



ÖSSZEÁLLÍTOTTA TAJTI-SZALAY MÁRTA

Anatómiailag helyes lovaglás

3.

RÉSZ

Újra és újra felmerül a kérdés, vajon van-e igazság a kiképzési skálában. Az ARR központ kiképzőinek reakciója egyszerre egyértelmű igen és egy kritikus nem.

Ha őszinte választ keresünk erre a kérdésre, a múltba kell tekinteni. Régen addig dolgoztak a lóval földről, míg az képes volt önmagát hordani, és csak ezután ültek a hátára. Az volt az alap-gondolat, hogy a konchajlítás és a törzs felemelése egy egységet képez, erre kiváló példa a pilárok közötti munka is. Ebből fejlődött ki az előrefele mozgás, és abban a tudatban alakultak ki a feladatok (például a vállat be), hogy a lovat diagonális munkával igazítják egyenesre.

A kiképzési skálában az ütem, a lendület és az elengedettség az egyenesre igazítás előtt szerepel. De hogy sikerülhetne mindez,

ha hiányzik az, ami régen feltétele volt az elasztikus, atlétikus és egészséges lónak? Ehhez jön még egy olyan érdekes pont, amit semmilyen esetben sem szabad alábecsülni: a ma rendelkezésre álló különböző fajták genetikája, illetve a modern tenyésztés, ami erősen előrefele mozgó lovakat hoz létre.

Az előrelovaglás fogalma rögzült a kiképzők, a lovasok és a bírók fejében, és az elvárás

extrémé vált. Nyilvánvalóan ez ma a legnagyobb tévedés. Az, hogy a lovat előre kell lovagolni, egy alapvető és szükséges része a lovaglásnak, de közben elveszett valami: a ló egyenesre igazítása.

Az Anatómiailag Helyes LovaglásKözpontban (ARR) már 25 éve foglalkoznak ezzel a kérdéssel, és gyakran megmosolyogják azok, akik nem látják az összefüggést. Így lehet, hogy meglepő az az ered-

mény, ahogy a ló a diagonális munka során egészségesebbé és a munkában örömet lelő, készséges partnerré válik.

Az ARR-módszerbe csupán annyit építettek be, ami régen magától értetődő volt: a menekülőállat ferdeségét elsőként kell korrigálni, és ezt a képzési módszert a modern lóképzés felé kell közvetíteni.

Mit is jelent ez? A lovaglásra, ami többé-kevésbé tömegsporttá fejlődött, olyan megoldást kell találni, ami egyszerű és kivitelezhető, mégis tartósan hatásos, és egy egészséges, stabil teljesítőképességű lovat hoz létre. A piacon erre természet-

sen számtalan ajánlat van, ám gyakran kudarcba fullad, amikor nem a ló ferdeségén van a képzés hangsúlya.

Tehát amikor az új használati célok miatt a magasiskola földi képzése már nincs előtérben, fel kell tenni a kérdést, miért nem kap fokozott figyelmet a ló alapmozgása, aminek különösen nagy jelentősége van annak hosszú és egészséges jövőjében. Fordulatok, körök, vállat be stb. mind abból a felismerésből születtek, hogy a lovak természetüknek fogva nem tudnak íven mozogni. Tehát nekünk kell megtanítani erre őket!

HAJLÍTÁS

Az ARR-terápia és/vagy -korrekció során futószáron hajlítjuk a ló nyakát, ami gyakran félreértésre és helytelen értelmezésre ad okot, ezzel feltételezve az ARR-rendszer hibás hatását. Különösen azok kijelentései tartoznak ide, akik alapvető kiképzési tudás hiányában felületesen próbálják járni ezt az utat.

Vegyük például az ízületek és a paták terhelését az állítólag kis körön. Ha az általános, kikötőszárossal történő futószárazást nézzük, az állítás mindenképpen helytálló. Ott ugyanis sok olyan rejtett veszély van, amiről a menekülőállat biomechanikáját nem ismerő ember nem is tud. Az emberek hajlamosak vakon követni azt az álláspontot, hogy egy bizonyos módon végezzenek dolgokat, és csak mert az mindig is megszokott volt, feltételezhetően az a helyes.

Egy nyilvánvaló példa, miszerint a tréning közben a ló túlságosan az elején mozog. Miért folyhat vita arról a kérdésről, mennyire engedhetjük mélyre süllyedni a ló nyakát az előrelefele mozgásban anélkül, hogy az az elejére esne? Ezzel csupán az elégtelen tudását bizonyítja a kritikus a menekülőállat mozgásproblémájának anatómiai és biomechanikai tényeiről.

Az a lótarló, aki komolyan szeretné megérteni lova alapvető nehézségeit, kénytelen a mozgásproblémák magyarázatával

is foglalkozni. A kérdés nem a hogyan, hanem a miért!

Hogy megítélhessük, mit jelent egy lónak körön mozogni, ismét a múltba kell tekintenünk. Körülbelül 350 éve rendelkezésre áll az a tudás, hogyan kell a lovat körön képezni: a vállat előre és a vállat be feladatok által érti meg a ló a diagonális mozgást, ugyanis ekkor alakul ki a képessége, hogy önmagát hordja.

Ahhoz, hogy ezt az alapot a mai időkbe helyezhessük, amikor tulajdonképpen bárki szert tehet álmai lovára, alternatív megoldást kell találnunk. Alternatív az a módszer, amely lehe-

közönséges ismeretek között lenne a helye. Az önfordás kiindulópontja így a váll kell legyen, azonban a természetes ferdeség okán itt rejtőzik a következő probléma: valamelyik első lábára dominánsan terhel a ló.

Ahogy az embereknél, úgy a lovaknál is megkülönböztetünk jobb-, illetve balkezességet, ez azonban nem magyarázza meg kellően a lovak állapotát.

Alapvető különbség, hogy míg az ember teste függőleges, a lóé vízszintes. Az ember felsőteste a csípőjén nyugszik, ezért jöhetnek létre bizonyos hibás állások, például a csípőferdülés.

nyek az ütemhiba és a sántaság, de az orvos nem talál kimutatható szervi okokat. Ez érthető, hiszen az ütemhiba 95%-ban a nem korrigált természetes ferdeség miatt alakul ki: a domináns vállán beszűkül a mozgás, a például jobbkezes ló a jobb elejével mélyebben jár, ezért a jobb váll is mélyebbre esik. A tömegközéppont a jobb váll irányába toródik, az azonos oldali hátsó láb nem képes elegendően előrefele lépni, rövidül a lépéshossz.

Nem segít sem a külső szár vagy a külső csizma, hiszen a negatív diagonális elmozdulás miatt a ló már a domináns ele-



A HAJLÍTÁSNAK el kell érnie a vállat (Furioso-123 Berkenye)

tővé teszi a mai önálló és saját gondolatokkal bíró lovasnak azt, hogy egy modern, egyenesre igazító képzést használjon, ami nem hanyagolja el a célt, hogy lova egészséges és hosszú távon terhelhető legyen. A kulcs annak a művészetében és abban a képességben van, hogy egy élőlényt megtanítsunk körön mozogni.

Minden emlős állat a váll felett veszíti el az egyensúlyát, nem pedig az általánosan gyanított nyak részen. Ennek a

Lovaknál a csípő nem teherviselő, ezért nem is alakulhat ki csípőferdeség. Más oka van, ha a ló csípője nem szimmetrikus: a felsőtest távolodó mozgása a hátsó lábaktól. Meg kell tanítani a lovat, hogy a hátulján viselje a teste terhet. Amíg ez nem sikerül, a köríven mozgó lónak hiányzik a külső hátsó láb támogatása, és a domináns vállára fog esni. Ez erősíti a született ferdeséget és azt, hogy az egyik oldalát szívesebben használja egyensúlyozásra. Következmé-

jén jár. Ezt a károsító folyamatot egyenesre igazítással lehet megállítani és visszafordítani.

Összefoglalva: mint a homeopátiában, a problémát hasonlóval vagy éppen ugyanazzal oldunk meg. Ha a ló a természetben nem képes körön mozogni, akkor meg kell rá tanítani.

Egy-egy kicsivel több ismeret a fenn elmagyarázott menekülőállat anatómiai viselkedéséről sok értékes négylábú életét könnyítené vagy akár mentené meg!

