULTAT	20
Longering och uppsittning (filmkapitel 1)	20
Uteridning (filmkapitel 2)	21
Vikthjälper mot sidförande hjälper (filmkapitel 3)	21
Introduktion cavalettibommar (filmkapitel 4)	22
Löshoppning (filmkapitel 5)	22
Vändande hjälper - ruter ess (filmkapitel 6)	23
Tempogalopp (filmkapitel 7)	24
Terränghinder (filmkapitel 8)	24
Hoppning – enkla till flera hinder (filmkapitel 9)	24
Precision (filmkapitel 10)	25
Longering/tömkörning med fokus på form	25
DISKUSSION	25
Tänk långsiktigt	26
Ledarskapet är A och O	27
Spända ryttare ger spända hästar	27
Skapa framåtbjudning	28
Vikthjälper till ett stöd	29
Inhoppning fokus på galopp och balans	31
Slutsatser	32
SUMMARY	32
FÖRFATTARENS TACK	32
REFERENSER	33
Litteratur	33
Internet	33
Personliga meddelanden från	34

REFERAT

Riksanläggningen Ridskolan Strömsholm (RS) har en lång historia med såväl rytтарutbildning som hästutbildning. RS har bland annat varit verksam som Arméns rid- och körskola under 1800-talet. Traditionen att utbilda hästar och ryttere på Ridskolan Strömsholm har sedan denna tid funnits kvar och är även idag den riksanläggning som förknippas med utbildning av människor, hästar och ridsport.

Uppfödningen av den svenska varmblodiga hästen syftar till att producera hästar som är internationellt konkurrenskraftiga i både hoppning och dressyr genom sitt prestationsinriktade temperament och sin goda ridbarhet. Flera faktorer påverkar detta, bland annat härstamning, hästens hållbarhet, hälsa och utbildning. Faktorerna påverkar den unga hästens framtid och är förutsättningar till att stanna länge i sporten.

Det finns inte någon tidigare dokumentation av unghästutbildningen på Ridskolan Strömsholm. Det är ett väl utarbetat system som är värt att dokumentera för att på så sätt kunna sprida denna kunskap vidare.

Syftet var att observera och dokumentera unghästutbildningen med hippologstudenterna i årskurs två på Ridskolan Strömsholm. Dokumentationens frågeställning var: På vilket sätt går det att utbilda hästar i grupp med ryttere som har varierande unghästvana? Vilka faktorer främjar unghästutbildning?

Unghästarna i dokumentationen var i åldern fyra till fem år. Unghästblocket i årskurs två på hippologprogrammet observerades och beskrevs utförligt samt att utvalda övningar filmades. Dagbok fördes vid observationstillfällena med upplägg av hästarnas arbete samt med egna reflektioner utifrån det som sågs. En film skapades som ett komplement till dokumentationens resultat.

Slutsatsen var att övningar som används bör läggas upp på ett sätt där både ryttere och häst kan lära sig på samma gång. Rytterna skall göra sig medvetna om hur deras spänning påverkar den unga hästen och lära sig att få ledarskapet hos hästen. Faktorer som främjar unghästutbildning är att kunna skapa framåtbjudning, variera arbetet och arbetsintensitet för hållbarheten och kunna använda flockinstinkt till sin fördel.

Nyckelord: remont, ridkonst, hästutbildning

INTRODUKTION

Riksanläggningen Ridskolan Strömsholm (RS) har lång historia med såväl rytтарutbildning som hästutbildning och har bland annat varit verksam som Arméns rid- och körskola under 1800-talet (Strömsholm, 2013a). Traditionen på Ridskolan Strömsholm att utbilda hästar och ryttere har sedan denna tid funnits kvar och är även idag den riksanläggning som förknippas med utbildning av människor, hästar och ridsport. Dagens ridlärarkår på RS består av erfarna och kunniga ridlärare inom både rytтар- och hästutbildning som har egna tävlingsmeriter. Unghästutbildningen på RS sker under handledning av dessa kompetenta ridlärare. Ridskolan Strömsholm tar fram väl utbildade hästar till sporten och utbildar såväl sina egna skolhästar som hästar utifrån. (Strömsholm, 2013b)

Hippologprogrammet är en av utbildningarna på Sveriges Lantbruksuniversitet, SLU och ges delvis på Ridskolan Strömsholm. Under det första hippologåret på Flyinge får studenten kännedom om inridning av den treåriga unghästen. Under det andra året ska studenten enligt kursplan *”hantera inridna unghästar i arbete från marken och under ridning på grundläggande nivå samt beskriva principer och övningar för hästens grundutbildning i ridning.”* (Studentwebben, 2011) Då förkunskaperna hos studenterna varierar är behovet av ett utarbetat system i arbetet med de unga hästarna nödvändigt.

Unghästarna som ingick i dokumentationen var inhysta på lösdrift. Enligt Sondergaard & Ladewig (2004) hade grupphållning en positiv effekt för unghästens utbildning. I studien kom de fram till att hästar i grupphållning kom längre i sin utbildning än de hästar som var uppstallade på box. Grupphållning hade även en positiv effekt på individer genom att de lever i flock och lär sig det naturliga beteendet och blir trygga i flocken (Fredricson & Andersson, 2006).

Målet för uppfödning av den svenska varmblodiga hästen är att producera hästar som är internationellt konkurrenskraftiga i både hoppning och dressyr genom sitt prestationsinriktade temperament och sin goda ridbarhet (ASVH, 2013a). För att uppnå dessa mål räcker det inte att få fram optimala härstamningar utan även flera faktorer så som hästens hållbarhet, hälsa och utbildning måste tas till hänsyn. Faktorerna påverkar den unga hästens framtid och är förutsättningar till att stanna länge i sporten. (Wallin *et al.*, 2001)

Flera studier (Braam, 2011; Wallin *et al.*, 2001) visade att hästar som presterade framgångsrikt i mer än en disciplin i ung ålder, till och med sex år, hade signifikant flera år på tävlingsbanan. Detta visade att en mångsidig grundutbildning av unga hästar fram till sex års ålder hade en positiv påverkan för framtida hållbarhet. Detta gällde oavsett den enskilda individens framtida ändamål. Fredricson & Andersson (2006) hade samma tankesätt och tillade även att för bedömning om hästen är lämplig som framtida skolhäst lades stor vikt på hästens temperament och den mentala lämpligheten till att gå med olika ryttare.

Syfte

Syftet var att observera och dokumentera unghästutbildningen med hippologstudenterna i årskurs två på Ridskolan Strömsholm.

Frågeställning

På vilket sätt går det att utbilda hästar i grupp med ryttare som har varierande unghästvana?

Vilka faktorer främjar unghästutbildning?

TEORIAVSNITT

Tidigare studier

Hästen är ett flockdjur, en flock består av minst två individer. I en flock gör hästarna upp en rangordning och den förstärks i fångenskap bland annat på grund av begränsade ytor

och föda. När rangordningen i flokken är uppgjord vet individerna vilka de ska gå undan för och vilka som ska gå undan för dem. Syftet med rangordningen är att individerna skall känna trygghet och för att minska aggressionsnivån. (M. Rundgren, pers.medd., 2011a)

Vid uppfödning och utbildning av hästar är hästens hållbarhet och hälsa väsentlig för hästens välfärd och det är en av förutsättningarna till att hästarna ska kunna användas. Hästens produktiva livslängd kan bli lång förutsatt att den bland annat håller sig frisk och får en mångsidig utbildning. Ryttarna som har till uppgift att utbilda hästarna är också av stor betydelse för hästens hållbarhet och framtida karriär. Även faktorer så som talang, prestationsnivå och temperament påverkar hur länge tävlingshästen stannar i sporten. (Wallin *et al.*, 2001)

Hästarna har en medfödd sned kroppshållning. Denna snedhet förstärks hos hästen då framdelen är smalare än bakdelen. Liksidigheten hos hästen måste arbetas med för att båda kroppshalvor ska belastas lika mycket. Det förebygger ensidigt slitage och åstadkommer att hästen bjuder lika mycket till båda tyglarna. (Miesner *et al.*, 2003)

Munsters *et al* (2013) undersökte sambandet mellan ridhästars arbetsbelastning och träningsuppehåll på grund av veterinära skäl. Det kunde ses att regelbundna tränade hästar (reds en timme i alla gångarter fem dagar i veckan) klarade en längre period utan träningsuppehåll än hästar som tränades med lägre arbetsintensitet samt oregelbundet.

I studien av Visser *et al* (2003) kom de fram till att de hästar som tränades i löshoppning hade flest korrekta språng när de hoppade med ryttare på ryggen. Han menar även att för att en häst ska lyckas inom karriären som hopphäst behöver den ha utmärkta fysiska förmågor och ett temperament som klarar krävande förhållanden.

Enligt Lundholm *et al* (2014) är variation i arbetet en omväxling inom intensitet, typ och mängd. Om hästen alltid tränas med låg effekt kommer skaderisken att öka när hästen möts av en högre effekt, trötthet är en faktor som är känd för skador. Trötthet i muskulatur ökar skador på senor, brosk och ligament, därmed är konditionsträning något som bör ingå i arbetet hos hästen. Hästens arbete ska ökas gradvis, att påskynda arbetet kan också leda till skador. Genom att variera mellan olika typer av underlag gör att hästens kropp anpassar sig till dessa. Det som händer om hästen enbart går på en typ av underlag är att kroppen inte kommer att vara förberedd för några variationer.

Utbildningsskalan

Texten om utbildningsskalan är baserat på Miesners *et al* (2003) bok Ridhandboken 1.

Utbildningsskalan visar de grundegenskaper som en ridhäst bör ha samt beskriver vad som krävs för att uppnå en lydig och allsidigt utbildad ridhäst som är angenäm att rida. Utbildningsskalans sex olika steg är takt, lösgjordhet, stöd, schvung, rakriktning och samling. Dessa steg är beroende av varandra, det vill säga stegen faller samman med varandra under utbildningens gång. I detta arbete kommer fokus att läggas på de tre första faserna.

Den första fasen är en grundläggande fas och innefattar takt, lösgjordhet och stöd. Nästa fas, utveckling av påskjut, innefattar lösgjordhet, stöd, schvung och rakriktning. Sista fasen är utveckling av bärighet och innefattar schvung, rakriktning och samling. Alla

delar måste framarbetas systematiskt men inte exakt i denna ordning. Beroende på hästens förutsättningar kan ordningen variera något. Oavsett vad hästen ska användas till måste den kunna leva upp till de kriterier som står i utbildningsskalan för att sedan under ryttare kunna reagera lydigt, avspänt och harmoniskt. För att uppnå dessa mål i utbildningsskalan är det viktigt att man ger hästen en allsidig träning, både fysiskt och psykiskt. Ett allsidigt arbete kan bland annat innefatta ridning utomhus i olika miljöer och på varierat underlag. Genom det varierande arbetet kommer även den psykiska träningen med i hästens utbildning då den får vara med och se olika miljöer och utföra flera olika typer av arbeten så som dressyr, markarbete, hoppning, konditionsträning och terrängridning. När man har fått med alla dessa bitar i utbildningsskalan åstadkommer man genomsläplighet, ridbarhet hos hästen.

Nedan beskrivs den grundläggande fasen i utbildningsskalan, faserna utveckling av påskjut och utveckling av bärighet är något som man i unghästblocket inte arbetar med och därmed är dessa delar inte beskrivna. Den grundläggande fasen är dock en förutsättning för de två sistnämnda faserna.

Takt

Det första steget i utbildningsskalan är takt som innebär att det ska finnas en regelbundenhet i de tre grundgångarterna. Takt ska bibehållas både på raka spår, böjda spår, i övergångar, tempoväxlingar och i vändningar. Om takten är oregelbunden kan ingen rörelse vara bra och utbildningen kan då heller inte vara riktig. Hos den unga hästen är det viktigt att låta hästen själv få hitta sin egen takt och balans. Ett bra sätt att träna hästens takt på är också att trava över cavalettibommar och det hjälper även ryttaren till att känna hur en bra takt ska vara.

Skritt är en fyrtaktig gångart som är samsidig men inte samtidig. Genom att låta hästen skritta rakt fram på ett fast underlag kan man med hörseln lättast höra om den har en jämn fyrtakt. Trav är en tvåtaktig gångart där fotförflyttningen är diagonal och det ingår ett litet svävmoment. Galopp är en tretaktig gångart som även den innehåller ett svävmoment.

Lösgjordhet

Lösgjordhet är en förutsättning för att kunna komma vidare i utbildningen med sin häst. En viss lösgjordhet krävs också för att få korrekta rörelsemässiga gångarter. När en häst är lösgjord är den både fysiskt och psykiskt avspänd och den kan då villigt prestera på toppen av sin förmåga. En lösgjord häst arbetar villigt.

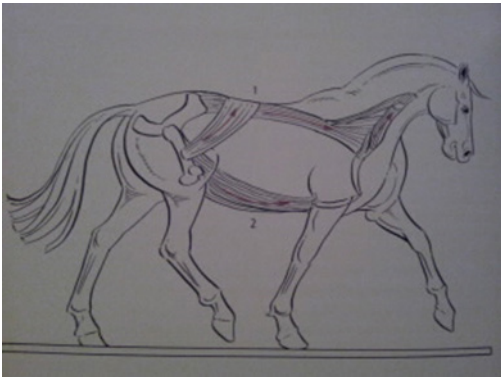
Tecken på inre och yttre lösgjordhet hos hästen är ansiktsuttryck, lugna ögon, öronspel, en god ryggverksamhet, tuggar på bettet, skummar i munnen, burens svans som pendlar med i rörelserna, hästen frustar, fokuserad på ryttaren, eftergiven i sidorna och bjuder framåt. Olika övningar man kan göra för att åstadkomma en lösgjord häst är bland annat att trava över cavalettibommar, rida övergångar, om man rider utomhus i till exempel skogen kan man vända runt träd. En häst som lätt blir spänd och mer koncentrerad på allt omkring i omgivningen ska man som ryttare hela tiden engagera hästen så den inte har tid att tänka på något annat än det arbete den ska utföra.

Stöd

Stöd är den mjuka kontakt mellan hästens mun och ryttarens hand som åstadkommes när hästen taktmässigt och lösgjort arbetar framåt vilket ryttaren med drivande hjälper åstadkommer. Ett korrekt stöd innebär att hästen kan finna jämvikt under ryttare och gå i balans i den takt som de olika gångarterna kräver. Nacken ska alltid vara hästens högsta punkt förutom när hästen tillåts sträcka sig och arbeta i låg form.

Stöd får aldrig ”sökas” genom att tyglarna går bakåt, det ska komma av de påskjutande som ryttaren åstadkommer. Man brukar säga att ”Hästen söker stöd, och ryttaren erbjuder det”. Ett korrekt stöd kan man endast åstadkomma när de två övre delarna i utbildningsskalan är uppfyllda.

Ett vanligt uttryck som ryttare ofta får höra är att hästen ska ridas bakifrån och fram till en kontakt/stöd. För att få detta uttryck mer lättförståeligt kommer här en mer detaljerad förklaring. En viktig del vid arbete med hästar är att förstå vad som händer och sker hos hästen. För att hästen ska bli självbärig och avslappnad finns det en cirkel av muskler och leder (se figur 1) som samarbetar för att uppnå detta. Det är två system som sätts igång när hästens inre bakben rör på sig. När den påskjutande kraften alstras framåt kommer muskeln ilian psoas på ovansidan, nummer ett, sprida rörelsen fram till nacken via longissimus dorsi då lårbenet böjs. Under samma skede kommer muskeln rectus adominus, nummer två, fånga upp kraften och föra den vidare till scalenus som förs vidare till nackkotorna.



Figur 1. Hästens muskulatur under arbete. Muskeln ilian psoas för rörelsen fram till nacken via longissimus dorsi, samtidigt fångar rectus adominus upp kraften och vidare till scalenus som sedan förs vidare till nackkotorna. (Fredricson & Andersson, 2006, med tillstånd från förfataren)

Inläring hos den unga hästen

En definition av inläring som sker hos häst lyder "en relativt uthållig förändring i beteendet grundat på erfarenhet". Hästen är ett flockdjur som vid fara flyr först och tänker sen. Det är viktigt att förstå detta när man hanterar och utbildar unghästar. Alla metoder som används med unghästar utgår från hästens inläring. Det största verktyget är förståelse för hur hästen lär sig. Alla förändringar hos en häst är inte inläring. Vissa beteende är medfödda som utförs när kroppen är mogen att utföra dem, till exempel sexuella beteenden. Även rörelsemönster som hästen har är typiska för sin art och är medfödda, till exempel resning och läggning ser olika ut hos hästar och nötkreatur.

Generellt har hästarna begränsade möjligheter att ändra sina rörelsemönster, men genom inlärning kan de ändra sina reaktioner och koppla ihop olika händelser. (M. Rundgren, pers.medd., 2011b) En bekant miljö för den unga hästen ger trygghet och i sin tur leder det till att hästen kan bli psykiskt och fysiskt avspänd. När hästen uppnår detta kan den komma till inlärning. (Fredricson & Andersson, 2006)

Arbete med hästar innebär att bland annat kunna anpassa arbetet för varje individ då hästar bland annat av veterinära skäl inte kan utföra tänkt arbete. Det kan finnas andra lösningar på arbete som ändå är gynnsamt för hästens framtid. Det kan till exempel vara longering, tömkörning, miljöträning i form av att bara vara med i ridhuset under pågående ridlektioner och hoppträningar. (Å. Steninger. pers.medd., 2013)

Klassisk betingning

Klassisk betingning betyder att hästen kopplar ihop händelser med belöning eller straff (Jensen, 1993). För att betingning skall ske behöver händelserna komma omedelbart efter varandra, då kan hästen koppla ihop händelser, exempelvis genom att be hästen att backa genom ett tryck - hästen tar ett steg bakåt - belöna. Belöning kan vara att lägga till något trevligt som godis. Negativ belöning tar bort obehag, till exempel att lätta på tygeln. Straff kan vara positivt genom att lägga till obehag, till exempel pisksnärt eller negativt som att ta bort något trevligt exempelvis att inte ge godis, svårt för hästen att förstå. Den här typen av betingning sker även när vi inte gör det medvetet. Hästar betingas lätt genom rutiner, till exempel när man tar fram kraftfodervagn innan fodring, hästarna vet att det är dags för mat och kan börja gnägga, sparka i väggen och producera saliv. (M. Rundgren, pers.medd., 2011b)

Instrumentell betingning

"Trial and error" är ett sätt för hästen att lära sig nya saker. När hästen inte vet vad som förväntas av den, provar den sig fram till det rätta svaret. Det som är viktigt att tänka på är att vid en utbildningssituation måste man vara tydlig med sina signaler; när hästen gör rätt och när den inte gör rätt. Man måste vara konsekvent med sina signaler, alltså en gång *"error"* ska nästa gång också vara *"error"* och tvärtom. Hästen kan även lära sig att en signal inte betyder något och därför ska man sträva efter respons varje gång man gett en signal. Hästar som har lärt sig att ta av sig täcke, öppna dörrar eller grindar, har övat genom *"trial and error"* och fått belöning i form av att bli sval eller hitta mat. (M. Rundgren, pers.medd., 2011b)

Habituering

Hästen vänjer sig vid saker den inte varit med om innan, processen som sker hos hästen kallas för habituering. Vissa hästar är modigare av sig än andra och behöver inte vänjas länge vid nya saker och vissa hästar flyr av den minsta lilla nyhet som "hotar" deras tillvaro. Hästen kan ändå habitueras för dess otäcka saker som till exempel för sadeln hos en unghäst. Hästen habitueras snabbast och på bästa sätt när hästen är avslappnad och koncentrerad. (M. Rundgren, pers.medd., 2011b)

Latent inlärning

Hästen har en bild i huvudet hur sitt levnadsområde ser ut. Detta hjälper till att upptäcka faror i tid och fly. (Jensen, 1993) Därför kan den unga hästen bli spänd i ridhuset om någon har byggt hinder, eller att det på vägen till hagen har dykt upp något som inte brukar vara där. Den som leder/rider hästen måste tala om för hästen att det otäcka inte är något farligt och fortsätta göra sitt eget utan att spänna sig. Så småningom lär sig hästen att det oftast inte är någon fara vid nya saker. (M. Rundgren, pers.medd., 2011b)

Sensibilisering

Hästen kan uppleva vissa händelser som skrämmande och bli räddare och räddare varje gång vid dessa händelser. Denna process hos hästen kallas för sensibilisering. Exempel på detta är en häst som först vänjer sig vid sadel och sedan känner sadlingen som något obehagligt och efter ett tag vill den inte vistas i närheten av en sadel. Vissa hästar kan hamna i hjälplöshet där de ger upp och vissa väljer att endast fly. (M. Rundgren, pers.medd., 2011b)

Desensibilisering

När hästen har genomgått sensibilisering är den alltså mycket skrämmd av en händelse, men hästen kan desensibiliseras. När man desensibiliserar en häst, ger man ett svag stimulus till hästen som förstärks vartefter hästen vant sig. Detta betyder att man skulle börja med att visa sadeln för hästen till dess att hästen slappnat av i närheten av den. Desensibilisering skiljs från habituering på det sättet att människan är inblandad i processen. (M. Rundgren, pers.medd., 2011b)

MATERIAL OCH METOD

Unghästblocket inom hippologprogrammet årskurs två observerades och beskrevs utförligt. Blocket genomfördes under tre perioder med ryttarbyte var nionde vecka. Hästarna utförde därmed samma övningar tre gånger, medan ryttarna utförde övningarna en gång. Ryttarna hade varierande unghästvana.

Hästarna som ingick i dokumentationen var i ålder fyra till fem år, inridna men saknade grundutbildning. De reds fem dagar i veckan och vilade på helger. Hästarna var inhysta på lösdrift med fri tillgång till grovfoder. Den 11 februari flyttade hästarna till aktiv gruppställning med individuella fodergivor med tillgång till grovfoder och kraftfoder.

Ordförklaringar:

Löten – tillhörande anläggning till Ridskolan Strömsholm med stall och lösdrift samt ett ridhus med måtten 20 meter gånger 40 meter.

Galoppbana – rundbana på 960 meter.

Tågbana – uteridbana med mått på cirka 100 meter x 80 meter.

Hästar

Hästarna blev bedömda av Jan Jönsson, adjungerad professor i ridkonst vid Sveriges Lantbruksuniversitet i oktober 2013 samt i mars 2014. (se tabell 1).

Tabell 1. Professor Jan Jönssons bedömning av unghästarna i oktober 2013 och mars 2014

Häst	Dressyr/markarbete				Hoppning			Utvecklingsbarhet	
	Framåtbjudning	Avspändhet	Kontakt	Takt & regelbundenhet	Rytm	Balans	Förmåga avsprångspunkt	Lyhördhet	Vilja lösa uppgiften
Före för dressyr/markarbete resp utvecklingsbarhet (8 okt 2013) och hoppning (23 okt 2013)									
Häst 1	8	8	8	9	8	7	7	8	8
Häst 2	5	6	6	7	Konv			6	8
Häst 3	7	7	7	8	7,5	7,5	7	8	8
Häst 4	6	8	5	5	För trött för dagen			7	8
Häst 5	8	8	6	6	7	8	7,5	8	8
Häst 6	8	8	7	8	7	6,5	7	9	8
Efter - bedömda 18 mars 2014									
Häst 1	8	8	8	8	6	6	7	8	8
Häst 2	6	7	6	7	6	7	6	7	7
Häst 3	7	7	7	7	7	7	7	8	8
Häst 4	5	5	5	5	4	4	4	7	7
Häst 5	7	7	6	7	7	7	8	8	8
Häst 6	7	7	7	7	8	8	6	8	8

Häst 1 var en avspänd häst med mycket taktmässiga gångarter. Den hade en god framåtbjudning och inbjöd till en jämn kontakt. I hoppningen hade den en rytmisk galopp, bra balans och förmåga till taxering på hinder. Det var en lyhörd häst som hade viljan till att lösa uppgifter.

Häst 2 hade en något svag framåtbjudning och var en något spänd häst. Vid hoppbedömning, det vill säga rytm, balans och förmåga till avsprångspunkt var hästen konvalescent och blev inte bedömd. Den hade vilja att lösa uppgifter men behövde bli mer lyhörd.

Häst 3 var en avspänd häst med egen framåtbjudning. Den inbjöd till en ganska bra kontakt. Gångarterna hade en bra takt och regelbundenhet. I hoppning hade den en ganska bra rytm och balans samt en bra förmåga till taxering på hinder. Det var en lyhörd häst som ville lösa uppgifter.

Häst 4 var en avspänd häst med bristande framåtbjudning. Den inbjöd inte till en kontakt, takt och regelbundenhet i gångarterna brast. Vid bedömning i hoppning var den för trött för dagen och kunde inte bedömas. Det var en ganska lyhörd häst som ville lösa uppgiften.

Häst 5 var en avspänd häst med bra framåtbjudning. Man hade önskat något jämnare kontakt samt bättre takt och regelbundenhet i gångarterna. I hoppning hade den en bra balans, en ganska bra rytm och förmåga till taxering på hinder. Det var en lyhörd häst som ville lösa uppgifter.

Häst 6 var en avspänd häst med bra egen framåtbjudning. Den inbjöd till en ganska bra kontakt. Gångarterna var taktmässiga och hade bra regelbundenhet. I hoppningen hade den en ganska bra rytm men balansen brast något. Förmåga till avsprångspunkt var ganska bra. Hästen var en mycket lyhörd häst och ville lösa uppgifter.

Vid dokumentationens start hade hästarna redan gått en period med studenter, därmed hade hästarnas första intryck och reaktioner vad gäller miljö, övningar och första studenter inte kunnat dokumenteras. Detta kan ha haft betydelse för reaktioner som kunde ses under dokumentationens gång.

I period två observerades unghästblocket två gånger i veckan på lektionstid. I period tre var observationstillfällena tre till fyra gånger i veckan. Under ett observationstillfälle fördes dagbok med beskrivning av dagens övning samt egna reflektioner och i förväg valda övningar filmades. Filmen blev ett komplement till dokumentationens resultat. Filmkameran som användes var av märket JVC Everio. Filmerna bearbetades i programmet Adobe premiere pro.

Tidigare studier har hämtats via PubMed och Google Scholar med sökorden: *Horse** OR *equine** OR *young horse** AND *training**, *housing**, *group housing** AND *durability**.

PROCESSEN

Utbildningsplan

I oktober 2013 gjordes en inventering av unghästar och systemet med en åtta veckors period som Ridskolan Strömsholm utgår ifrån gicks igenom.

Planering för unghästblocket på hippologprogrammet årskurs två:

Vecka ett - Uppsittning – longering. Framåtbjudning

Vecka två - uteridning – flocken – framåtbjudning. Vändande hjälper – vikten.

Vecka tre - bom – hinder – löshoppning. Vändande hjälper.

Vecka fyra - longering med fokus på form. Sidförande hjälper.

Vecka fem - sidförande hjälper. Tempogalopp. Terränghinder.

Vecka sex - hoppning – flera hinder. Enskild ridning. Miljöombyte.

Vecka sju - tömkörning – utveckling av stöd.

Vecka åtta - precision, galoppfattning, ridbanans vägar, byte av täthäst, vändande hjälper och miljöombyte.

Initiala tankar

Temperament, exteriör och utbildningsståndpunkt skiljer sig mellan hästarna. Dessa faktorer kan påverka hästarnas utveckling på det sättet att de inte kan fullfölja planen inom tidsramen.

Temperamentet har störst betydelse i början, då hästarna får mycket nya intryck och dessa skall de sedan bearbeta. Exteriören hos hästen har alltid betydelse men blir mer

påfallande när man kommer till att börja utveckla form och stöd. En häst med avvikande exteriör kan behöva mera tid på sig. Utbildningsståndpunkten hos hästarna varierar, när övningar byggs upp utgår dessa ifrån den lägsta nivån. Detta upplägg leder i sin tur till att de hästarna med lägre utbildningsståndpunkt utvecklas längre och kommer i fatt de mer utbildade hästarna. Eventuellt stannar utvecklingen hos de hästarna som har kommit längre i sin utbildning då nya och svårare övningar inte introduceras oftare.

Under vinterhalvåret när det går mot mörkare tider kan det ibland bli svårt att arbeta unghästarna utomhus, det kan därmed bli mycket arbete i ridhus. Här blir det spännande att se hur det löser sig med upplägget av hästarnas arbete, om det blir mycket i ridhus eller om dem utifrån studenter och lärares schema kan styra arbetet till att kunna vara utomhus.

Under dokumentationens gång kommer det finnas möjlighet att följa hästarnas arbete under vårterminen. Terminen kommer att inbjuda mer arbete utomhus på grund av underlag, mer dagsljus och detta kan påverka hästarnas arbete positivt i form av bättre framåtbjudning. Här blir det intressant och se om hästarnas inställning till arbete ändras när det blir lättare att arbeta dem utomhus och även se om deras framåtbjudning förändras.

Dagbok

18.11.2013 Vecka 3

Skador och tappsor på flera unghästar resulterade i lite omtänk kring planeringen över det tänkta arbetet. I och med att det var tappsor på några av hästarna blev det arbete med dem i ridhuset då underlaget utomhus var sämre för dessa hästar att gå på. Ryttarna kände inte sina hästar ännu. Hästarna befann sig i en trygg miljö, där de hade sällskap av varandra och det var en lugn stämning i ridhuset. Ridpasset bestod av skritt och trav, där fokus låg på framåtbjudning.

Reflektion: Träning av häst går inte alltid som det står på schemat och upplägget kan drabbas av flera orsaker som förhindrar tränandet. Vid sådana tillfällen måste man kunna planera om och göra det bästa av situationen samt fortfarande tänka på hästens bästa. Ridning är inte den enda tänkbara utbildningsformen för en unghäst och vid en skada eller en tappsor kan man prioritera hantering och miljöträning (att hästen befinner sig i en situation eller i en miljö som inte ännu är bekant för hästen). Hästarna på Lötén är inhysta på lösdrift och därför är hanteringen också en viktig del i hästarnas utbildning. Denna vecka skulle koncentrationen vara på longering med fokus på form samt sidförande hjälper. På grund av skadade hästar kommer gruppen delvis att hamna efter det planerade upplägget och eventuellt behöva repetera veckans tema.

20.11.2013

Longering stod på dagens schema. Detta gjordes två och två i ridhuset med avspärning i mitten. Hästarna var vana med longering vilket resulterade i att studenterna kunde koncentrera sig på kvalitén på arbetet som hästarna utförde. Hästens form samt balans, takt och framåtbjudning var av största vikt vid dagens arbete. På grund av tekniska skäl blev inte detta moment filmat.

Reflektion: Hästarna longerades med inspanning eller halsförlängare för att hästarna skulle söka sig fram till ett stöd. Longering kan vara ett effektivt sätt att renodla hjälperna, då främst rösten och kommandon. Linföraren måste vara uppmärksam för sitt kroppsspråk och för sin tajming med hjälperna. Longering är ett bra komplement till arbete både hos de yngre och äldre hästarna, dels för att få ett mer varierat arbete och kunna avlasta hästens rygg.

Longering med fokus på form var egentligen temat för fjärde veckan men på grund av skadade hästar utfördes detta arbete redan denna vecka. Då kan det finnas tid för tredje veckans tema, bom-hinder-löshoppning samt vändande hjälper, nästa vecka.

13.01.2014 Vecka 8

Det var sista ridpasset före examen för denna ridgrupp. Ryttarna hade kommit så långt i ridningen med unghästarna att de kunde rida mera självständigt. Ryttare och hästar var avspända och det var en lugn stämning i ridhuset. När det var dags för hoppning så gick allting bra i första varvet. Hästarna fick gå fram till hindret tillsammans och titta på det. Sedan hoppade en och en på låg höjd, cirka 40 centimeter. Hindret höjdes till cirka 60 centimeter efterhand. Varv byts och samma hinder hoppades igen. Första ryttaren trillade av när häst 3 stannade framför hindret. Samma sak hände ryttaren till häst 1. Efter dagens ridpass bestämde ridläraren att flytta fram examinationen en vecka för både ryttarna och hästarnas skull för att ge dem bättre förutsättningar för att lyckas.

Reflektion: Man kan fundera om morgondagens examen påverkade situationen och gjorde ryttarna nervösa eller om det bara var ren otur dagen innan. Vid en sådan situation kan man fundera på om ryttarna ska lära sig av sina misstag, i det här fallet att ryttarna inte hade hästarna framför skänkeln eller om ridläraren borde ha sänkt hindret igen och på det sättet undvikit avramlingarna. Med tanke på nivån på ryttarna borde de kunnat hoppa ett hinder på 60 centimeter med dessa hästar utan att behöva sänka hindret på grund av varvbyte. Med tanke på veckans schema, skulle ryttarna kunna rida relativt självständigt och inverka på sina hästar. Uppehåll över jul och nyår kan ha sin påverkan; ryttarna har kanske inte hunnit känna in sig på hästarna igen, känner sig osäkra i hoppning eller var okoncentrerade och inverkade inte tillräckligt. Ridlärarens beslut om att flytta examen en vecka gav en chans till för ryttarna att korrigera sin ridning och få hästarna bättre igång efter juluppehållet.

16.01.2014 Den extra veckan för gruppen, vecka 9

Ridning utomhus på fältet i snön stod på schemat. Det var vindstilla och helt perfekt väder och underlag. Hästarna arbetade i ett friskt tempo. Både hästar och ryttare njöt av tillvaron. Ryttarna arbetade med övergångar, tempoväxlingar och vändande hjälper. Vid ridning utomhus får man använda sig av det som finns i naturen som till exempel stockar och träd. Ute på detta fält låg det fem stockar placerade i ett ruter ess mönster med den femte stocken i mitten, som de kunde vända runt. I början av passet reds hästarna samlade i en flock, det vill säga nära och efter varandra för att erbjuda trygghet till varje individ. Ju mer avspända hästarna och ryttarna blev desto mer självständigt kunde de arbeta sin häst.

Reflektion: Ridning utomhus gav en positiv effekt på hästarna. Framåtbjudning, takt och balans kom naturligt fram, detta var något som syntes speciellt på häst 4 och 5. Föremål så som stockar och träd som finns i naturen är gynnsamma att använda sig av vid arbete med till exempel de vändande hjälperna. Hästarna hade ridits ganska länge inomhus och börjat tappa en del av framåtbjudningen. Det syntes att ryttarna blev något spända utomhus, hästarnas framåtbjudning som blev bättre samt miljön bidrog säkert till det. Så länge ryttarna inte kände sig säkra och hästarna var ovanligt mycket framåt kändes det klokt att använda hästens flockinstinkt, det vill säga rida nära varandra för att hålla hästarna så lugna som möjligt. Så fort ryttarna slappnade av och kände att de hade kontroll över sina hästar kunde de mer och mer arbeta självständigt. Eftersom gruppen red extra på grund av den framflyttade examen kunde fokus ligga på precision och repetitioner av övningar.

20.01.2014

Självständigt arbete i ridhuset. Ryttarna valde att rida övningar som var bekanta för både sig själva och hästarna och detta resulterade i att alla kände sig trygga i arbetet. Övningarna var grundläggande och de innehöll övergångar samt olika ridvägar. Examen dagen efter.

Reflektion: Det var en lugn och avspänd uppsittning för samtliga hästar. Det var bra att till en början lägga upp de självständiga ridpassen på ett sådant sätt där hästarna och ryttarna kände sig trygga. Så småningom behöver man höja kraven lite till med att introducera nya övningar men då krävs också att ryttarna känner sig säkra och är tydliga med vad de vill åstadkomma. När ryttarna självständigt repeterade övningar från tidigare lektioner låg ansvaret på dem själva vilket resultat övningarna gav. Det märktes under ett ridpass om ryttarna inte hade renodlat hjälperna och varit konsekventa med hjälpgivningen, hästarna hade inte klart för sig vad som förväntades av dem. Häst 5 behöver en ryttare med konsekvent renodling av speciellt framåt drivande hjälper då den har en bristande framåtbjudning av sig själv. Speciellt i skänkelvikningarna sågs det att ryttarna hade svårare att få hästarna att flytta sidwärts från fyrkantspåret än vad det var till spåret. Ryttarna ville kanske inte utmana hästarna och sig själva för mycket idag med att introducera nya övningar på grund av examen.

23.01.2014 Vecka 1

Idag var det byte av ryttare till hästarna. Det var spännande att se hur hästarna reagerade på sina nya ryttare och hur ledarskap, kroppsspråk, hjälpernas funktion och hästarnas förtroendefullhet såg ut. När ryttarna hade tränat på ledarskap från marken var det dags att sitta upp och lära känna varandra lite till. Ridning på fyrkantspåret i skritt och trav, renodling av framåt drivande och förhållande hjälper. En ryttare ramlade av, det blev en stor lucka till framförvarande häst vilket resulterade i att häst 2 blev spänd och bockade. Denna häst hade tidigare haft en längre vila på grund av skada och var spänd på grund av det. Ryttaren satte upp igen och hästen slappnade så småningom av.

Reflektion: Hästarna var lugna, det var en trygg miljö och ryttarna hade ridvana. Ridläraren visade hur tydlig och konsekvent man behövde vara och hur man tog ledarskapet. Det är viktigt med rutiner för den unga hästen, det skapar en trygg miljö. Det

syntes att häst 2 och 4 hade haft en paus ifrån kursen genom att främst häst 2 var mer spänd, här behövde dessa hästar lite extra tid på sig för att komma in i systemet.

Efter avslutad ridning fick ryttarna ge en analys om sina hästar. Analysen skulle innehålla hästens temperament, ridbarhet, förmåga och eventuella brister. Analysen avslöjade samtidigt hur ryttarna tänkte kring sina unghästar och det gav ett underlag till ridläraren om hur mycket vikt den skall lägga på genomgångar.

Analyserna var ganska ytliga. Här började man tänka på hur viktigt det var med genomgångar på dessa lektioner för att få ryttarna att tänka utifrån den unga hästens perspektiv samt hur man tar hänsyn till olika faktorer så som hästens temperament och utbildningsståndpunkt.

24.01.2014

Ridning i alla gångarter utomhus på fältet runt stockarna, ruter ess. Fokus på vändande hjälper. Ryttarna var lite spända till en början men tog för sig mer och mer och slappnade av.

Reflektion: Det var första gången dessa ryttare red hästarna utomhus så de var lite försiktiga. Det var endast tre hästar med på dagens ridpass på grund av två ryttare som var sjuka och en häst med lätt förkylning. Det syntes tydligt vilka ryttare som vågade ta för sig mer och vilka som var avvaktande. Spänning hos ryttare sprids även till hästen och då måste tid ges till sådana ekipage för att komma ur spänningen innan kraven höjs på övningar och ridning. Tema för andra veckan i unghästblocket var fokus på vändande hjälper. Troligtvis togs vändande hjälperna fortare upp i utbildningen eftersom den föregående gruppen hade hästarna en extra vecka samt att hästarna är väl ridbara. Ridläraren förklarade för ryttarna och poängterade att om hästarna inte redan hade gått unghästblocket två perioder tidigare hade man inte kunnat påskynda på detta sätt.

03.02.2014 Vecka 2

Några ryttare hade fått byta hästar på grund av förkylda hästar. Ridpasset var inne i ridhuset med fokus på renodling av hjälperna, framåtbjudning, följa med och inte bromsa för mycket.

Galoppfattning skedde i hörnet för att sedan följa med framåt och med hjälp av väggen bryta av till trav igen.

Reflektion: Det syntes på hästarna när ryttarna slappnade av och vågade rida mer framåt. Då blev hästarna, speciellt häst 6, mera avspända och vågade sträcka sig mera framåt med halsen också och ta stöd på bettet och började arbeta mer bakifrån. Eftersom det var måndag och hästarna hade vilat över helgen, kunde man tänka sig att hästarna hade överskottsenergi, vilket i sin tur hjälpte till bättre framåtbjudning även om ridpasset genomfördes inomhus. Ryttarna skulle fortfarande tänka på renodling av hjälperna. Häst 5 började i ett friskt tempo men efter att överskottsenergi hade tagit slut, synades hans bristande framåtbjudning igen. Genom konsekvent renodling av hjälperna skapar man framåtbjudning och kan få hästarna till att ta stöd samt därefter börja arbeta bakifrån. Genom att fatta galopp ur hörn hos den unga hästen hjälper man hästen till att fatta rätt galopp via det böjda spåret.

04.02.2014

Idag var det ridning utomhus på fältet. Fokus var framåtbjudning, ryttarna använde sig av stockarna som var utlagda i ruter ess. Renodling av framåtdrivande hjälper, förhållande hjälper och vändande hjälper och genom detta skapades framåtbjudning och fram till ett stöd. I slutet på ridpasset fick hästarna skritta och trava över fyra utlagda cavalettibommar i snön.

Reflektion: Arbetet utomhus på fältet gav en positiv effekt på hästarna, de frustade och bjöd mer framåt av sig själva och det syns tydligt på häst 4 och 5 genom deras framåtbjudning och hur de villigt sökte sig framåt till ett stöd på bettet. Resultatet av arbetet runt stockarna var bra dels i lösgörande syfte och dels för befastning av vändande hjälper. Här hade ryttarna även möjlighet att kunna rida på en större yta där de kunde rida mera framåt i galoppen. Tempoväxlingar och den större ytan gav möjlighet till konditionsträning. Hästarna hittade balansen mer naturligt i tempoväxlingarna när de red utomhus på större yta. Inne i ridhus bromsar hästarna automatiskt upp mera på grund av inramningen av ridhussargen. Hästarna skrittades på ett led efter varandra när de skulle skritta och trava över cavalettibommar. Hästarna var lite spända första gången över dessa, här är det viktigt när man har hästar arbetandes i flock att man väljer den häst som man anses vara modigast för att få med hela flocken över, i det här fallet cavalettibommarna. När hästarna hade skrittat över dessa två gånger kom de i trav med lätt ridning, ryttarna var hela tiden duktiga med att hålla sig i en god egen balans samt understödja hästarna framåt över dessa.

05.02.2014

Löshoppning stod på dagens schema. Hästarna fick börja med lösgalopp och dels komma igång i kroppen och även få se sig omkring och få tid på sig att spänna av om spänning uppstod. Därefter hoppade hästarna studs, vilket är gymnastiserande och stärkande för hästen.

Reflektion: Hästarna är löshoppade en hel del tidigare och man kan då höja hindren lite fortare, beror dock även på hästens kapacitet. Det är nyttigt för ryttarna att från marken se sina hästar hoppa. Ryttarna skulle under unghästblocket lära sig löshoppningsmomentet och då kan det vara tryggare för både ryttare och häst att hästen redan vet hur uppgiften ska lösas och ryttaren behöver då inte stötta hästen på samma sätt som om det var första gången. Löshoppning med studs är gymnastiserande för hästen och beroende på hinderhöjd blir det även styrketräning. Samtidigt kan man observera hästarnas beteende och se hur olika hästar reagerar på den avvikande övningen (oftast löshoppade dessa hästar med två hinder; ett hjälphinder och en oxer med ett galoppsprång emellan). Hästar som är uppmärksamma och försiktiga har inga bekymmer att lösa uppgiften, hästar som är långsamma i tanken eller fötterna, har för mycket överskottsenergi, okoncentrerade eller oförsiktiga kan det ta ett par gånger för innan de löser uppgiften på för dem ett gynnsamt sätt. Under detta tillfälle kunde man se att häst 1 och 6 var avspända och trygga i systemet. Det kunde ses att häst 1 som enligt bedömningen av Professor Jan Jönsson hade en bra rytm och balans hade lätt för sig i löshoppningen och med övningen, i det här fallet studs. Häst 6 som enligt bedömningen hade svårare med balans och avsprångspunkt också i denna övning fick tänka till i övningen, men eftersom hästen var trygg och avspänd kunde den genomföra detta på ett gynnsamt sätt.

06.02.2014

K1 var på besök för att titta på sina hästar och deras utveckling. De satt på läktaren och tittade på ridlektionen. På lektionen utfördes övningar som både hästarna och ryttarna kände igen sig i, inga nya övningar introducerades. Hästarna reds i alla gångarter på fyrkanten och på volterna, vikhjälperna användes. K1 var nöjda och tyckte att både ryttarna och ridläraren hade gjort ett bra arbete med hästarna.

Reflektion: Bara att få någon på besök verkade göra en skillnad på ridningen. Ryttarna hade full koncentration på ridning och även fördelningen hölls bättre än vanligt. Effekten av koncentration och ridningen på hästarna blev tydlig; de hade klart för sig vem som bestämde, de var avspända och lydiga. Hästarna verkade bli avspända och nöjda med ryttare som erbjöd tydliga ramar, hand och skänkel, där emellan skall hästen arbeta med sin kropp.

07.02.2014

Idag fick hästarna vila. Det var is överallt och i och med att det hade blivit mycket ridning inomhus var det bättre att låta dem vila.

Reflektion: Med unghästar är vila inget negativt utan ofta kan man se en positiv effekt av vilan, som till exempel efter helgen är hästarna oftast något piggare än på fredagar efter arbetsveckan. Ridläraren kände hästarna och kunde känna av om hästarna mår bättre av vila eller ännu en dag ridning inomhus. Eftersom hästarna fick arbeta på igår när K1 var på besök kändes det som ett bra beslut att låta dem vila.

Ridning utomhus var något som prioriterades högt, det hade blivit mycket ridning i ridhus på grund av underlag och den mörka perioden då rittiderna oftast låg på eftermiddagar. På lektionerna var övningarna ofta likadana och dessa övningar var något som hästarna gjorde under ett helt år, men på samma gång var övningarna något som ryttarna behövde få göra för att lära sig om unghästutbildning. För hästarnas skull kunde man variera och introducera nya övningar lite oftare och lite fortare.

11.02.2014 Vecka 3

Denna dag fick unghästarna flytta upp till anläggningen och blev inhysta i den aktiva grupphästhållningen vid kungsgårdsstallet. På vägen upp fick hästarna gå över två broar för första gången med dessa ryttare. Ryttarna var spända redan innan uppsittningen. Hästarna gjorde motstånd framför broarna och ryttarna blev något frustrerade, men till slutet kom alla hästar över broarna.

Reflektion: Anledningen till att ryttarna var spända vid uteritten över broarna var dels på grund av att de hade tidsbrist och blev stressade men det kunde ha påverkat situationen att ryttarna inte hade ridit sina hästar många gånger utomhus och de därmed inte visste hur de skulle reagera. Att rida hästar i olika miljöer och i olika situationer hör till i utbildningen och både ryttarna och hästarna skall utsättas för det. Ryttarna måste lära sig att hantera sina känslor på ett sätt som inte påverkar ridning radikalt, det vill säga försämra upplevelsen för hästen vilket kan leda till att hästen blir spänd nästa gång den skall ta sig över broarna. Dessa hästar hade gått över broarna flera gånger tidigare men

vissa av dem behövde lite stöttning och en bestämd ryttare. Ett annat alternativ är att ha en trygg och äldre häst i täten så de yngre hästarna kan känna en trygghet.

12.02.2014

Första ridlektionen på Ridskolan Strömsholms anläggning. Det var ridning på Tågbanan och hästarna fick arbeta i ett friskt tempo i alla gångarter. Det var lite spänning till en början hos hästarna, miljöombytet för hästarna var en trolig orsak. Häst 2 höll sig nära häst 6 detta ridpass då denna häst behövde känna trygghet.

Reflektion: Det som var viktigt att tänka på när hästarna precis hade bytt miljö var att lägga upp ridpassen på ett sätt som hästarna kände sig trygga med, gärna övningar som de var vana med och de första dagarna kunde vara lugnare, det introducerades inte nya och betydligt svårare övningar än de övningar hästarna var vana vid. På det sättet fick de tid på sig att smälta alla nya intryck i omgivningen. Vid miljöombyte var det extra viktigt att ryttarna var tydliga med hjälpgivningen, bestämda och avspända för att förmedla trygghet till hästarna.

14.02.2014

Hoppning i Kungs ridhus med måtten 20 x 60 meter. Två rättuppstående hinder på ena långsidan med 21 meter emellan. Några hästar var lite spända första gången de kom på linjen, vilket resulterade i en väldigt vinglig väg mellan hindren, men sedan slappnade de av och ryttarna kunde då rida mer framåt så att även vägen blev bättre.

Reflektion: Ryttarna hade börjat ta för sig mera på hästryggen och vågade rida mera framåt till hindren. När ryttarna hade hästarna framför skänkeln blev både vägen fram till hindren bättre och även sprången fick mer kvalité. När man hoppar unghästar skall man i första hand tänka på kvalitén i galoppen. Eftersom unghästar ofta inte har styrkan att variera galoppsprångens längd med bibehållen rytm, balans och energi måste ryttaren sätta upp en sådan galopp där hästen strävar framåt i balans. Då får hästen också en möjlighet att hjälpa till och hoppa av vid en nära respektive stor distans. I första hand skall ryttaren inte försöka pricka, det vill säga hitta en optimal distans, utan ge hästen så optimala förutsättningar som möjligt för att sedan enbart följa med och låta hästen arbeta själv med hindren. Dessa förutsättningar är tempo, rytm, vägen och balans.

19.02.2014 Vecka 4

Ridning i Kungs ridhus med fokus på precision. Huvuduppgiften var skänkelvikning på hörnlinjen och därefter fatta galopp vid en bestämd punkt på fyrkantspåret.

Reflektion:

I framridningen renodlade ryttarna sina framåt drivande och förhållande hjälper. Även renodling av vikhjälper var viktigt då vändande hjälper skulle utvecklas till sidförande hjälper. Hästarna klarade nu av precision och då var det upp till ryttarna att inverka och tajma rätt med korrekta hjälper. När ryttarna kopplade ihop flera hjälper, som ryttaren tvingas göra i skänkelvikning, syntes det tydligt hur de koordinerade sina hjälper och hur de lyckades med samspelet mellan hjälperna. Hästarnas vilja för samarbete kom också tydligt fram ju komplicerade övningar de ville göra. Alla hästar i gruppen hade vilja för samarbete, det vill säga lösa uppgiften, och det var en fördel för ryttarna då de kom att få

rätt reaktion av hästarna om de inverkade rätt. Huvuduppgiften var genomförbar och en nyttig övning där både hästar och ryttare lärde sig nytt. Det tog längre tid för några ekipage att få ett bra resultat. Tålamod och repetitioner med unghästar är en viktig del.

21.02.2014

Idag var det fortsatt arbete med precisionsridning. Självständig uppvärmning i båda varv. Det var även två privata ryttare i ridhuset och red, det blev därmed bra träning för unghästarna att vistas i ridhuset med främmande hästar. Huvudövningen var att rida tre serpentinbågar över medellinjen och längs med långsidan rida tempoväxling eller lägga till galoppfattning.

Reflektion: Ridläraren hade höjt kraven på ekipagen vad det gällde precision och inverkansridning. Ryttarna hade också fått ta mer ansvar för sin ridning och blev inte instruerade på samma nivå som tidigare, till exempel renodling av hjälporna var en självklarhet numera och ingenting som repeterades i teori. Ryttarna fick efter arbetet reflektera över hästens starka och svaga sida samt diskutera kring det rakriktande arbetet för att åstadkomma stöd på den svaga sidans tygel. Ryttarna behöver så småningom kunna analysera hästars oliksidighet och komma med förslag på övningar för att stärka den svaga sidan.

24.02.2014 Vecka 5

Självständig framridning på Tågbanan. Ryttarna tog för sig mer och mer med att arbeta hästarna på ett lite mer vuxet sätt, det vill säga inverka mer och höja kraven på hästarnas arbete. Hästarna såg avspända ut. Ryttarna galopperade i ett friskt tempo och resultatet av det blev hästar som gick fram till ett bra stöd.

De skrittade sedan över banken från båda håll och därefter var det återigen självständigt arbete med fokus på övergångar och tempoväxlingar.

Reflektion: Ryttarna var duktiga i det självständiga arbetet med att lägga upp en plan för just den individen de satt på. Resultatet som åstadkoms var avspända hästar med ett bra stöd fram till handen. Ryttarna hade lärt känna sina hästar, kände till både sina egna och hästarnas förmågor och brister samt kunde arbeta vidare med dem. I det självständiga arbetet fanns ridläraren mer som coach som stödde ryttare och förde korta dialoger med ryttarna om hur ekipagen såg ut och hur ryttarens känsla var.

03.03.2014 Vecka 6

Ridning på tågbanan. Hästarna hade en god framåtbjudning. Ryttarna fick först rida lite självständigt och känna på hästarna. Därefter red alla tillsammans över banken på en åttvolt.

Reflektion: Ryttarna tog för sig mycket mera i den självständiga framridningen, det syntes att ryttarna nu hade en plan med sin framridning för just den häst de satt på. Hästarna och ryttarna hade ridit över banken tidigare.

När ryttarna red över banken på en stor åttvolt var det en av ryttarna som ramlade av på grund av att häst 3 gjorde lite glädjeskutt, ryttaren satte sig upp igen och fortsatte arbetet.

Det syntes på hästarna när de hade börjat rida mera utomhus att det var en helt annan framåtbjudning hos dem vilket också bidrog till att ryttarna fick ett bättre stöd med jämnare kontakt.

13.03.2014 Vecka 7

Hoppning med hinder i följd i Kungsgård ridhus. I framridningen fick ryttarna rida fram självständigt bland hindren. Idag syntes det att hästarna blev lite mer spända än vad de brukar bli just med sådant upplägg i framridningen. Efter framridningen var det framhoppning på enkelhinder med fokus på att hitta en rak väg fram till hindret där hästarna bjöd. Sedan lades fler och fler hinder ihop och ridpasset avslutades med en enklare bana på fyra hinder på både raka spår med relaterat avstånd, 21 meter och lite böjda spår.

Reflektion: Anledningen till att hästarna blev lite spända i framridningen var att det var självständig framridning bland hinder som de inte sett tidigare och ridhuset var fortfarande relativt nytt för dem. Detta var bra träning för hästarna inför deras framtida karriär. Ryttarna verkade inte bli spända på grund av deras spända hästar. Det var roligt att se att ryttarna kunde rida hästarna bestämt och komma till inverkan samt erbjuda ett jämnt stöd.

14.03.2014

Idag var det en lugn skrittutomhus och miljöträning som stod på schemat. De skrittade ut två och två runt Strömsvik, en väg som tar cirka 40 minuter att skritta. På vägen behövde hästarna ta sig över en järnväg två gånger, gå förbi flera hus med tomter där det fanns mycket att titta på samt eventuella möten med bilar.

Reflektion: Sådana ridpass är viktiga att lägga in för hästarnas skull. Skritt är den gångart där hästen använder flest muskelgrupper vilket också betyder att det är lösgörande för hästen. Det är också bra för hästen då den får komma ut och röra på sig utan att bli fysiskt trött. Vägen bjuder massor att titta på vilket gör att turen även blir miljöträning. Häst 1 och 2 verkade bli psykiskt trötta, de visade tecken på trötthet trots att ridpasset inte var fysiskt ansträngande. Alla hästar reagerar olika på nya miljöer och med tanke på eventuella framtida tävlingskarriärer är det bra att träna hästen i olika miljöer för att den ska kunna arbeta avspänt var som helst.

04.04.2014

Studenter som går SRL II, svensk ridlärare level två, tog över hästarna och de hade ridit dessa hästar i en vecka. Ryttarna hade varierande unghästvana och det var första gången de red ute på galoppbanan med hästarna. Några ryttare var spända och det syntes även på deras hästar.

Dagens övning var som följande: tre ryttare red på galoppbanan och tre ryttare red inne på dressyrbanan mitt emot slottet. Hästarna som var inne på dressyrbanan hade svårast att slappna av utan de hade mycket koncentration på hästarna som reds på galoppbanan.

På galoppbanan arbetade ryttarna med galoppen och vikhjälper i trav. På dressyrbanan var det fokus på övergångar mellan alla tre gångarter. Efter en stund byttes de av så nästa tre ryttare fick gå ut på galoppbanan och de andra tre fick gå in på dressyrbanan.

Reflektion: Uppsittning skedde utanför kungsgårdsstallet och det var tryggt och avspänt hos samtliga hästar. Ryttarna hade stor betydelse på hur spända unghästarna var eller blev. Övningarna behöver då vara lätta så att ryttarna känner att de klarar av dem och då kunna resultera till ett avspänt ekipage. Samtidigt måste ryttarna öva på att kunna fånga hästarnas uppmärksamhet och kunna komma ur spänning, oavsett om den sitter hos hästen eller ryttaren. I slutet på ridpasset när hästarna hade blivit av med lite överskottsenergi blev dem avspända och hade en bra framåtbjudning.

Hästarna hade bättre framåtbjudning på galoppbanan än vad de hade på dressyrbanan. När häst 2 var inne på dressyrbanan ville den ha uppmärksamhet på de hästar som var på galoppbanan.

10.04.2014

Tempogalopp utomhus stod på dagens schema. Galoppbanan är ett gynnsamt ställe att utföra detta moment på. Hästarna värmdes upp i skritt och trav, därefter fick hästarna lugnt komma igång i galopp.

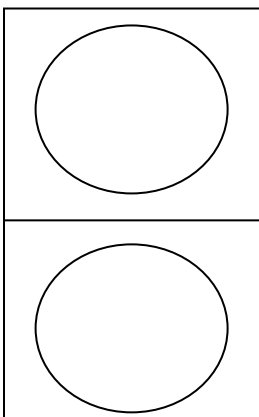
Reflektion: Tempogalopp är en viktig del i hästens träning, både hos de yngre som hos de äldre. Vid tempogalopp blev det konditionsträning för hästen och det ger även hästen möjlighet att kunna sträcka ut.

RESULTAT

Filmen är ett komplement till dokumentationens resultat. Med hjälp av resultatets olika kapitel går det att koppla samman text med film.

Longering och uppsittning (filmkapitel 1)

Vid longering kan man med hjälp av plastband eller hinderstöd med bommar avgränsa ytan då hästen automatiskt vill dra sig mot den öppna delen. Om ridbanan är avspärrad på detta sätt går det att longera två hästar samtidigt, en på var sida om avspärningen (se figur 2). Syftet med longeringen är att få hästen mera uppmärksam på människan, och för att hästen ska få röra på sig i alla gångarter med sadel på ryggen innan ryttaren ska sitta upp. Detta är något som utförs vid inridning, men också när unghästarna efter en viloperiod som exempelvis sommarbete ska sättas igång. När hästen är avspänd med sadeln på ryggen vid longering är det dags att sitta upp.



Figur 2. Med hjälp av sådan avgränsning vid longering får hästarna hjälp med balansen och voltspåret.

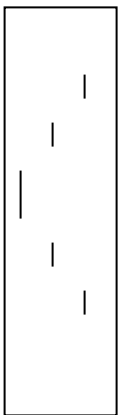
Vid uppsittning lägger ryttaren en arm över sadeln och klappar med handen för att sedan hänga över hästens rygg, hur många gånger man behöver hänga beror på hästens reaktion. Nästa steg är att ryttaren sätter ena foten i stigbygeln och lägger lite vikt i stigbygeln. När hästen är trygg och avspänd lägger ryttaren sitt högra ben över hästen och placerar foten i stigbygeln för att sedan mjukt sjunka ner i sadeln. En medhjälpare är bra att ha på sidan om hästen som kan om det behövs hålla i hästen, den ska lära sig att stå stilla vid upp- och avsittning redan från början. Speciellt med spända hästar kan det vara en fördel att bli uppkastad först och träna uppsittning i slutet av ridpasset när hästen har slappnat av.

Uteridning (filmkapitel 2)

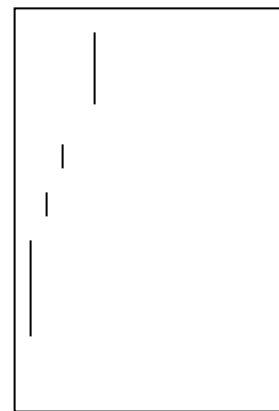
Ridning utomhus innebär att hästarna blir ridna i skog och mark. Det främjar en god framåtbjudning, bygger upp en god grundkondition och det ger variation i underlag. Vid uteridning är det bra om hästarna får ridas ut tillsammans med sin flock, det ger en trygghet för hästarna. Vid ridning ute i skog och mark ska man ta tillvara på det som finns att tillgå i naturen som exempelvis stockar och träd, runt dessa är det ypperligt att träna vikthjälperna.

Vikthjälper mot sidförande hjälper (filmkapitel 3)

Ridning utomhus, på exempelvis grusvägar och galoppbana, ger en god möjlighet till att träna på vikthjälperna då uteridning skapar mer framåtbjudning. Det i sin tur leder till att hästarna får det lättare att kunna följa vikten (se figur 3). Vintertid är det inte alltid vädret tillåter uteridning på grund av halka eller mörker, vid träning av vikthjälper inomhus är det lämpligt att från kvartslinjen få hästen att med vikten flytta sig utåt mot väggen (se figur 4).



Figur 3. Vikthjälper utomhus på exempelvis en grusväg.



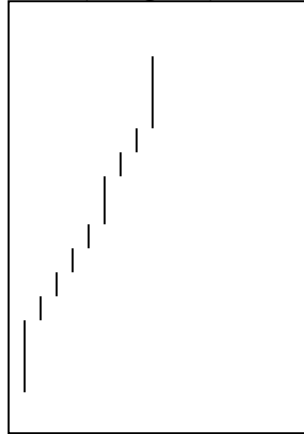
Figur 4. Vikthjälper inomhus från kvartslinjen och ut mot väggen.

Ryttaren bör förstå grunden för vikthjälperna. Om ryttaren vill att hästen följer vikten till vänster skall ryttaren trampa mer i vänster stigbygel samt belasta vänster sittben utan att vika sig i vänster sida. Innan hästen har lärt sig att följa vikten kan ett ledande tygeltag visa hästen vägen.

När ryttaren ska börja introducera sidförande hjälper vid ridning är det bra att använda sig av samma övning som när man arbetade med vikthjälper, men att ryttaren nu lägger till sidförande hjälper. Det bästa är att arbeta med detta utomhus för att bibehålla en god framåtbjudning i övningen (se figur 5). Om man tränar på detta inomhus är det lämpligt att vända upp på medellinjen eller kvartslinjen och sedan rida sidförande ut till väggen då den unga hästen automatiskt drar sig mot väggen för stöd (se figur 6).



Figur 5. Sidförande hjälper utomhus på exempelvis en grusväg.



Figur 6. Sidförande hjälper inomhus från medellinjen eller kvartslinjen.

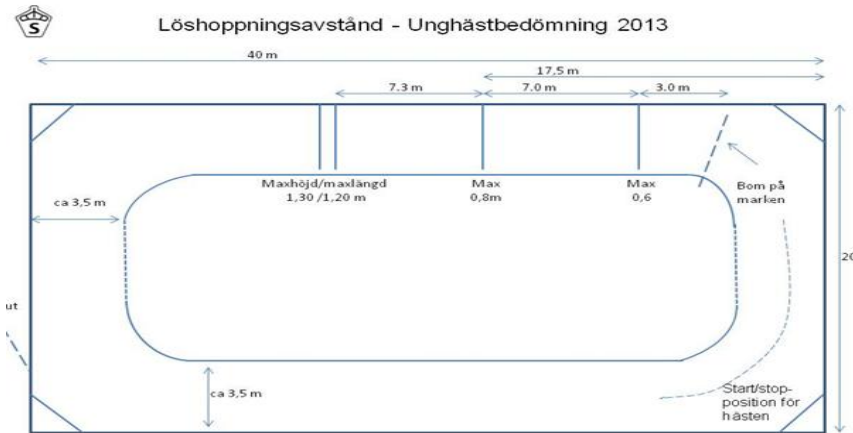
Introduktion cavalettibommar (filmkapitel 4)

Introducering av cavalettibommar görs med fördel utomhus, eftersom det skapar en bättre framåtbjudning. Börja med naturliga cavalettibommar, som till exempel mindre stockar som hästarna kan trava över, tillsammans med flocken för att skapa trygghet.

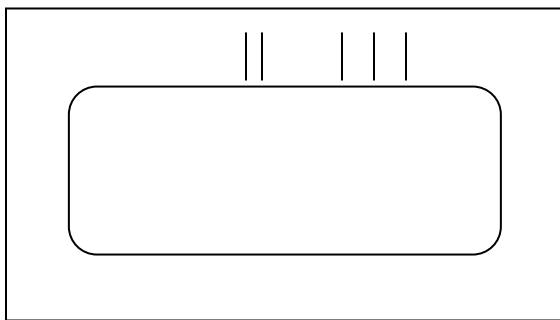
Skritta hästarna på ett led efter varandra över cavalettibommarna tills dess att hästarna skrittar över dessa avspänt. Trava därefter över dessa på ett led efter varandra. Att rida på ett led efter varandra på detta sätt är också något som ger trygghet för hästarna då de är samlade och hästarna vill gärna inte lämna flocken. Avståndet mellan hästarna bör vara minst en hästlängd av säkerhetsskäl men inte längre än tre hästlängder för att hästarna skall få draghjälp av varandra.

Löshoppning (filmkapitel 5)

Löshoppning innebär att hästen utan ryttare hoppar hinder där medhjälpare är med och styr upp hästen i olika hinderövningar. Löshoppning introduceras oftast till hästen vid två och tre års ålder inför treårstestet (se figur 7). Hästarna i unghästblocket är i fem års ålder och löshoppade en hel del. De kan därmed löshoppa olika typer av övningar och även bli löshoppade med olika antal många hinder. Studs är en variant av löshoppning som tränar upp styrka, smidighet och kvickhet (se figur 8).



... meter fram till ett
 ... på max 0,6 meter, avstånd på sju meter till nästa hjälpinne med maxhöjd på 0,8 meter och
 ett avstånd på 7,3 meter fram till huvudhindret som har en maxhöjd på 1,30 meter och en maxlängd på 1,20
 meter. (ASVH, 2013c).

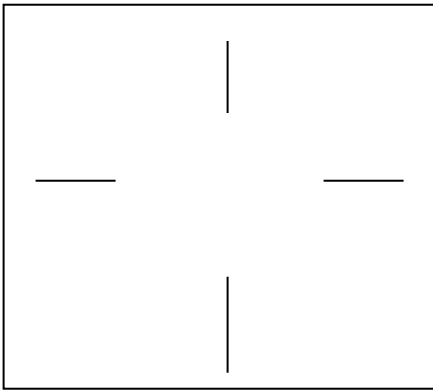


Figur 8. Löshoppning med tre studsar med avstånd på 3,20 meter emellan, avstånd på sju meter fram till en oxer.

Vändande hjälper - ruter ess (filmkapitel 6)

De vändande hjälperna utvecklas vidare från vikhjälperna. Vid ridning utomhus är det lämpligt att utveckla de vändande hjälperna runt bommar, stockar eller träd för att få en bestämd punkt att vända runt. Vid ridning inomhus kan det vara lämpligt att utveckla de vändande hjälperna runt exempelvis bommar eller hinder.

Vid ridning utomhus är ruter ess en bra övning (se figur 9). Det är då fyra cavalettistockar som är utlagda så de bildar ett ruter ess. I denna övning kan ryttaren själv välja hur ofta och hur mycket den vill vända, större eller mindre vändningar, samtidigt som när man gör detta utomhus får en bra framåtbjudning.



Figur 9. Ruter ess med fyra cavalettistockar utlagda utomhus för att träna vändande hjälper.

Tempogalopp (filmkapitel 7)

En grundkondition hos hästen är av stor vikt och detta är något som byggs upp genom allsidig träning, intervallträning och via medveten temporidning.

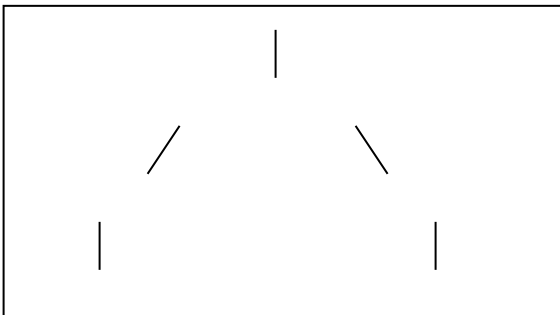
Under dessa perioder med unghästarna har underlaget inte varit bra nog för att kunna utföra tempogalopp utomhus regelbundet.

Terränghinder (filmkapitel 8)

Hoppning av hinder i naturen är något som är naturligt för hästen. När momentet terräng är dags för unghästen får den träna på olika hindertyper och karaktär som är inbjudande och infångade. Den unga hästen måste få en positiv bild av hoppning, hästarna kan med fördel om dem är vana hoppa tillsammans på ett led för att skapa draghjälp av varandra, ha en trygg häst i täten. Låt hästarna upptäcka nya saker och att det inte innebär någon fara. Detta är ett moment som skapar framåtbjudning.

Hoppning – enkla till flera hinder (filmkapitel 9)

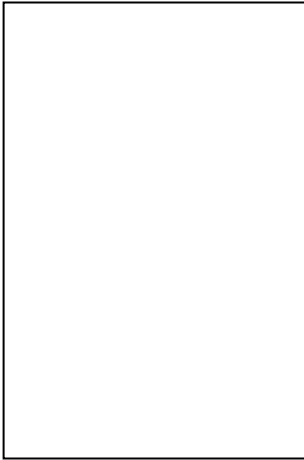
Unghästarna har tidigare hoppat enkelhinder av olika hindertyper och karaktärer. När det är dags att hoppa flera hinder i följd (se figur 10) är det lämpligt att välja hindertyp som hästarna känner sig trygga med. En enklare väg med hinder i följd kan vara långsida, diagonal och långsida. Här har både ryttare och häst tid på sig mellan hindren att rätta galopp och hitta vägen fram till nästa hinder för att det ska bli så bra förutsättningar som möjligt. Så småningom är det dags att lägga ihop flera hinder med relaterade avstånd.



Figur 10. Exempel på uppställning av hinder i följd med lämpliga vägar för unghästen.

Precision (filmkapitel 10)

Precision innebär att det man har arbetat med tidigare och befast, så som exempelvis olika ridvägar och galoppfattningar ska börja preciseras på en bestämd plats. Däremot vid inläring av dessa olika övningar skall man anpassa sig till individen och göra den är det passar hästen bäst. Här visas en övning med precision av galoppfattning, arbetstrav på volten för att sedan fatta galopp vid hörnbokstaven. Galopp längs med fyrkantspåret och sedan bryta av till arbetstrav innan nästa kortsida eller på volten för att där förbereda för en ny galoppfattning (se figur 11).



Figur 11. Precision galoppfattning. Arbetstrav på volten med förberedelse för galoppfattning vid hörnbokstaven. Avbrott till arbetstrav innan nästa kortsida och sedan ett varv på volten igen.

Longering/tömkörning med fokus på form

Vid longering kan man med fördel begränsa longeringsytan så hästen får hjälp med balansen och lättare med att hitta voltspåret. Inspänningstyglarna ska vara lika långa för att hjälpa hästen med balansen och för att förhindra snedhet. När hästen börjar söka sig framåt nedåt med halsen och söker stöd på bettet måste den ges möjlighet att hitta det stödet. Den unga hästen bör inte longeras längre än 20 minuter, högst en halvtimme. Varvbyte och beröm ges ofta.

Under dokumentationen var det ett arbetstillfälle med longering och fokus på form, detta tillfälle kunde inte filmas på grund av tekniska skäl och något nytt tillfälle fanns inte. Tömkörning är ett bra komplement till ridningen och ryttaren får chans till att se hur hästen arbetar. Under dokumentationens gång har det inte blivit något tillfälle med tömkörning då ridläraren har ansett att det inte är nödvändigt, dels för att det har gått bra med ridningen men också på grund av ryttarnas olika erfarenheter av tömkörning. Det finns därmed inte någon film på detta moment.

DISKUSSION

Ridskolan Strömsholm har sedan 1800 – talet utbildat såväl hästar som ryttare. Med årens gång har flera kompetenta ridlärare utifrån sina erfarenheter utvecklat häst- och ryttarutbildningen till hur den ser ut idag. (Strömsholm, 2013a) Utbildningsplanen för

unghästarna är kopplat till utbildningsskalan och det är främst de tre första stegen; takt, lösgjordhet och stöd som finns som delmål i utbildningen.

För hästar som går unghästblocket med hippologstudenter finns en plan för framtiden, kanske antingen som skolhäst på Ridskolan Strömsholm eller som tävlingshäst. Oavsett den framtida karriären skall både häst och ryttare utbildas i unghästblocket. Hästarna bör bli konkurrenskraftiga inom ridsporten, ha en god ridbarhet (ASVH, 2014a), kunna prestera i mer än en disciplin i ung ålder (Braam, 2011; Wallin *et al*, 2001) vara hållbara och friska för att stanna länge i sporten (Wallin *et al*, 2001). Utbildningsplanen för unghästblocket måste alltså ta hänsyn till dessa olika faktorer. Enligt professor Jan Jönssons bedömning av hästarna sågs ingen signifikant skillnad mellan de två olika bedömningstillfällena. Detta tyder på att hästarna följde sin utbildningsplan och kunnat befästa de grundläggande stegen. Hästarna får en mångsidig grundutbildning som har en positiv effekt även för hållbarheten (Braam, 2011; Wallin *et al.*, 2001). Ridskolan Strömsholm är en av Sveriges Riksanläggningar och kan förväntas att kunna utbilda bra och konkurrenskraftiga hästar till sporten.

Tänk långsiktigt

Unghästarna var inhyta på lösdrift och det hade en positiv anda i det hänseendet att hästarna kände varandra och var trygga tillsammans i flokken (Fredricson & Andersson, 2006). Miljön anses därmed trygg i ridningen då hästarnas rangordning redan är bestämd i lösdriften. Det kunde ses flertalet gånger under dokumentationen att hästarna fick trygghet av flokken, som exempel den 11 februari 2014 när hästarna skulle gå över broarna så ville ingen häst gå först över dessa men när en häst väl gick först följde de andra efter. Sondeergaard & Ladewig (2004) kom fram till att hästarna i gruppställning kom längre i sin utbildning än hästar som var uppstallade i box. Unghästblocket genomfördes fyra perioder varje år, vilket innebar att hästarna repeterade övningarna flera gånger. Denna effekt av gruppställning kom eventuellt inte fram på samma sätt, eftersom nya övningar inte introducerades oftare och svårighetsgrad höjdes.

I början av dokumentationen var det många hästar som var skadade eller hade tappskor och ridläraren fick därmed tänka om kring utbildningsplanen för hästarna. Att låta dessa hästar bli hanterade från marken och enbart infinna sig i ridhuset under tiden andra hästar blev ridna var också bra miljöträning. Genom latent inläring har hästar en viss bild av sin omgivning och genom att lägga in ett främmande föremål i ridhuset kan hästen tränas vid nya saker, så småningom lär sig hästen att det inte är någon fara med nya saker i omgivningen. (Rundgren, 2011) Munsters *et al* (2013) kom fram till att hästar som tränades regelbundet höll sig längre friska än de hästar som inte tränades regelbundet. Under dokumentationens gång kunde man inte se någon koppling mellan träningsuppehåll och utbildningsplan de träningsuppehåll som blev var på grund av tappskor eller yttre trauma.

Lundholm's *et al* (2014) framtagna rekommendation om att variera träningsunderlag och arbetsintensitet för att stärka hållbarheten hos hästen ger också antydning att hållbarheten har samband med träningsintensitet. Då en unghäst inte har tränats under flera års tid skall man tydligt variera arbetsintensitet och typen av arbetet för att dels stärka hästen och dels förebygga skador. Ridning utomhus ger variation på olika typer av underlag

vilket stärker hästens skelett, senor och muskler. (Fredricson & Andersson, 2006) I unghästblocket varierades underlaget något, men på grund av årstid och väderförhållanden var hästarna tvungna att bli ridna inomhus på ett och samma underlag. Därmed blev en liksidig ännu viktigare för att främja hästarnas hållbarhet. Ridning utomhus bidrar även till att hästen blir habituerad vid vistelse i för hästen nya miljöer (M. Rundgren, pers.medd., 2011b).

Ledarskapet är A och O

Individer som lever i en flock har en rangordning, den gör att varje häst ska veta sin plats i flocken. I flocken vet hästen vilka de ska gå undan för och vilka som ska gå undan för dem. (M. Rundgren, pers.medd., 2011a) Vid hästhantering är ledarskapet viktigt, hästen ska veta vem den ska gå undan för, i det här fallet människan.

Enligt utbildningsplanen började varje unghästblock med nya ryttare med longering av hästarna innan uppsittning. För en ryttare som får en främmande unghäst är longering ett bra sätt att börja arbeta hästen i. Genom detta får ryttaren ledarskapet, den ser hur lydig hästen är för kommandon och om den är avspänd med sadel på ryggen. (Fredricson & Andersson, 2006) Under observationstillfällena longerades inte hästarna före uppsittning. Detta kan bero på att hästarna hade varit igång och arbetat i förra blocket, ridläraren kände hästarna och kunde avgöra i fall longering behövdes eller inte. Även det faktumet att sista gruppen, den som började den 23 januari, tog över hästarna nästan en vecka senare än planerat, kan ha påverkat beslutet att stå över longeringen. Istället för longering före uppsittning, tränade de nya ryttarna på ledarskapet från marken (se kapitel 1 i filmen). Det är samma tänk som vid longering, att ryttaren får ledarskapet och gör hästarna lydiga för både framåtdrivande hjälper, förhållande hjälper och sidförande hjälper. Ridläraren kunde se hur ryttarna fick ledarskapet över hästarna från marken och även se på hästarna hur de accepterade de nya ryttarna. Under arbetets gång kunde det inte ses vid något tillfälle några problem med uppsittning. De hästar som spände sig lättare fick extra uppmärksamhet vid uppsittning av ridläraren som antingen höll i hästen (se kapitel 1 i filmen) eller gick bredvid tills den spänt av. Annars stod hästarna avspända och lät ryttarna sitta upp utan bekymmer som den 20 januari och den 4 april. Det tyder på att ridläraren är väl medveten om unghästarnas temperament och kan läsa av hur grundligt uppsittningen bör göras. Det kan diskuteras om avramlingen, som inträffade den 23 januari, kunde ha undvikits i fall häst 2 hade longerats innan uppsittning. Denna häst hade även haft träningsuppehåll som kan ha bidragit till spänning och överskottsenergi.

Spända ryttare ger spända hästar

Endast en häst som är psykiskt och fysiskt avspänd kan komma till inläring (Fredricson & Andersson, 2006). Enligt utbildningsskalan behöver en häst uppnå avspändhet både psykiskt och fysiskt för att bli lösgjord (Miesner et al, 2003). Det kan sägas att avspändhet hos den unga hästen är en viktig faktor vid dennes utbildning.

En bekant miljö ger trygghet som ofta bidrar till avspändhet hos den unga hästen (M. Rundgren, pers.medd., 2011b). Speciellt i vintertid då underlaget utomhus kan variera mycket, blir det naturligt mindre ridning ute vilket i sin tur leder till att hästarna kan

spänna till lite extra när de väl kommer ut. Även ryttarnas avspändhet påverkar hur spända hästarna blir. Flera gånger vid observationstillfällena kunde man se att spända ryttare gav spända hästar.

Den 16 januari reds hästarna ute på fältet där de hade blivit ridna flera gånger tidigare. Då reflekterades det över hur avspända hästarna var och att de fick en bra framåtbjudning.

Den 24 januari, då ryttare byttes, reds hästarna på fältet igen. Den här gången var hästarna lätt spända och framåtbjudningens kvalitet från veckan innan saknades. Då miljön var väl bekant för hästarna och inga märkvärda yttre faktorer påverkade hästarnas avspändhet, kan det antas att ryttarnas egen spänning påverkade hästarna. Den 24 januari var det andra gången hästarna reds av sina nya ryttare och det kan eventuellt ha varit en bidragande orsak till något spända hästar. Dock var det första ridpasset som genomfördes i ridhus den 23 januari en avspänd lektion och det kan då inte förväntas att hästarna skulle ha varit mer spända dagen efter. Det tyder på att ryttarnas spänning vid uteritten spreds till hästarna.

Vid introducering av nya miljöer, uppgifter eller föremål kan ryttare vara en avgörande faktor på hur den unga hästen upplever situationen. Hur modig hästen är och hur avspänd den är har också betydelse för hur snabbt hästen habitueras. (M. Rundgren, pers.medd., 2011b) Den 11 februari reds hästarna över broarna vid Strömsholms slott som går över Strömsholms kanal, för första gången med dåvarande ryttare, redan vid uppsittning var dessa stressade. Hästarna gjorde motstånd framför broarna trots att de hade gått över dem flera gånger tidigare. Detta kan antyda att ryttarnas spänning har bidragit till att hästarna blivit spända i situationen. Efter ett tag kom alla hästar över broarna men det kan tänkas att avspända ryttare hade ridit över utan större motstånd.

Häst 2 är en lätt spänd häst som oftast rids efter en annan häst i början av ridpassen, speciellt utomhus och när hästen har överskottsenergi som till exempel den 3 mars. Flockinstinkten används då till att få hästen att så småningom slappna av. Om ryttarna inte känner sina hästar och inte känner sig säkra med dem eller tycker att ridning utomhus är obehagligt blir flocken till ännu större fördel och det ger trygghet både för hästarna och ryttarna. Då skall även övningarna planeras till att först och främst spänna av ekipagen. Den 3 februari fick några ryttare byta hästar. Det var andra veckan för ryttarna i unghästblocket och det syntes tydligt att ryttarna var något försiktiga i sin inverkansridning. Renodling av hjälperna i form av övergångar och användandet av vägen för att bromsa upp farten samt att följa med hästen var i fokus under ridpasset. Det kunde ses att så fort ryttarna hade en övning att tänka på kunde de slappna av, vilket i sin tur ledde till avspända hästar. Den 12 februari reds hästarna i en ny miljö och ridpasset bestod enbart av övningar som hästarna kände igen sig i. Hästarna spände av relativt fort då ryttarna inte var särskilt spända och de kunde då inverka korrekt på sina hästar.

Skapa framåtbjudning

Ridpassen började uteslutande med renodling av hjälperna som dels gör hästen lydig och dels skapar framåtbjudning. Sedan kan det läsas i dagboken hur renodling av hjälperna utvecklades i samband med unghästblockets veckoplanering; vecka ett låg det fokus på renodling av framåt drivande och förhållande hjälper och vecka två lades det till vikt hjälper som renodlades därefter. Samsidiga och diagonala hjälper renodlades först

efter att vändande respektive sidförande hjälper hade introducerats vecka tre och fyra. Det kunde konstateras att unghästblocket som följdes för denna dokumentation kom fortare framåt i utbildningsplanen. Dels kan detta bero på att hästarna redan hade introducerat alla övningar som ingick i utbildningsplanen och dels att ridläraren hade hunnit lära känna ryttarna i övriga blocken som pågick under årskursen och därmed visste vilken nivå i ridning ryttarna klarade av.

I dagboken kan det genomgående läsas hur övergångar, tempoväxlingar och renodling av hjälperna har använts till att skapa framåtbjudning. Det har även reflekterats över att framåtbjudning är en förutsättning till en bra takt, balans, lösgjordhet och stöd.

Man kan se en tydlig skillnad på hästar som har en bristande framåtbjudning när de rids inomhus respektive utomhus. Häst 4 och 5 hade svårt att hitta en bra takt och framåtbjudning vid ridning inomhus, vid ridning utomhus på fältet som till exempel den 16 januari och den 4 februari kunde man inte se någon tendens till bristande framåtbjudning. Vid Professor Jan Jönssons bedömning av unghästarna reds de utomhus vilket kan ha bidragit till bättre en bättre framåtbjudning och därmed en högre bedömningssiffra. Häst 5 hade flertal gånger en bristande framåtbjudning vid ridning inomhus men enligt bedömningen hade den en bra framåtbjudning. Detta förstärker påståendet hur viktigt det är med ridning utomhus.

Den större delen av dokumentationen av unghästutbildningen pågick under den mörka perioden där det också förekom halka, därmed gavs det inte tillfälle att kunna genomföra någon tempogalopp förrän den 10 april 2014. Tempogalopp har däremot gjorts tidigare med dessa unghästar.

Vid utbildning av häst är det viktigt att en god grundkondition byggs upp för att hästens hållbarhet ska öka och risken för förslitningsskador minska. Grundkondition byggs upp genom att rida utomhus där den i ett lågt tempo går allt längre sträckor. Efter några månaders uppbyggnad kan mer specificerad konditionsträning läggas in i träningsplaneringen. (Fredricson & Andersson, 2006) Dels är syftet även att ekipagen kan variera medvetet variera tempot men även kunna ligga kvar i ett tempo i balans och jämn rytm. (Miesner et al, 2003)

Ridläraren kan se efter tecken på inre och yttre lösgjordhet hos hästarna för att få kvitto på gjorda övningar och kunna gå vidare till nästa. Alla ridpass som observerats har haft ett mål med att få hästarna hitta takten, bli lösgjorda och söka sig till ett stöd. Miesners et al (2003) utbildningsskala beskriver dessa tre egenskaper som en grundläggande fas som en ridhäst bör ha innan den kan gå vidare i sin utbildning. Övningarna i unghästblocket är planerade till att främja denna fas och kunna befästa den hos hästarna.

Vikthjälper till ett stöd

Hästen är känslig för viktförändringar och detta är något som ryttaren använder sig av både på unghästar och utbildade hästar. Känsligheten som hästen har för vikthjälper ska ryttaren se till att bibehålla för att kunna inverka på hästen med så små hjälper som möjligt. (Fredricson & Andersson, 2006) Vikthjälper är bra att arbeta med utomhus exempelvis på en galoppbana (se kapitel 3 i filmen) där hästen får en naturlig framåtbjudning. Årstid och väder har under den större delen av denna dokumentation bidragit till att det har blivit mycket arbete inomhus.

I unghästblocket arbetas mycket med vikhjälperna främst för att få hästen att följa ryttarens vikt så att ryttaren kan rida med så stilla hand som möjligt. När hästen har lärt sig att följa ryttarens vikhjälper till både höger och vänster kan diagonala hjälper läggas till som tillsammans utvecklas till vändande hjälper. Detta introducerades den 24 januari utomhus på ett fält med stockar som var placerade i ett ruter ess. Med hjälp av stockarna finns det riktmärken som ryttarna med hjälp av de vändande hjälperna ska få hästen att följa. Hästarna följde lydigt ryttarnas vikhjälper och med hjälp av vändande hjälper kunde även ryttarna arbeta med lösgjordheten på böjda spår. Efterhand frustade flera hästar, som är ett tecken på avspändhet, och de sökte sig fram till ett stöd som ryttarna kunde erbjuda med stilla hand. Vid flera tillfällen kunde det upplevas att ryttarna som hade en mjuk kontakt med stilla hand fick hästarna att söka sig fram till ett stöd som till exempel den 24 februari och den 3 mars.

När hästen förstår de vändande hjälperna utvecklas det till sidförande hjälper. Den unga hästen vill automatiskt dra sig mot väggen för att få hjälp med balansen. Enligt Miesner et al (2003) kan ryttaren utnyttja hästens balans vid introducering av sidförande hjälper. Den unga hästen vill automatiskt dra sig mot väggen då det ger en naturlig fallpunkt för hästen. Den 20 januari 2014 fick ryttarna arbeta sina hästar självständigt. De valde att göra skänkelvikningar från spåret till kvartslinjen och tillbaka till fyrkantspåret. De kunde ses en tydlig skillnad på skänkelvikningarna om ryttarna inverkade korrekt då hästarna i annat fall gjorde skänkelvikningen mer korrekt från kvartslinjen till fyrkantspåret.

Unghästblocket som följdes under detta arbete var det tredje blocket och hästarna hade redan lärt sig de sidförande hjälperna. Den 19 februari var temat skänkelvikning, lektionen genomfördes inomhus. Fokus lades på precision även fast det var fjärde veckan i blocket och precision skulle tas med om ett par veckor. Under lektionens gång kunde det inte ses några bekymmer med de förhöjda kraven utan både ryttarna och hästarna klarade av precisionen.

Den 20 november var det longering med fokus på form. Detta moment gjordes enligt planeringen en vecka tidigare. Syftet med longering där hästarna har inspänningstyglar eller halsförlängare är att erbjuda hästarna ett jämnt stöd på bettet. Veckotemat longering med fokus på form skulle kunna misstolkas med att fokusen är på att få hästarna att böja på nacken, en annan formulering som longering med fokus på stöd kan vara mera rättvisande. På hästar som inte inbjuder till en jämn kontakt kan longering med inspänningstygel eller halsförlängare vara ett alternativt arbete där hästen får oberoende av ryttaren söka sig fram till ett stöd. Under longeringen kunde det ses att häst 5 fick en bättre kontakt med inspänningstyglar än med ryttare och även takten och framåtbjudningen förbättrades.

I planeringen för unghästarna ingår det tömkörning i vecka sju där fokus ligger på utveckling av stöd. Under denna tid av dokumentationen har det inte varit något tillfälle med tömkörning. Studenterna har i slutet på varje period med unghäst en ridexamen, tömkörning är ett moment som är minst viktig inför examen. I början av denna dokumentation var det många skadade hästar. När dessa hästar var friska för att återigen kunna gå in i utbildningen var det fokus på att ryttarna skulle komma igång och rida dessa för att nå målen till sin examen.

Inhoppning fokus på galopp och balans

Introducering av cavalettibommar med ryttare var den 4 februari. Unghästarna hade gjort detta moment tidigare, därmed byggdes övningen upp på ett sätt som gynnade hästarna vad gäller styrka och smidighet (se figur 8). Det kunde ses tydligt att hästarna var trygga i löshoppningsmomentet och visste vad som förväntades av dem. Enligt professor Jan Jönssons bedömning hade häst 1 bra rytm och ganska bra balans i hoppning. Däremot häst 6 hade ganska bra rytm och något bristande balans. Övningen som användes den 5 februari var inte den samma som hästarna hade löshoppat tidigare och skillnad i rytmen och balansen mellan dessa två hästar synades tydligt. Häst 1 hade inga större svårigheter att lösa uppgiften i god balans samt fortsätta i samma rytm till oxern. Häst 6 däremot hade svårare att hålla balans och rytmen över studs första gången. Enligt bedömningen var Häst 6 mycket lyhörd och ville lösa uppgiften. Även det kunde ses då häst 6 kom andra gången, var den lika lugn och rättade till sig i övningen. I löshoppning får hästen möjlighet att lära sig använda sin kropp, själv lösa uppgiften oberoende av ryttaren, lära sig att bibehålla balans och även lära av sina misstag (se kapitel 5 i filmen). I studien av Visser et al (2003) kom de fram till att de hästar som tränades i löshoppning hade flest korrekta språng när de hoppade med ryttare på ryggen. Detta tyder på att löshoppning i rätt mängd har en positiv effekt för hoppning uppsutten.

Introducering av cavalettibommar med ryttare var den 4 februari. Hästarna var redan hoppade uppsuttna så denna övning var inte någon svår eller ny. Även då kunde man se skillnader mellan hästarna, häst 1 hade lätt för sig att trava över bommarna och enligt bedömningen har den mycket taktmässiga gångarter vilket kan konstateras vara en fördel med en sådan övning som främjar takt hos hästen. För att jämföra kunde det ses att häst 4 hade svårare med övningen. Den har bristande framåtbjudning och svårt att hitta takten i gångarterna vilket styrks av det som sågs. Häst 6 kunde inte bibehålla tempot och rytmen över bommarna, utan tappade balansen och även det styrks av bedömningen.

Hoppning av terränghinder med unghästar inbjuder oftast till bra framåtbjudning och hästarna tycker oftast att dessa hinder är mer naturliga att hoppa än hinder inne i ett ridhus. Hästen blir mindre osäker om ryttaren börjar med att visa hästen hindret och de första terränghindren bör vara låga och inbjudande där hästen kan hoppa av och landa på ett underlag som främjar för hästen. (Miesner et al., 2003)

Vid hoppning inomhus blir det viktigt att skapa bra förutsättningar så som väg, tempo, rytm och balans eftersom ryttaren inte kan utnyttja naturen till sin fördel. Den 13 januari hoppades hästarna i ridhus och det kunde konstateras att ryttarna inte hade lyckats skapa dessa förutsättningar. Två hästar stannade och vars ryttare ramlade av. Detta kan dels bero på att både hästar och ryttare hade haft juluppehåll och ännu inte kommit igång. Det kan även ha berott på spänning hos ryttarna på grund av nästa dags examen.

När den unga hästen är trygg med att hoppa enkelhinder är det dags att lägga ihop fler och fler hinder efter varandra. Hästen bör i ung ålder tränas på att hoppa olika typer av hinder med olika karaktär för att i framtiden minska risken för att hästen blir spänd. Här kan hästen om den är rädd bli sensibiliserad för att sedan desensibiliseras (M. Rundgren, pers.medd., 2011). Vid hoppning av flera hinder med en unghäst är det inte säkert att alla hästar har lika lätt för sig, börja med att hoppa enklare linjer och se hela tiden framåt dit

du ska rida. Hinder som är nya för hästen kan med fördel ramas in på sidorna. (Fredricson & Andersson, 2006)

Den 14 februari sågs en tydlig skillnad i början av lektionen och i slutet på när ryttarna hittade en sådan galopp där hästarna strävade framåt i balans. Hästarna har då bra förutsättningar att hoppa runda språng, om ryttaren däremot rider en dålig väg fram till hinder eller rider i undertempo blir vägen lätt vinglig. När hästarna kunde ridas i ett jämnt tempo med en jämn rytm med noggrann väg och i balans fick sprången bra kvalitet. Detta kunde även ses den 13 mars då ryttarna vågade inverka, ta beslut och hade skapat bra förutsättningar.

Slutsatser

Övningar som används bör läggas upp på ett sätt där både ryttare och häst kan lära sig på samma gång. Ryttarna skall lära sig få ledarskapet hos hästen samt göra sig medvetna om hur deras spänning påverkar den unga hästen. Vikthjälperna bör förespråkas för att ryttarna lär sig att använda små hjälper och får hästarna känsliga för dem. Faktorer som främjar unghästutbildning är att kunna skapa framåtjudning hos hästen, variera arbetet och arbetsintensitet för hållbarheten och kunna använda flockinstinkt till sin fördel.

SUMMARY

The aim of the Swedish Warmblood (SWB) is to produce horses that are internationally competitive in both jumping and dressage through its performance-oriented temperament and his good ride ability (ASVH, 2013a). To achieve ASVH's goals, there must be a training curriculum that systematically describes the young horse's training. The Swedish National Equestrian Centre Stromsholm train young horses with years of experience in various qualified riding instructors. This documentation has been produced by following a young horse course that students in equine studies have at Stromsholm. Riding instructor has a training plan for this course with a theme for each week. The students have a various experience in riding young horse that must be taken into account. The exercises must help both horse and rider to succeed and learn. The training plan shows systematically how fast and in what order you introduce new exercises for young horses. This plan is linked to the training scales first three phases; rhythm in gates, suppleness and contact (Miesner et al, 2003). The weeks are planned beforehand but adjust to suit the horses' conditions, health and based on riders' skills. Even the weather plays a large role, especially during the winter time when the ground is varied outdoors. Conclusions for the documentation were that exercises promoted impulsion forward as much as using the rider's weight aids throughout the young horse course. Rider must be aware for his tension and how it influences the young horse. Factors to help training of young horses are impulsion forward, to vary a work and intensity for sustainability. Also the herd instinct seems to be a great benefit in training.

FÖRFATTARENS TACK

Ett stort tack riktas till handledaren Åsa Steninger som har väglett oss och till biträdande handledare Karin Morgan som har stöttat oss genom processen.

Vi vill även tacka vår studiekamrat Jonna Ilvonen som har hjälpt oss med produktionen av filmen som är en del av dokumentationens resultat.

REFERENSER

Litteratur

- Braam, Å. 2011. *Breeding for Durable Riding Horses using Competition Statistics*. Swedish University of Agricultural Sciences. ISSN 1401-7520.
- Fredricson, J. & Andersson, I. 2006. *Utbildning av den unga hästen*. Ica Bokförlag. ISBN 978-91-534-2577-9.
- Jensen, P. 1993. *Djurens beteende och orsaken till det*. LTs förlag. ISBN 91-36-03091-0.
- Lundholm, M., Hernlund, E., Lönnell, C., Roepstorff, L., Bergström, L., Andersson, A.M., Carlsson, B., Fogelberg, F., Hoberg, O., Krügel, F. & Söderberg, M. 2014. *Ridunderlag en guide*. Svenska ridsportförbundet, Strömsholm.
- Miesner, S., Putz, M., Plewa, M. & Frömming, A. 2003. *Ridhandboken I*. Svenska ridsportförbundet. Boktryckeri AB, Lund. ISBN 91-631-4471-9.
- Munsters, C., Van den Broek, J., Van Weeren, R. & Sloet van Oldruitenborgh-Oosterbaan M. 2013. *A prospective study on fitness, workload and reasons for premature training ends and temporary training breaks in two groups of riding horses*. Preventive Veterinary Medicine. Volym 108, issues 2-3. Pages 199-208.
- Sondergaard, E. & Ladewig, J. 2004. *Group housing exerts a positive effect on the behaviour of young horses during training*. Applied Animal Behaviour Science. Volume 87, Issues 1-2:105-118.
- Visser, K.E., Ellis, A.E. & Van Reenen, C.G. 2008. *The effect of two different conditions on the welfare of young horses stabled for the first time*. Applied Animal Behaviour Science. Volume 114, Issues 3-4: 521-533.
- Visser, K.E., Van Reenen, C.G., Engel, B., Schilder, M.B.H., Barneveld, A. & Blokhuis, H.J. 2003. *The association between performance in show-jumping and personality traits earlier in life*. Applied Animal Behaviour Science 82 (2003) 279-295.
- Wallin, L., Strandberg, E. & Philipsson, J. (2001). *Phenotypic relationship between test results of Swedish Warmblood horses as 4-year-olds and longevity*. Livestock Production Science 68, 97-105.

Internet

- Avelsföreningen för Svenska Varmblodiga Hästen. 2013a. *Vision och avelsmål*. <http://www.asvh.se/avel/avelsmal> [Hämtad 2013-10-08]
- Avelsföreningen för Svenska Varmblodiga Hästen, ASVH. 2013b. *Avel – siffror och statistik*. www.asvh.se [Hämtad 2013-10-08]

Avelsföreningen för Svenska Varmblodiga Hästen, ASVH. 2013c. *Avstånden klara!* http://www.asvh.se/nyheter_behallare/loshoppning-med-3-hinder [Hämtad 2014-05-11]

Jordbruksverket, 2013. *Hästkattningarna 2004 och 2010*. www.jordbruksverket.se [Hämtad 2013-10-07]

Strömsholm, 2013a. *Om oss. Historia*. <http://www.stromsholm.com/om-oss/historia/> [Hämtad 2013-11-22]

Strömsholm, 2013b. *Besök och bo. Historia*. <http://www.stromsholm.com/besok-och-bo/historia/> [Hämtad 2013-11-22]

Studentwebben. 2011. *HO0062 Ridkonst och hästhantering - ridhäst II, 20 hp* <https://student.slu.se/sv/studier/kurser/?kurskod=HO0062&version=1> [Hämtad 2014-03-28]

Personliga meddelanden från

Ridlärare Å. Steninger. 2013. Ridskolan Strömsholm AB, Strömsholm. 2013-11-18.

Agronomie doktor M. Rundgren. 2011a. Sveriges Lantbruksuniversitet. Från föreläsning inom Hippologprogrammet, 2011-10-03.

Agronomie doktor M. Rundgren. 2011b. Sveriges Lantbruksuniversitet. Från föreläsning inom Hippologprogrammet, 2011-10-10.

DISTRIBUTION:

Sveriges Lantbruksuniversitet	Swedish University of Agricultural Sciences
Hippologenheten	Department of Equine Studies
Box 7046 750 07 UPPSALA	Box 7046 750 07 UPPSALA
Tel: 018-67 21 43	Tel: +46-18 67 21 43
