

SZAKDOLGOZAT

Jovicic Jázmin

2024



Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem
Szent István Campus
Állattenyésztési Tudományok Intézet
Lótenyésztő, lovassport szervező agrármérnöki
alapképzési szak

A csikó nevelése, fiatal lovak idomítása és
belovaglása

Belső konzulens:	Abayné dr. Hamar Enikő, egyetemi docens
Belső konzulens intézete/tanszéke:	Állattenyésztési Tudományok Intézet Állattenyésztés-technológiai és Állatjóléti
Tanszék	
Készítette:	Jovicic Jázmin

Gödöllő

2024

Tartalomjegyzék

1	Bevezetés és célkitűzések	3
2	Szakirodalmi áttekintés	4
2.1	A csikónevelésről általánosságban	4
2.2	Monty Robertsmódszere	7
2.2.1	A csatlakozás lépései és menete	7
2.3	A fiatal hátszló alapkiképzésének kezdete	10
2.3.1	A viselkedés fontosabb irányadójelei.....	10
2.3.2	Ismerkedés a felszereléssel	11
2.3.3	Az alapképzés néhány jellemzője	14
2.4	Futószáras munka	15
2.5	Nicolas Blondeau módszere fiatal lovakkal.....	18
2.5.1	A ló és a lovas kapcsolata	18
2.5.2	Az első ráülés.....	19
2.5.3	A lovastól elvárt alapismeretek.....	21
2.6	Idomító munka alapszintű díjlovas feladatokhoz	23
2.6.1	Az alapképzés célja.....	23
2.6.2	Az A osztályú díjlovas feladatok és azok végrehajtása	24
2.6.3	Az ívelt vonalak lovaglása	26
2.6.4	A csikó támaszkodása	28
2.7	Cavaletti és felkészítés az ugratásra.....	30
2.7.1	A cavaletti használatának alapjai	30
2.7.2	Futószáron történő cavaletti munka	31
2.7.3	Szabadon ugrás és ugrófolyosó.....	32
2.7.4	A cavaletti-munka és az ugrás alapjai lovassal	33
2.8	A ló képzése terepen	35
3	Saját vizsgálatok.....	39
3.1	Tapasztalt lóképzővel készült interjú	39
3.2	Saját csikó képzése	42
4	Összefoglalás	44
5	Köszönetnyilvánítás	46
6	Irodalomjegyzék és források.....	47
7	Hallgatói nyilatkozat.....	48
8	Konzulensi nyilatkozat.....	49

1 Bevezetés és célkitűzések

Választásom elsősorban saját lovam kapcsán esett a csikónevelés és belovaglás témájára. Két és fél éves kora óta rengeteget dolgoztunk együtt, és nagyon büszke vagyok rá, azonban nagyon hamar megtapasztaltam, hogy a csikóval történő munka nem zökkenőmentes. A témával kapcsolatban fontosnak tartom kiemelni, hogy a lovak nem egyformák, ebből fakadóan kiképzésük is eltérő és bonyolult lehet, ezért az alkalmazott módszerek is különbözőek. Dolgozatomban a csikómmal való munka során és a más lovakkal való gyakorlatokon szerzett tapasztalataimon kívül részletesen kitérek lovas továbbképző kurzusokon, valamint a szakirodalom tanulmányozás során gyűjtött ismeretekre is.

A célom, hogy megismertessem az olvasóval a belovaglás jelentőségét, a lovak viselkedési jeleit, a megfelelő felszerelés-választást, az alapképzés elméleti és gyakorlati módszereit, a türelem és az alapos munka fontosságát, továbbá a szakágakra való továbbképzés lényegesebb pontjait. Több olyan pozitív és negatív tényezőt is kifejték, amelyek nagyban befolyásolhatják a munka menetét. Továbbá részleteiben taglalom a lovas felé támasztott legfontosabb elvárásokat. Az alapismeretek hiányában a csikó nem fejlődik megfelelően a képzése során. A biztos tudással rendelkező kiképző kiemelten fontos, mert a fiatal lónak nagymértékben segíthet a feladatok megértésében és megfelelő végrehajtásában.

Bemutatom különböző lóképzők leggyakrabban alkalmazott módszereit, amelyek nagyban befolyásolják a ló és lovasa közti kapcsolat kiépítésének fontosságát és végrehajtásának kritikus pontjait. A jól kiépített kapcsolat nagyban hozzájárul a csikó sikeres tanításához és fejlődéséhez. Megvizsgálom, hogy a fentiek hiánya, illetve a képzés lépéseinek nem megfelelő sorrend szerinti követése milyen káros következményekkel járhat, valamint mennyiben hátráltatja a munkát. Rámutatok azokra a tényezőkre, amelyek a fiatal ló és lovasa közti bizalom kialakulásához, kettejük összhangjához, és ezáltal az örömteli és sikeres közös munkához vezetnek.

A dolgozatban szereplő képek kizárólag esztétikai illusztrációként szolgálnak; céljuk, hogy látványvilágában támogassák a bemutatott témák befogadását; közelebb hozzák a témát az olvasóhoz, gazdagítva ezzel az olvasási élményt, tartalmi kiegészítő szerepet azonban nem töltenek be.

2 Szakirodalmi áttekintés

2.1 A csikónevelésről általánosságban

A megfelelő nevelés már csikókorban megkezdődik, hogy korán kialakuljon a kiképző iránti bizalom. A bizalom lényeges eleme a következetesség. A nevelőnek határozottan kell eljárnia, ellenkező esetben a kiképző bizonytalansága a ló ellenszegülését válthatja ki. A tekintély elősegíti, hogy a csikó a kiképzőt rangban felette állóként ismerje el.

A csikók születésétől jelen kell lenni, segíteni a kancának és az újszülöttnak az esetleges szövődmények megelőzése érdekében. Az ellés után fontos a csikó megtörölgetése, az érzékszervek vizsgálata, és ha patára állt, a szoptatásban való támogatása, hogy a csecset el tudja érni. Ezáltal a csikó már korai életszakaszában megismerkedhet az emberrel, és a későbbiek során nem lesznek vele szemben félelmei.



1. kép Pihenő póni a karámban

Egyes esetekben a kanca az ellést követően elrúgja magától a csikóját, ilyenkor az anyát meg kell fejni, és cumisüvegből kell táplálni a kicsit, természetesen ilyenkor is kulcsfontosságú az ember jelenléte. Az anyakancának és csemetéjének biztosítani kell a biztonságot és a nyugalmat, ami főleg versenystállóban lényeges, hiszen boxokban történik az ellés. Megkezdődik az ismerkedés a kanca és a csikója között, elmúlnak a kanca fájdalmai, a kiscsikó pedig megteszi első lépéseit, botladozik, és játszadozásba kezd. Ezt követően elkezdődik a kanca és utódja fokozatos kiszoktatása, amelyet követően a külvilág is elkezd formálni a kiscsikót.

A szakszerű tartás, a megfelelő bánásmód, a szeretet és a gondoskodás biztosítása nemcsak a csikónevelés során fontos, hanem a kifejlett vagy idősebb állatok tartása esetében is nélkülözhetetlen. A lótenyésztés során szem előtt kell tartani azt az alapelvet, hogy a lovakat lovaknak kell hagyni. A túl korán megkezdett munka hamar feszültséget okozhat az állatban, és kellemetlenné válhat számára. Gondot okozhat, ha a lovat nem engedik ki karámba, és csak a munka során hagyhatja el a boxát. A ló nevelése szempontjából

legsúlyosabb hatása azonban a bántalmazásnak van. A fenti tenyésztők következménye, hogy ideges, úgynevezett *elrontott* ló válhat a csikóból, amit a későbbiekben nehéz helyrehozni, és sajnos ennek megfelelően az ilyen ló képzése is jelentősen hosszabb időt vehet igénybe, mint ha az megfelelő körülmények között zajlott volna.

A fiatal csikók a tiszteletet már a ménésben megtanulják az anyjuktól és az idősebb lovaktól, akiket követni kezdenek, és akik példaképekké válnak számukra. Ebben az élet szakaszban a fiatal állat kiképzési céljainak megfelelően formálható a tartási környezet is. A kültérmozgás és a ménésben zajlójáték egyaránt erősíti a csikókat, valamint az emberrel és más lovakkal való szocializációjukat és többlet energiájuk levezetését is elősegíti.



2. kép Táplálkozó lovak

A csikó akkor válik munkabíró, hosszú távon használható, edzett és egészséges lóvá, ha szopós korától szakszerű ápolásban részesül. A későbbi nehézségek elhárítása érdekében már fiatal korban hozzá kell szoktatni a lábfelvételhez, illetve korán kell elkezdni a pataápolást is. Az utóbbi azért lényeges, mert ha figyeljük a lábvégeket, a lábállást, a pata formáját, az esetleges rendellenességek egy része, például a deformálódás, a szarutúlnövés vagy a hibás lábvégekben a korban még nagy eséllyel kezelhető, javítható. A csikó három hónapos korában történik meg a szőrváltás, ebben a korban érdemes az ápoláshoz szoktatni. Ebben az időszakban bágyadtabbak, és a viszkető bőrüknek is jól esik, ha kefélik őket. Így kezelhetőbbé válnak.

A kötőfékhez való szoktatás szintén lényeges. Már újszülött csikók fejére is szoktak puha, vékony, gyengéd anyagból készült kötőféket tenni, hogy megismerkedjen annak az érzésével. Célszerű, hogy ez legkésőbb 4-5 hónapos korukig megtörténjen. A vezetgetéshez és a zaboláshoz való gyakori kikötés segíthet a későbbi állandó kikötéshez szoktatni a lovat.

A kiscsikó életének egyik legmeggrázóbb eseménye az anyakancától való elválasztás. Ez megfelelő esetben általában 5-6 hónapos korban történik meg, amikor a jól fejlett csikó már elérte a korának megfelelő súlyát és testméretét. Ha zökkenőmentesen történik az

elválasztás, ez a későbbi tanításra is pozitív hatással lehet. Az elválasztásnak több módszere is van a csikó, illetve a kanca egészségügyi állapotától függően. Ha a csikó fejletlen, akkor fokozatos elválasztás javasolt, kezdetben csak délután és este maradhat az anyja mellett, majd csak este, így fokozatosan önálló táplálkozásra kényszerül, és kevésbé sínyli meg az elválasztást. Ha fejlett csikóról van szó, és vannak más elválasztható csikók is, megkönnyíti az elválasztás folyamatát, ha csoportosan – kettesével vagy hármával – kerülnek egy az anyjuktól távol eső istállóba. Hirtelen választás is választható, ha a csikó bőségesen fogyasztja a takarmányt. Ebben az esetben egymástól távoli boxokba helyezik a csikót és az anyakancát, hogyne hallják egymás nyerítését. Köztenyésztésben előfordul, hogy a fentiek közül egyik módszer sem alkalmazható, ilyen esetekben a csikót és az anyját egymástól távol kötik ki, illetve nem engedik őket egy időben össze, hogy a csikó szoptatása megghiúsuljon. Az elválasztáskor nyomon kell követni a csikó egészségi állapotát az esetleges fejlődési visszaesés kiküszöbölése érdekében, valamint ebből kifolyólag a takarmányozásra is kiemelten kell ügyelni, hogy megfelelő vitamin- és tápanyag ellátásban részesüljön a fiatal ló.

A csikónevelés során a munka játékossága is fontos, mert ezáltal a későbbiekben azt kevésbé élik nyűgnek meg. A nevelés a fajtától függően is eltér, a telivér és ügető csikók, például, 18 hónaposan vagy idomító telepre kerülnek, vagy maradnak a korábbi tenyészetben, és ott szigorú kiképzésben részesülnek, hogy kétéves korukra már versenyezzenek. Összességében a fiatal ló nevelése egyaránt függ annak céljától, a ló fajtájától és életkorától.

Az edzések intenzitását fokozatosan kell növelni, hogy ne váljon a lovak számára túlzottan megterhelővé, mivel fiatal lovakról van szó. Megfelelő pályán eleinte rövidebb ideig érdemes léptetni a lovat, majd először a léptetés idejét, illetve hosszát kell növelni. Ezt követően az ügetés is megkezdődhet, majd idővel pedig a vágta. Általános alapelv, hogy lépéssel kezdjük és lépéssel fejezzük be a munkát, hogy azt megelőzően megtörténjen a megfelelő bemelegítés, a befejezésnél pedig megnyugtatóképp szolgál a levezető lépés. A képzés és edzés mellett el kell kezdeni a futószárazást és a belovaglást is, hogy megfelelő alapokkal történjen a képzés magasabb szintű folytatása.

A képzés céljának, illetve a fajtának megfelelően megkezdődhet a fiatal ló magasabb szintű képzése, ami majd felkészíti az állatot a választott lovassport szakágára, hogy a későbbiekben versenyen is megállja a helyét (Halász, 1955).

2.2 Monty Roberts¹módszere

A módszer a ló természetes kommunikációján, valamint a ló és az ember különleges kapcsolatán alapszik. A Monty Roberts névvel fémjelzett módszernek a világon számtalan követője van. Monty Roberts szerint ahhoz, hogy sikeresebb legyen a képzés és a ló tanítása, a kiképzőnek elsősorban önmagát kell a ló helyébe képzelnie. Az ember hajlamos elfelejteni, hogy ezek az erős, nagyszerű és kifinomult lények menekülő állatok, megijedhetnek az újszerű és hangos behatásoktól. Az új feladatok elvégzése ugyancsak nehezebb, ha a lovas ideges és mérges a lóra; ilyenkor a háta fenyegetve érezheti magát, és félelmében fogja elvégezni az adott gyakorlatot, vágy ellenkezni fog. A lóval való megfelelő kommunikáció lényeges, hiszen minél kíméletesebb és harmonikus bánásmóddal zajlik a képzés a ló számára, annál magabiztosabbá válik a ló és a tartója egyaránt, valamint annál szilárdabb bizalmi kapcsolat alakul ki közöttük.

Monty Roberts (2001) *csatlakozásnak*² nevezi a lovakkal kialakuló kapcsolatot és kommunikációt. A *csatlakozás* elején, kifejezetten új ló esetében fontos, hogy nem szabad az állat szabadságát korlátozni, például az orrba legyintés vagy szoros kikötés kerülendő, mert ez menekülésre készíti. A módszerhez kiváló terep a körkarám, mivel ez elősegíti a haladási irány áramlásának folytonosságát. Egy sarkos karám erre a célra azért nem megfelelő, mert az megszakítja ezt az áramlást, a ló pedig megáll a sarokban.

2.2.1 A csatlakozás lépései és menete

A lovat bevezetik a körkarámba, míg a kiképző középen áll, ezzel megismerteti magát a lóval. Kis ismerkedés történik, majd az embernek hagynia kell, hogy a ló otthagyja. A középen álló ember szembefordul a lóval, szemét a ló szemére szegezi, ezzel a kiképző felveszi a ragadozó szerepet, így a fiatal ló menekülni kezd, és a karám széléhez húzódva vágat. Az ember folyamatosan követi kihúzott vállal, testével a lovat, és a tekintetét a hátason tartja, ezzel képletesen eltaszítva a lovat.

A lovak menekülési távolsága körülbelül hat-hétszáz méter, ha ezt megtették, akkor a ragadozóval *tárgyalásba* kezdenek. A hosszas menekülés fárasztja a lovakat, ezért választják

¹ Monty Roberts amerikai lókiképző, Nevadában a vadon élő musztángokat megfigyelve alakította ki a humánusabb módszerét, ami a testbeszéden alapszik. Forrás: <https://montyroberts.com/>

² A *csatlakozás* erőszakmentes kommunikáció a lóval, melynek lényege, hogy a ló úgy dönt, hogy az ember közelében szeretne lenni, a ló vágyik erre a közelségre, ugyanis ez egy bizalmon alapuló kapcsolat kezdete.

a megállapodást. Az ember ilyenkor továbbra is a ló felé fordul, és tartja a vele való szemkontaktust, de figyelemmel kell kísérnie a *tárgyalás* jeleit is.

A lovak *tárgyalási* szándékának megfigyelhető jeleit foglalom össze az alábbiakban. A ló arra fordítja a fülét, ahol a kiképző van és úgy is hagyja, ezzel a tisztelet és a *tárgyalás* szándékának jelét adva. A következő jel, hogy az ember felé kezd közeledni, illetve távolodik a faltól, a kiképző ilyenkor a testtartásának megőrzésével megakadályozza, hogy a ló közeledjen. A következő jelek a nyalogatás és rágcsálgatás, ami azt jelenti, hogy nincs



3. kép A nyugodt ló tekintete

a hátsban félelem a bántódástól, és tanúsít már annyi bizalmat az ember felé, ami felbátorítja a közeledésre. Ha a földig hatja a fejét, azzal azt sugallja, hogy nyitott a *tárgyalásra*, valamint ennek vezetésének átadására is.

Ha a kiképző felismerte ezeket a jeleket, akkor megszünteti a szemkontaktust, és annyira fordul el a lótól, hogy a vállával negyvenöt fokos szöget zárjon be. Az ember így azt jelzi, hogy a ló közeledjen hozzá, ahelyett, hogy elmenekülne. A kiképző mozdulatlan, de a ló megközelíti őt, orrával kinyúl felé, akár meg is böki a hátát. Ez a *csatlakozás* pillanata, a ló elfogadta a ragadozót. Van olyan háts, amelyik nem áll készen a *csatlakozásra*, elmenekül, de ekkor sem szabad büntetni a lovat, hanem meg kell ismételni a folyamatot. Sikeres *csatlakozás* esetén a kiképző lassan megfordul, szemkontaktust ilyenkor nem kezdeményez, mert az a ló menekülését váltja ki; ehelyett helyesen a ló első két lába között elnéz, vállait lent tartja, csuklóját behajlítja, és zárt ujjakkal a két szeme közötti területet megsimogatja, ez a *jutalom* a *csatlakozásért*.

A jutalom után az ember tetszése szerint elindulhat sétálni a körkarám területén, a ló pedig követni fogja, és az orra végig a kiképző közelében van, ez a *követés*. Az ember ismét megáll, lassan megfordul, és megint megdicséri a lovat, ezzel megerősíti a kialakult kapcsolatot. Ez a tanulás alapszakasza.

Mielőtt komoly munkát bíz az ember a lóra, először el kell nyernie a bizalmát, meg kell erősítenie, hogy nem ragadozó. Ezt a következő módon lehet elérni. A kiképző mindkét kezével végigsimítja, vagy megmasszírozza a ló azon részeit, amelyekre a leggyakrabban támadnak a ragadozók, ezek a nyak, a hát és a végtagok. Miután megtörtént a simogatás, az ember félresétál, ezzel megmutatja, hogy nincs szándékában bántani. Az ember felemeli a ló lábait, majd leteszi, és félresétál, ugyanazzal az üzenettel, mint az előbb. A kiképzés során ugyanígy kell tenni a nyeregalátéttel, a nyereggel, a kantárral és végül a lovassal is.

Ha a ló nem hajlandó elfogadni a nyeret, akkor a kiképzőnek el kell magától küldenie a lovat, és kérnie kell tőle, hogy fusson körbe a karám mentén, tehát előlről kell kezdeni a gyakorlatot. Ez vonatkozik a kantár és a többi felszerelés esetére is.

Amikor a lónak a zablát a szájába helyezik, ez elfeledtetni vele, hogy a nyereg a hátán van, tehát a figyelme másra összpontosul, amelynek a lényege, hogy ha egy kellemetlen dolog köti le az állat figyelmét, akkor ennek elterelésével az eredetileg a negatív élmény rövid idő alatt megszüntethető, vagy pozitív élménnyé fordítható át. Fontos, hogy elkerüljük a lóval szembeni erőszakot, és fájdalmat sem szabad okozni neki, mert az ellenszegülést vált ki.

Akkor sikeres a munka, ha a ló elfogadta a felszereléseket és a lovast, valamint önszántából az ember mellett marad, ami stabil kapcsolatot és kommunikációt feltételez. Nem szabad egyetlen lépést sem kihagyni, vagy a folyamatot felgyorsítani, mert mindegyik lépés nélkülözhetetlen, és meghatározott szerepet tölt be a kapcsolat kialakításában. A csikónak időt kell hagyni, hogy elfogadja a vezetőjét, a felszereléseket, valamint a lovast a hátán. A lónak meg kell hagyni a választás lehetőségét, így nagyobb lesz a képzés sikerének esélye is. Ha valami a képzés folyamatában esetlegesen nem sikerült, akkor nem kell ragaszkodni az adott képzési szakaszhoz, hanem az elejéről kell kezdeni a folyamatot.

A fenti módszer többszöri alkalmazása elmélyíti a kapcsolatot ló és lovasa között, valamint, ha a csikó fokozatosan egyre nagyobb bizalommal fordul az ember felé a földről, akkor a hátán is nagyobb eséllyel fog benne bízni. A ló hátán is meg kell őrizni a kialakított kapcsolatot; hagyni kell, hogy a csikó megszokja és felmérje az újszerű helyzetet.

A *csatlakozás* egyfajta kommunikáció, ami elengedhetetlen a közös munka során. Ez a kommunikációrészben a mentális sérülések elkerülését szolgálja. Egyéb esetben a ló egész életében jelen lehetnek a nem megfelelő betanítás során keletkezett sérelmek nyomai. Ezekben az esetekben tovább tarthat a fiatal hátló kiképzése, mert a csikó a kezdeti rossz

jelzések miatt összezavarodhat, és félelmei támadhatnak. A lovakkal történő megfelelő kommunikáció és bizalom egy biztos alapot szolgál; ha a trenírozás során ezt az alapot nemcsak kialakítják, de meg is őrzik, akkor ez a későbbi munkát is lényegesen megkönnyíti.

2.3 A fiatal hátszló alapkiképzésének kezdete

2.3.1 A viselkedés fontosabb irányadójelei

Függetlenül attól, hogy milyen célra szeretnénk kiképezni a lovat, fontos, hogy olyan alapokat biztosítsunk a tanítás során, amelyekre a későbbiekben építkezni lehet. Mivel a ló számára a pozitív élmények biztosítása kedvezőbb hosszú távon, ezért fokozatosan, lépésről lépésre kell haladni a belovaglás során, hogy ne zavarjuk össze a lovat, és értse a feladatot. A Reiner Klimke³ (1997) által lefektetett alapelvek sok segítséget nyújtanak a belovaglóknak.

A ló nevelése már csikókorban elkezdődik, ha már tiszteli az embert, ismeri, és stabilan dolgozik a földről, akkor fokozatosan sorra kerülhet a következő lépés. Számos szakembernek helyesli az éves, kétéves csikóval való munkát, a sajátos növekedési ütem és az egyensúlyozás miatt. Valóban ügyelni kell arra, hogy az ízületek, a csontok és az ín ne sérüljenek, vagy gyengüljenek meg. Az angol telivérek kétévesen kezdenek versenyezni, háromévesen a derbit futják, ellentétben a többi melegvérű lóval. Az utóbbiak esetében legalább a hároméves kort érdemes megvárni, hogy a lovunk egészséges legyen a későbbiekben mind mentális, mind fizikális állapotát tekintve.



4. kép Futószáras edzés Makerrel

Folyamatosan figyelemmel kell kísérni a lovat a képzés során. Meg kell figyelni a ló pszichikai állapotát, és annak megfelelően kell cselekedni. Megfigyelésének tárgyai a következők: a szem, a fül, az arc kifejezés, a farok, a hang, a horkantás, a prüsszölés, az izzadás és a ló járása.

Ha a ló tágra nyílt szemeiben a fehérje (szaruhártya) jelentős mértékben látható, az arra utalhat, hogy a ló fokozott izgalmi állapotban van, ezért a kiképzőnek fel kell készülnie az esetleges hirtelen mozdulásokra, de azt is jelentheti, hogy az állat fél, vagy valami nagyon

³ Reiner Klimke német lovas versenyző és lókiképző, aki egyéniben és csapatban hat olimpiai aranyat nyert. Forrás: https://en.wikipedia.org/wiki/Reiner_Klimke

felkeltette az érdeklődését, ezért minél hamarabb el kell érni, hogy a lovasára figyeljen. A fül segíthet megérteni a ló kedélyállapotát. Ha a ló hátracsapja a fülét, például a felszerelés láttán, akkor erről negatív élménye lehet, így óvatosabban és nyugodtan kell a felszereléseket a lóra helyezni. A ló mimikájára, például az orrnyílások tágulására is érdemes figyelni, mert ha azok gyorsan tágulnak, akkor az is az izgatottság jele lehet. A fark mozgásánál, ha az lassan mozog és elengedett, akkor ez a ló nyugalomára utal. Amikor például a lovas ül a lován, és csizmasegítségre a ló elkezd csapkodni a farkát, akkor a háttal ezzel a nemtetszését fejezi ki. A hangok alapján többféle érzelmet is fel lehet ismerni. Például egy energikus vagy izgatott ló sokat nyerít, általában magasabb hangon. Egy nyugodt, ellazult ló prüsszöl; munka közben, ha üget vagy vágtázik a csikó, és prüsszöl mellette, akkor az azt mutatja meg, hogy feloldódott. Egy jól megdolgoztatott ló természetes jele az izzadás, az edzés intenzitásától függően. Ez azt jelenti, hogy kiválóan dolgozott, és az izmait is kielégítően használta. A ló mozgása sok mindent elárulhat arról, hogy hogyan teljesít, vagy netán figyel-e. Ha a ló lassan és lustán lépked, akkor az a figyelem csökkenését jelenti, ebben az esetben lehet fokozni a járás ütemét, hogy a figyelme a feladatra irányuljon. A ló jelzései irányadók lehetnek abban is, hogy mit és hogyan érdemes a munkájukban folytatni. A jelek figyelmen kívül hagyása a későbbiekben gondot okozhat, megtorpanhat a munka, esetleg negatív irányba is eltolódhat, ami a ló számára akár káros lehet.

2.3.2 Ismerkedés a felszereléssel

A ló már csikó korában megismerkedett az ápoló szerszámokkal, kötőfékkal és vezetőszárral. Következő lépés a nyereghez, a kantárhoz, illetve a zablához való szoktatás. Türelmesnek kell lenni, mert a fiatal ló számára ezek idegen tárgyak, így félelmetesek lehetnek a számára. Nehéz természetű lovak esetén van egy különleges módszer: kihasználni a ló etetéshez fűződő kellemes emlékeket. Segít, ha az abrakos edénnyel együtt visszük a felszereléseket, és amíg a ló eszik, addig fel lehet tenni a takarót a hátára, a nyeret, a hevedert és az ínvédőt.

Mielőtt elkezdjük a nyereghez való szoktatást, fontos néhány dolgot megvizsgálni a nyereggel kapcsolatban. Olyan nyeret kell használni, ami a ló testformájához illeszkedik, meg kell nézni, hogy a nyereg alátét nélkül jól illeszkedi-e a ló hátán. Gyakori hiba, hogy a lovas olyan nyeret választ, ami számára kényelmes, de a ló hátának nem megfelelő. Kitörheti a marját, nyomhatja bizonyos pontokon a hátát, ami negatív élmény a csikó számára, így a képzést hátráltathatja. Ellenkezni fog a nyereg láttán, mert ez fájdalmat okoz. Ezért a lóhoz

kell választani a megfelelő nyeret. Érdeemes olyan nyeret beszerezni, ami sokoldalú, több célra alkalmas.

Nyergelés előtt érdemes kevesebb felszereléssel megismertetni a fiatal lovat. Először kengyel és heveder nélkül érdemes ezt megpróbálni. A boxban kell végezni a nyergelést, mert a ló számára az egy pozitív hely, így nem köti össze semmi negatívummal a nyeret. A hevederre különösen figyelni kell. Hirtelen húzás esetén – érzékeny lovak esetében gyenge húzásnál is – a földhöz vághatja magát a ló, és kialakulhat a hevederiszony. Emellett fontos, hogy a ló ne fújja fel magát. Miután a lóra felkerült a heveder, egy héten keresztül fokozatosan kell húzni a hevederen, hogy megismerje az érzését.

Meg lehet ismertetni a lóval a heveder érzését korábban is a futószáras hevederrel. Akárcsak a nyereg esetében, rendkívüli figyelemmel kell szoktatni, megismertetni a fiatal lóval. Már kétéves kort betöltött csikóknál is használható, a futószárazás, a vezetés, felvezetés és az egyéb munkákhoz is. Ez kitűnő alapot biztosít a nyereghez való szoktatáshoz. A ló és a nyereg viszonya nem lehet rossz. Szoktatáshoz mindig tegyük fel, még ha nincs is használatban, mert fontos a gyakorlás. Amikor elérkezik a betanítás, akkor a ló számára a nyereg már régi ismerőse lesz, és így a képzés is zökkenő mentesebben zajlik.

A nyereghez hasonlatosan olyan kantárt kell választani, amely megfelelően illeszkedik a ló fejformájához. Zabla esetében, betanításnál egyszerű csikózabla használatos, de lehet más zablát is alkalmazni. A későbbiekben még lehet változtatni zablát, figyelembe véve a ló száját. A puha szájú lovak esetén vastag zablát, a keményszájú lovaknál meg vékonyabbat használnak. Helyesen kell feküdnie a zablának a ló szájában, ugyanis, ha nem illeszkedik jól, idővel fájdalmat okoz, ami elrohanást és menekülést vált ki a lóból. A helyesen illesztett zablánál jobban fogja érteni a fiatal ló a segítségadásokat. Az LPO⁴ által elfogadott zablák közé tartoznak az alábbiak:

- csikózabla: egyszerű, egyszer megtört, gömbölyű, fémből vagy gumiból készült zablatesttel;
- olajbogyó fejű (csuklós) zabla: egyszerű, egyszer megtört, gömbölyű, fémből vagy gumiból készült zablatesttel;

⁴ Die Leistungs- Prüfungs- Ordnung (Teljesítményvizsgálati szabályzat, németországi lovasverseny szabályzat. Forrás: <https://www.pferd-aktuell.de/turniersport/turnierpferd/fei-pass-und-fei-registrierung>)

- pálcás zabla: egyszerű, egyszer megtört, gömbölyű zablatesttel, alul vagy felül pálcával;
- egyszerű, egy testű gumizabla;
- versenyzabla: egyszerű, egyszer megtört, gömbölyű, fémből vagy gumiból készült zablatesttel.

Orrszíj, illetve orzó különböző típusai hozzáférhetők, de mindegyiknek más funkciója van. Az LPO által elfogadott orzók és funkciójuk:

- a hannoveri orrfék célja, hogy a ló száját csukva tartsa, amivel megakadályozza a ló állkapcsának mozgását, így nem tér ki a zabla elől;
- az angol orrfék célja, hogy a csikózabla felett hasson, hasonlít a nagy kantár orzójához;
- a mexikói orrfék: két állszíja van, célja, hogy az orresontra fejtsen ki nagyobb nyomást;
- a kombinált orrfék, ami alapvetően angol orrfék, amihez van a hannoverihez hasonló segéd orrszíj, tehát megakadályozza a zabla előli kitérést.



5. kép A kantár helyes illeszkedése

Az orrszíjnál fontos, hogy megfelelően szorosan húzzák meg. A túl feszes orrszíj a következő problémákat idézheti elő: a száj ellenállása, a levegővétel korlátozása (a ló csak az orrán keresztül képes lélegezni), a fiatal ló beszorítottnak érzi magát, a száj élettelen lesz, illetve a kézzel szembeni ellenállás. A későbbiekben a ló elkezdheti időnként a nyelvét mutatni, amit aztán tartósan nem lehet megszüntetni. Azzal lehet korrigálni ezeket a hibákat, ha az orrszíjat meglazítják, vagy ha ideiglenesen angol orzóval helyettesítik az orrszíjat. A helyesen csatolt orrszíj lényege, hogy az orr és az orrszíj között körülbelül két-három ujjnyi hely legyen, így a ló nem érzi magát beszorítva, viszont csukott szájtartásra kényszerül.

A kantározást etetés után érdemes elvégezni, hiszen akkor nem az ételre fog figyelni, hanem a lovasára és a felszerelésre (Klimke, 1997).

2.3.3 Az alapképzés néhány jellemzője

Miután a kiképző munka feladatköre megszorodik, a lovas lesz a legfőbb személy a fiatal ló kiképzése folyamán. Az első ráülésig a futószáras munka elengedhetetlen, mert ez alatta ló megfelelő alapokat szerez, fejleszti egyensúlyát, valamint izmosodik is, hogy készen álljon arra, hogy a lovasa rá tudjon ülni. Lovaglás helyett futószárazással is lehet helyettesíteni az aznapi munkát, megfigyelhető, hogy hogyan néz ki lentről, amit a nyeregben érez a lovas. A hosszú futószáras munka nem vezet sok eredményre, ugyanis, ha megkezdődik a nyeregbe történő ráülés, akkor a ló kifáradhat, mire megkezdődik a nyereg alatti munka. A futószáras munka az elején még tarthat hosszabb ideig, de az idő előre haladtával elegendő 15-20 perc futószárazás is. Ez a futószárazási idő elegendő arra, hogy a ló feloldja a feszültségét, különösen háti és nyaki tájékon. Futószárazni ugyanolyan nehéz, mint lovagolni, így ehhez is sok tapasztalat szükséges, mert a szakszerűtlen eljárás nagy kárt okozhat. Az első ráülés is komoly munkát igényel, a ló számára ez is egy jelentős fordulópont, ami ugyancsak rengeteg türelmet és időt igényel (Klimke, 1997).

Az alapképzés hozzávetőlegesen egy-másfél évig tarthat, de pontos időtartalma függ a ló érettségétől, fajtájától, vérmérsékletétől, valamint a foglalkozás minőségétől is. Ebben az időintervallumban az a legfontosabb, hogy a stabilan és nagyfokú türelemmel vezetett munka során a fiatal lóval meg kell értetni a feladatokat, ez azonban nem jelenti azt, hogy az állat azok végrehajtására is képes. Érés időt kell hagyni a ló számára. Ha biztos eredményt szeretnénk elérni, megfontolt, tervszerű, következetes és kitartó munkára lesz szükség, amit semmi esetre sem szabad siettetni. Ha a ló megszerzi a biztos alapokat, utána szinte ugrásszerűen fog fejlődni a további képzés során.

Akkor érte el célját a fiatal ló képzése, ha a csikó az alábbi feltételeket teljesíti: minden befolyást megszokott, ami a lóra hat, ilyenek például a környezete, a kiképző istálló, a különböző pályák; lovassal képes kommunikálni, ismeri a lovas által nyújtott segítségadásokat – ideértve a testsúly-, a lábszár- és a szársegítséget –, és azokra megtanult helyesen reagálni; bizalma, ereje, ügyessége és kitartása annyit erősödött, hogy képes kezdő feladatokat tartalmazó versenyeken (kezdő kategóriájú díjlovaglás, díjugratás, valamint megfelelő iram mellett történő terepugratás) elindulni, és nagyobb hiba nélkül teljesíteni.

Az alapképzés végére jól ismeri az embert a hátán, lovasa súlyát és jól megy mindhárom jármódban. Ekkor újabb nagy fordulópont következik be a fiatal ló életében, a szakágra való szakosodás. Ezt a ló képzésének harmadik évétől lehet elkezdni, ennél

korábban csak az alapokat döntjük romba vele. Fontos, hogy stabil tudással rendelkezzen, amire lehet építkezni. A könnyűosztályú, általános képzettségi szinten kell lennie a lónak, illetve egyes középosztálybeli feladatokat is ismernie kell (Szikszai- Rozmán és Jónás, 2011).

2.4 Futószáras munka

A futószáras munka, mind a lovasok, mind a ló képzésében sokoldalúan alkalmazható: a fiatal lovakat megismertetjük a felszereléssel, például a nyereggel, a kantárral, a fogatszerszámmal; elérhetjük a lónál az ütemességet, a támaszkodást, az elengedettséget; munka előtti bemelegítésnek kiváló; idomítás előkészítését is szolgálja; elrontott lovak esetén a futószárazás segít abban, hogy a hibákat kijavítsuk; a belovaglás előkészítésében is segít; fontos a küllemi hibák javításában; a ló betegsége esetén és sérülés utáni felépülésében is segíthet; kezdő lovas képzésének elengedhetetlen része a futószárazás; kiegészítő munka a ló számára; valamint hippoterápiás⁵ lovagoltatásban is alkalmazzák. A futószárazó ember megfigyelheti a lovát a földről, megvizsgálhatja a ló mozgását, illetve a lovas tartását. A megfelelő és szakszerű tudás ebben az esetben is szükséges, hogy a ló, illetve lovas képzése sikeres legyen.

Elengedhetetlen a megfelelő felszerelés; megkülönböztetünk alapfelszerelést és speciális felszerelést. Az alapfelszerelés elemei közé tartozik a nyereg, csikókantár, a kapicán, a felsőheveder, a kikötőszár, az ostor, a futószár, a lábszárvédő vagy a fásli. Speciális felszerelésnek minősül a kettős futószár.

A komoly munka, minden fiatal ló – akár egy háts-, akár egy fogatló – számára a futószáron kezdődik el, amely a későbbiekben befolyásolni fogja a ló teljesítményét és a munkához való viszonyát. A futószáras felszereléseket is meg kell ismertetni a csikóval, de mindenképpen szükséges egysegítő. A fiatal ló megijedhet és kitörhet, azért balesetek megelőzése szempontjából is fontos a segítő jelenléte.

Fontos megismertetni a lóval a környezetet, amelyben tanulni fog, ezért engedjük el a lovat, nézzen körül, szaglásszon kedvére. Körbekerített helyen érdemes végezni a futószárazást, fedett lovarda előnyben részesítése mellett. Ha a ló megismerkedett a környezetével, megszokta a felszerelést is, akkor kezdődhet el a munka. A segéd kivezeti a lovat a patanyomra, a futószárazó néhány méter távolságban velük megy, az előremenetét az

⁵ A hippoterápia mozgás sérült vagy mozgáskorlátozott emberek számára alkalmazott lovasterápia.

ostor biztosítja. A cél, hogy a ló nyugodtan lépjen a külső behatárolás mentén. Ha megtettek így néhány kört, a futószárazó visszahúzódik a futószár mentén az ostor mögé, nagyjából a kör közepére, miközben könnyű érintkezést tart fenn a ló szájával. Ha a ló a kör közepe felé halad, finoman az ostorral jelezni kell, így a futószárazó emberrel, valamint a futószárral és az ostorral is megismerkedik a csikó.

Miután megtörtént a bemelegítés, és a ló nyugodtan lépked, akkor segítséggel, főleg hanggal elindíthatjuk ügetésben. Tizenöt perc munka után jöhet a másik kéz. Fontos, hogy az első futószárazás 30 perces legyen, mert a lónak bizalmat kell adni a munkához. Ha a ló ellenszegülne, azt határozottan kell kezelni.

Az első néhány alkalommal a lépést és az ügetést kell gyakorolni, a vágta akkor mehet, ha a ló felajánlja, és addig engedjük neki, amíg nyugodt és ellenőrzés alatt tudjuk tartani. A segítség adás mértéke és határozottsága is fontos. A röviden, de energikus hanggal adott előrehajtó utasítások az ostor szerepét testesíti meg, míg a mély tónusú, elnyújtott és nyugtató felvevő hangok a segítséget, a futószárat erősítik meg. Ha a ló az első segítségre nem reagál, azonnal határozottan, erősebb formában kell megismételni, viszont végtelen türelemmel kell végezni.

Három-négy nap után következhet a kikötőszár megismertetése, amelynek lényege, hogy a ló mozgásában a természetes tartását ne zavarjuk meg. Az, hogy a kikötőszárakat milyen hosszúságban és magasságban csatoljuk fel, a ló alkatától, intelligenciájától és érettségétől függ. A kikötőszárak felcsatolása a vállízület és a könyök közötti magasságban történik, fontos, hogy mindkét vége egyforma hosszú legyen. Ez abban fog segíteni, hogy a fiatal ló a nyakát előre és lefelé nyújtsa, így a külső száron keresi a támaszkodást. Ez a munka 4-6 héten keresztül történik, ezután a ló készen áll egy stabil ülésű lovas súlyára.

„Tapasztalati tény, hogy minél nyugodtabban zajlik az előkészítő szakasz, annál kevesebb probléma adódik az első felüléskor, és a ló annál könnyebben éli meg pályafutása egyik legfontosabb szakaszát.”(Agócs-Komjáthy és Kovács, 2002)⁶

A futószáras munka során több dologra is tanítható, idomítható a ló, többek között előkészítésként szolgál a nyeregben való munkához. Megfelelő felszereléssel és tapasztalattal elérhetjük, hogy a csikó lovas nélkül is támaszkodjon és a hátsó lábaival is megfelelően dolgozzon, ne csak az elsőekkel.

⁶Agócs M., Komjáthy Gy., Kovács I.(2002): A futószárazás, Képzőművészeti Kiadó, 45 p.

Kettős futószáras⁷ munkát akkor érdemes elkezdni, mikor a csikó már jól ismeri a felszereléseket (vagyis lehet nyergelni és gond nélkül futószárazni). Ez abban segít, hogy a ló lendületesen mozogjon, jobb tartást biztosít, összeszedettséget, engedelmességet és átengedőséget is hamar el lehet vele érni, valamint kialakít egy jó ütemet és ritmust. A futószárazó embernek így van lehetősége, hogy a ló hátsó részének kiesését megakadályozza, így a csikó jobban elfogadja a terhelést is. Elősegíti a jobb támaszkodást, valamint jobban fog a ló hátsó részből dolgozni. Felhelyezésekor a szárat a nyeregbe helyezik, a karabinert addig engedik, míg a földre nem ér, majd ezután a csatot hátulról előre átvezetik a kengyelen, és a zablakarikába csatolják. Másik oldalt is a kengyelen keresztül kell becsatolni, majd 45 fokos szögben kell tartani a szárat, ezt követően kezdődhet meg a munka.

Ha cavaletti⁸ munka során alkalmazzák a kikötőszárat, arra kell ügyelni, hogy a rudakkal történő munka előtt a kikötőszáron hosszabbítunk körülbelül 4-5 lyukat, hogy a csikó megfelelően, jó lendülettel és megakadás nélkül tudjon áthaladni az akadályokon (Agócs-Komjáthy és Kovács, 2002).

A leléptetésnél a kikötőszárat csatoljuk ki, ugyanis a ló számára ez egy jutalom, emellett tud nyújtózkodni, ellazulni és nyugodtan lépni.

A futószáras munkánál is lassan és nyugodtan kell haladni, egy fiatal csikó még rengeteget fejlődik, mire eléri a felnőtt kort (5-6. életév). A kikötőszárákkal nem szabad a természetes tartást és adottságot elrontani, valamint túlterhelni, és nagy elvárás elé állítani a lovat. A futószárazás során remek lehetőséget nyújt a ló és lovasa közötti kapcsolat mélyítésére. A körön való munka sok mindenre megtanítja a lovat és a lovast egyaránt. Nem célra vezető, ha gyorsan szeretne az ember elérni valamit egy fiatal lóval (Agócs-Komjáthy és Kovács, 2002). Fontos a türelem és a kitartás!

⁷ Speciális futószáras eszköz, amely azt a célt szolgálja, hogy a ló ne menjen el a külső vállán és jobban dolgozzon a hátsó lábaival. Forrás: <https://www.lovasok.hu/index-archive.php?i=48817>

⁸ A cavaletti egymás után lehelyezett rudakból álló akadálysor. A ló lábának edzésére szolgál.

2.5 Nicolas Blondeau módszere fiatal lovakkal

2.5.1 A ló és a lovas kapcsolata

A belovaglási időszakban van egy olyan nehézség, amit nem könnyű legyőzni. Ez a ló és lovas között fennálló kölcsönös félelem. Blondeau⁹ (2017) módszere ezzel a jelenséggel foglalkozik, hogy megkímélje a fiatal lovakat, illetve, hogy a tanulásban rejlő nehézségeken a ló és lovasa könnyedén átlendüljön. A lovakban ösztönös a félelem, mert menekülő állatok. Ami kilóg a jól ismert környezetéből, az mindig félelmetes, éppen ezért fokozatosan kell szoktatni a lovat az új dolgokhoz, ugyanúgy az ember harmonikus, finom gesztusaihoz is.

A módszer három napot igényel, és az első huszonnégy órában érhető el a lényeg: az ember iránt tanúsított tisztelet, ami alapvetően fontos. A lovat akkor lehet szeretni, ha tiszteli az embert, de ez ugyanakkor kölcsönös tiszteletet is jelent. A fiatal ló megtanulja akarata alárendelésének jelentését, a kiképző számára pedig azt jelenti, hogy annyit kell kérni a csikótól, amit biztos képes megcsinálni.

Blondeau módszere idősebb lovaknál is eredményes. Lényege, hogy a ló azon erősségeit használja fel, amely az ember számára előnyös, míg a többit elcsendesíti. Blondeau célja a módszerrel az volt, hogy a ló ellenkezését megszüntesse. Kiemelte, hogy a kapcsolat, tehát a *kontakt* is rendkívül fontos, amely hozzájárul a memóriafejlesztéshez, ezáltal a ló figyelni fog kiképzőjére, hallgatni fog rá és a rendelkezésére áll.

Példa a módszer alkalmazására: a ló szügyére adott kis pálcaütögetésre és a futószárra gyakorolt húzással együtt a ló előre mozdul, mert ez a két hatás a fiatal lóból az ember felé irányuló figyelmet váltja ki. A csikó jól szeretné magát érezni, ezért lép a kiképző felé, hogy a rossz érzéstől, tehát a húzástól szabaduljon, és az idomítóra hagyatkozik. Így válik az ember dominánssá ebben a helyzetben.

A kiképzőnek is tisztában kell lennie, hogy a ló magatartása minden tekintetben tőle függ. Fontos, hogy megfelelő tudással, időzítéssel és figyelemmel kísérje a lóval történő munkát, illetve viselkedését. Bizalom nélkül nem lesz hosszútávú, pozitív kapcsolat ló és lovasa között. Fontos, hogy a kiképző nyugalmat, határozottságot és tekintélyt sugározzon. Ha esetleg lábfelvétel vagy kötőfékezés közben a ló ellenkezik, akkor sem szabad félbehagyni a cselekvést, véghez kell vinni a kérést. A ló érezni fogja az elszántságot, és együttműködő

⁹ Nicolas Blondeau francia lókiképző, módszerének lényege, hogy a ló fizikailag és szellemileg is ellazuljon, s így a tanultakat egy életre megjegyezze. Forrás: <https://www.ecoleblondeau.com/en/blondeau/the-blondeau-method>

lesz. Arra is időt kell fordítani, hogy ló és lovasa kettesben legyenek, mert ez kedvez a kapcsolatuknak, és bensősegebb viszony alakulhat ki kettőjük között. El kell érnie a kiképzőnek, hogy a ló az emberre bízza magát, ezért az idomítónak el kell árasztania a lovat a hangjával, kérésével, simogatásával és a tekintélyével.

Szükséges a finom bánásmód is. A kiképzőnek ehhez szükséges érzékkel is kell rendelkeznie. Ennek lényege, hogy az adott másodpercben a megfelelő mozdulatot alkalmazza, ez dicséretnél és intésnél a leglényegesebb. A ló számára a lovása megnyugtató jelenlétevelegy biztos és úgymond jó helyet kell képeznie, mind a földről, mind a nyeregből. A kiképzőnek a fokozatosságra is törekednie kell. Lassú, de biztos lépésekkel lesz megfelelő az idomítás. A jutalmazásról sem szabad megfeledkeznie az embernek, amely a kapcsolat élénkítésében segít.

2.5.2 Az első ráülés

A kiképzésben három alapvető szempontot kell figyelembe venni: ez az ütem, az elengedettség és az egyensúly. Ezek segítenek abban, hogy a fiatal lótól támaszkodjon, lendületesen és összeszedetten tudjon dolgozni, valamint a természetes ferdeség is elmúljon, tehát egyenes és jó kiállása legyen.

Az ütem lényege, hogy a jármódon belül a lépések egymásutánisága és szabályossága meglegyen. Ha a fiatal lónak van egy állandó jó üteme, akkor az egyensúlyt és a stabilitást javítja, a jármódokon belüli nyugodt mozgást megteremti, a lépések rövidítését és nyújtását teszi lehetővé, megerősíti az izomzatot, a csontozatot és a kötőszövetet, stabil idegpályákat alapoz meg, valamint a sérülések esélyét csökkenti.

Az elengedett ló ellazult és nyugodt, ehhez megfelelően erős és feszültségektől mentes izmok kellene, így a csikó, mind fizikálisan, mind mentálisan elbírja a tőle elvárt munkát.

Amikor a ló megfelelő alapokat és segítséget kapott földről, ismeri a felszereléseket, akkor megkezdődik a nyeregből történő fokozatos munka. Az első ráülésnél a legnyugodtabb ló is megijedhet, ha hirtelen nagy árnyék jelenik meg a hátán, valamint, ha szokatlanul nagy terhet is érez mellé. Ahhoz, hogy elbírja a lovas súlyát, szüksége van arra, hogy a hát-, nyak- és hasizom támogassa a gerincoszlopot, de ez még fiatal, idomítatlancsikóknál nem elég erős. Ezért sem szabad elkapkodni az első ráülést, mert a nyak és hát merevségéhez vezethet. Fokozatosan kell szoktatni lovas súlyához, így az elején elegendő a fel- és leszállást gyakorolni. Ezt a futószáras munka után érdemes végezni, miután a ló elengedettebbé és

kicsit fáradtabbá vált; lehet bokszban is végezni az első felszállásokat (a boksz biztonságérzetet ad a lónak), de lehet pályán is; felszereléssel kell végeznünk, tehát csikókantárban, lehet nyereggel vagy nyereg nélkül is (általában első alkalommal nem használatos a nyereg).

Mindez kétemberes munka, a lovason kívül egy segítő is részt vesz benne, hogy segítsen a felszállásnál. A segítő a ló bal oldalára áll, a lovas óvatosan hozzá lép a ló mellé, kezével végigsimít a lovon és bal kezével belenyúl a szárukba, melyek a ló nyakán vannak. A lovas is hozzá lép, és megsimogatja a lovat, majd, ha a csikó szépen és nyugodtan áll, a segítő jobb kezével megfogja a lovas lábát térd alatt és felemeli a lovaszt, aki először csak a ló hátára fekszik. Ennél a pontnál meg kell állni, esetleg még egyszer-kétszer elvégezni, ha a ló nyugodt marad, akkor a következőnél a lovas jobb lábát átveszi a far felett, és lovaglósülésbe megy át, előre hajolva, hogy ne ijessze meg a lovat. Így marad a lovas néhány másodpercig, majd lecsúszik a ló hátáról. Nem elég ezt a gyakorlatot egyszer elvégezni, így elővigyázatosságból többször meg lehet ismételni, és minden leszállás után a ló kapjon jutalmat.

Ezután, ha nem nyeregben végezték a fel- és leszállást, akkor felnyergelik a lovaszt, és ismét következik a felülés a futószáron. A segítő ismét nyeregbe emeli a lovaszt, majd azonnal elindítja a lovaszt, így kevesebb nehézség adódik. A futószáras körvonalára vezetik a lovaszt, és a lovas simulékonyan, de passzív módon követi a ló mozgását. A ló ilyenkor néhány lépés után elindul ügetésbe, ami nem jelent rosszat, de ilyenkor a lovas kikönnýít, hogy levegye a ló hátáról a súlyt. A ló magától megáll néhány kör után, mert elfárad, ilyenkor a segítő odalép hozzá és megdicséri a lovaszt, majd utána hagyja állni. Ez pozitív élményt szerez a ló számára, és rájön, hogy nincs semmi veszély, nem kell semmitől tartania. Ezután mehet még egyszer a fel- és leszállás és ezzel a munka befejeződik. Több dolgot nem kell gyakorolni, ha túlzásba viszik ezt a letelejést, az negatív érzést kelt a lóban, és nagyon elfárad fizikailag és mentálisan is.

A fiatal ló számára segítség lehet egy vezérlő. A bemelegítő futószáras munkánál már ott kell lennie az idősebb lónak, hogy a csikó megszokja a társaságát. A vezető ló és lovasa körülbelül egy lóhosszal megállnak a fiatal ló előtt, és elindulnak lépésben, miután a lovas felült a csikóra. Bal kézen patanyomon érdemes végezni, hogy a fiatal ló kitörését megakadályozzuk, majd néhány lépésszakasz után röviden ügetni is lehet. Itt még a segítő, futószárvezető belül kíséri a fiatal lovaszt, hogy szükség esetén beavatkozzon. Az elején nagyon

hasznos tud lenni, de további tanítás már vezér ló nélkül is mehet. A gyakorlatot fel- és leszállással egy-kétszeri ismétlésével fejezzük be.

Fokozatosan és minimálisan kell növelni a nyeregben való időtöltést, hogy a ló teljesen megszokja az új súlyt. Körülbelül két hét időt kell hagyni a lónak. Fontos, hogy előtte futószáras munka történjen, illetve nem kell minden nap ráülni, inkább érdemes különböző gyakorlatokat adni futószáras munka közben, hogy a nyak-, hát- és hasizom megerősödjön, erre szolgál például a cavaletti munka. Azért is fontos, hogy ne sokszor és hosszú ideig lovagoljuk a fiatal lovat, mert így nem a háta fog megerősödni, hanem megmerevedik. Ezért egy rövidebb lovaglás után kiegyenlítésül lazító gyakorlatok kövessék, mint például a szabad mozgás, a szünetek, a többször történő fel- és leszállás. Fokozatosan építjük a ló súlyát a következő szinthez.

Fontos ügyelni, hogy csikónak nincs nyeregtája (a ló hátának azon része, amelyen a nyereg nyugszik), fokozatosan fejlődik, tehát különös figyelmet kell fordítani erre, és többször kell korrigálni, körülbelül egy hónapig tarthat, de függ a ló marjának és lapockájának alakulásától (Klimke, 1997).

2.5.3 A lovastól elvárt alapismeretek

A lovasnak ügyelnie kell arra, hogy ne okozzon kellemetlenséget a lónak, mikor a hátán ül. Előfordulhat, hogy a ló hirtelen nyugtalanodni kezd, vagy iramot vált, ilyenkor a lovas térdét összezárja és nyugodtnak kell maradni, semmi hirtelen mozdulatot nem szabad csinálni, mert akkor a ló menekülni fog a rossz érzés elől. Ha a ló mégis ledobja lovasát, akkor azonnal vissza kell ülnie, mert a fiatal lónak tetszeni fog, hogy a felesleges tehertől ilyen könnyedén megszabadult.

Ahhoz, hogy a fiatal lónak megfelelő alapokat kapjon, a lovas ülése nélkülözhetetlen, mert az minden befolyásnak az alapja. Így egész magatartása a betanításkor arra irányul, hogy simulékonyan kövesse a ló mozgását, és a segítségadást. Az elején még pálcával és hanggal szabályozza az iramokat. A pálca a lapockán fekszik. Hangnál arra kell ügyelni, hogy rövid legyen a vezényszó és a hang, a folytonos beszéd elbizonytalanítja.

Az elején elegendő annyit elérni, hogy a ló mindkét kézen lépjen és ügessen. Előnyös, ha a felülést követő néhány percben nyugodt lóval vezettetjük magunkat, ezzel is pozitív élményt szerez a csikó. Az első héten 10-15 perc lovaglási idő bőven elég, mivel futószáras

munka történik előtte, így hamar elfárad a csikó. A következő hétben lehet növelni az időt 20-30 percre is. Elértük a célt, hogy a ló készségesen hordozza lovasát lépésben és ügetésben.

Fontos kitérni arra is, ha a lovas nem rendelkezik biztos üléssel. A bizonytalan ülés, félelem, görcsösség, nem megfelelő testtartás, súlyelosztás, egyensúlyvesztés komoly negatív hatást eredményez a képzés során. A lovasnak egyensúlyban kell tartania magát a lovon, mert csak így képes megtalálni a lóval a közös harmóniát a legkülönbözőbb helyzetekben. A kiegyensúlyozott és elengedett ülés a korrekt segítségadás és befolyás feltétele, ami a fiatal lónak szükséges a képzés során. A rossz segítségadások fájdalmat is okozhatnak, de össze is zavarhatják a lovat, és a későbbiekben nehéz lesz kijavítani ezeket a hibákat.

A klasszikus ülést alkalmazza az idomító a ló és lovas képzésében egyaránt, ezért is hívják más néven *idomító ülésnek*. A megfelelő *idomító ülés* fokozottan terheli a ló hátát, ugyanis a megfelelő ülés képessé teszi a lovast pontosan igazodni a ló iramához és súlypontja áthelyeződésében.

Az *idomító ülés* jellemzői: először is ez minden ülés alapja; egyenesen kell ülni a nyeregben, a váll, a csípő és a boka egy képzeletbeli egyenesre esik; az alkar, a szár és a ló szája szintén egy képzeletbeli egyenesre esik; az ülep elengedett izomzattal terheli a nyereg legmélyebb pontját; a testsúly két ülőfelületen és a comb belső izomzatán egyenletesen eloszlik; a térd mélyen a nyereghez simul, míg a comb befelé fordul, így lehetővé teszi a csizma megfelelő elhelyezkedését; a térd akkora szögben hajlik be, hogy a lábfej oldalról nézve a lovas súlypontja alatt helyezkedik el; az alsó lábszárak térdből ferdén hátrafelé nyúlva a ló testén nyugszanak, és vele a vádli belső oldala puha érintkezésben vannak, továbbá a vádlik kissé a heveder mögött helyezkednek el; a lábfej természetes tartásban nyugszik a kengyelben a kengyeltalp legszélesebb pontja előtt, a boka pedig kismértékben befelé rugózik; a sarok a legmélyebb pont; laza és egyenes a felsőtest, a csípő egyik oldalra sem húzódik be; a felsőtest olyan mértékben feszül meg, hogy a tartás megmarad, ezáltal lehetővé teszi a ló mozgásának rugalmas követését, tehát a lovas medencéje követi a ló hátának mozgását; szabad és emelt a fejtartás, a tekintet a ló két füle között előre irányul; a vállak lazák, annyira vannak hátrahúzva, hogy a mellkas enyhén kiemelkedjen; a felkarok a vállból elengedetten és kissé függőlegesen elé kerülve lógnak le; a könyök enyhén a törzshöz támaszkodik; a kéz lazán, de ökölbe szorítva, az élére van fordítva (Szikszai-Rozmán és Jónás, 2011).

2.6 Idomító munka alapszintű díjlovas feladatokhoz

2.6.1 Az alapképzés célja

Az alapképzés egyik célja, hogy elfogadja a fiatal ló a lovast a hátán, ismerje a súlyát, lehessen rajta ülni és lovagolni is. Ez azonban nem jelenti az alapképzés végét. A csikóval ugyanis meg kell még ismertetni a lovas segítségait. Így lesz a lovasnak a ló felett befolyása, és ezáltal ki tudja fejleszteni a ló lendületét. Meg kell ismernie a fiatal lónak – a pálca és a hangsegítségen kívül – a testsúly-, a comb- és a szársegítséget is. Ezt csak úgy tudjuk elérni, ha a csikót a lovas segítségéhez szoktatjuk, bizonyos feladatok megtanításával és elvégzésével megtanulja a fiatal ló a segítséget.

Az LPO szerinti A osztályú díjlovagló feladatok segítenek ebben, ez biztosít alapot a díjlovagló szakágban, innen vezet további kiképzéshez, az *L*, *M*, *S* osztályokhoz. Minden osztály egy kiképzési szakaszt jelent, amelyhez körülbelül egy évi edzés szükséges. Az alapképzés nem öncélú, a ló természetes adottságait tornáztató képzéssel fejlesztjük, illetve meg kell tartani a lovak kifejező mozgását, mert a sok gyakorlástól megtanulja a feladatot, de eltunyulhat.

Az alapképzés részét képező A osztály díjlovagló feladatai:

- Lépés;
- Ügetés;
- Vágta;
- Előrehajtó segítség, illetve engedelmesség ennek a segítségnek;
- Szárra állítás;
- Egyoldali segítségnek engedelmesség;
- A ló leje körüli fordulat;
- Combra való engedés;
- Négyszöget kisebbíteni és nagyobbítani;
- Ívelt vonalakon történő lovaglás, ezen belül:
 - o Sarkok és fordulatok lovaglása;
 - o Nagy körön történő lovaglás;
 - o Kígyóvonalak lovaglása;
 - o Nyolcas lovaglása, nagyobb kis körök lovaglása;
- Fél és egész felvételek ismerése;
- Hátraléptetés;

- Egyszerű ugrásváltás.

Amint a csikó a fentieket ismeri, és lendületesen, de engedelmesen végzi el a feladatokat, ellenkezés vagy kikerülés nélkül, akkor a díjlovaglás terén az alapképzés sikeresnek bizonyult. Innen lehet tovább menni a többi díjlovaglós osztályra.

Ennek az osztálynak a lényege, hogy a lovat engedelmessé tegyük, és ismerje a lovasának a segítségadásait, megfelelően izmosodjon, a kiállása, járása (jármódja) és tartása is meglegyen, illetve a ló természetes ferdeségét vagy más jellegű hibás állását, mozgását is kijavítsuk. Segít elérni, hogy a csikó jól reagáljon a segédeszközök (például pálca, sarkantyú) utasításaira, segítségadásaira, és minél jobban menjen a hajlítás és az egyenes vonalon történő haladás. Segít még a váll szabadságában, fejleszti az egyensúlyt, így könnyíti a mozgást, és ügetésnél jobban fogja emelni a lábait, és nyújtani az ügetést (Klimke, 1997).

2.6.2 Az A osztályú díjlovas feladatok és azok végrehajtása

Az *előrehajtó segítség* megértéséhez a lábszárat szorosan a hevederhez illesztjük, és kissé erősebben odanyomjuk, enyhe pálcaütéssel és hanggal is támogatjuk. Amint a ló megfelelően reagált, azonnal megdicsérezzük, ha nem reagált, akkor a segítséget erősebben kell alkalmazni. Ez nem azt jelenti, hogy belerúgunk a lóba, hanem kicsit erősítünk a segítségadáson. A pálca és hangsegítséget elkezdjük fokozatosan elhagyni, hogy rávegyük a csikót, hogy egyedül comb- vagy csizmasegítséggel induljon el.

A hátsó lábak tolóerejének kifejlesztése nagyon fontos ahhoz, hogy az *előrehajtó segítségnél* jól érvényesüljön, de önmagában nem elég, ezért kell a lovas keze és a ló szája között a megfelelő összeköttetés, tehát a támaszkodás. Ezért kell a lónak szárhoz lépnie, így tudja kifejteni a legjobban az erejét és felvennie a mindenkor mozgás mértékéhez szükséges, megfelelő tartást. A ló, ha nem ismeri a szárfelvételt akkor ellenállhat, a zablára dől vagy elrohanna, így a lovas a szársegítséggel együtt a testsúly és a combsegítséggel összhangban tudja elérni a kívánt hatást.

Ügetésnél az *előrehajtó segítség* élénkebb ellépésre készíti a lovat, mert a lovas keze felveszi a lendületet; annyi súlyt helyez a szárba, amennyit a ló szája a hátsó lábakból a hátán át végigfutó lendületbe bele tud adni. Ehhez azonban a lovasnak a kezével el kell érnie, hogy puhán végezze el a segítségadást, hogy a támaszkodást kellemessé tegye a lónak, ne okozzon neki merevséget. Ez sem egynapos munka. Ez a tartás hosszabb érési folyamat eredménye. A lovasnak nagyon ügyelnie kell arra, hogy a csikót hátulról előre lovagolja, és nem fordítva.

Számos lóképző úgy véli, hogy az *előrehajtó segítség* az első számú szempont, amit a lónak meg kell tanítani, mert így lesz a csikó biztonságos. Ha nincs meg a megfelelő előrelovaglás, akkor a fiatal hátasnak nehezebb lesz az átengedőség, a hajlítás is bonyolultabb lesz a számára, ezért fontos, hogy a ló jó és dinamikus tolóerőt fejlesszen ki (Szikszai-Rozmán és Jónás, 2011).¹⁰

Az egyoldali segítség, például a *hátról eleje körüli fordulat*, amely egy oldalra ható segítség, kitűnő feladat az engedelmességre, de egyben lazító gyakorlat is, kisebb szünetek között aktív pihenőként szolgál, arra tanítjuk meg vele a fiatal lovat, hogy felismerje az oldalra ható comb- és testsúlysegítséget, illetve az egyoldali szársegítséget. A feladat végrehajtása a következő módon zajlik. Bal kézen vagyunk, és a rövidfalon megállítjuk a lovat, ezután jobb ülőcsontunkat megterheljük, és a jobb szárát rövidítjük. Az első reakció, amit el kell érünk, hogy a ló a jobb szár meghúzásnál elengedje a zablát, ha nem történik meg, akkor a szárát ismét meg kell húzni, ha sikeres volt, akkor hanggal meg kell dicsérni a lovat. Ezután a jobb lábat szorosan a heveder mögött, határozottan a lóhoz kell tenni, és a ló hátulját lépésről lépésre, a ló eleje körül kell nyomni, amíg a fordulatot be nem fejezi. Ha a csikó nem reagál, akkor pálcasegítséggel kell támogatni, a pálca végét a jobb láb mögé kell helyezni szorosan; emellett a fejet és nyakat enyhén jobbra fordítva adható további segítség. A másik láb (a bal) ellentartó feladatot teljesít a heveder mögött, felfogja a ló hátulját. Eleinte, amikor a belső hátulsó láb átlépett, a külső hátulsó láb követte, akkor a lovat megdicsérjük és békén hagyjuk. Ezután megpróbáljuk a teljes fordulatot. Mindeközben a lovasnak figyelnie kell, hogy nehézség esetén a kiindulási ponthoz vezesse vissza a lovat, valamint arra is kell ügyelnie, hogy a ló ne lépjen hátra, amit egyoldali derékmeghúzással biztosít. A bal szár megtartásával megakadályozza, hogy a ló előrelépjen, és a bal válla ne essen ki (Klimke, 1997).

Combra való engedés is lazító gyakorlat, amelynek a lényege, hogy a ló a lovas oldalra ható segítségadását megértse, és megtanulja. Lépésben és munkaügetésben érdemes gyakorolni ezt, rövid távolságon. Ha a jobb kézen történik lovas segítségadása, akkor a ló külső combját léptetjük el, amelynek lényege, hogy a lovas megfogja a külső szárakat, ezután a lónak ad egy kis állítást a bal comb felé. A bal láb a heveder mögött helyezkedik, majd a ló hátulját elkezdi befelé nyomni, de a lovasnak ügyelnie kell, hogy abban a pillanatban

¹⁰ A tolóerő lényege, hogy a ló az első két lába helyett a hátsó két lábával dolgozzon többet.
Forrás: <https://dressagetoday.com/people/six-strategies-for-training-young-horses-jenna-arnold-part-1/>

alkalmazza ezt a segítségadást, amikor a ló a hátulsó bal lábát emeli, illetve a testsúlyát fokozatosan a bal ülőcsontra helyezi. A jobb szár vezeti a ló elejét, a jobb vállát meg keretezi. A lovas jobb lába az ellentartó feladatot végzi, a heveder mögött simul a ló oldalára, és ellennyomást gyakorol abban az esetben, ha a belső combtól (lábtól) menekül, elsiet a feladatot, vagy túlzottan lép oldalra (Szikszai-Rozmán és Jónás, 2011).

Ha belső lábtól történik az elléptetés, akkor ezt úgy kell elvégezni, hogy a lovas a ló elejét a járáson belülré vezeti, míg a hátsó lábak a járáson (patanyomon) maradnak, majd jöhet a segítségadás. A jobb szár alkalmazásakor a jobb comb a segítségadó, és a bal szár vezeti a lovat. Akkor fejeződik be ez a gyakorlat, amikor a lovas visszaállítja a ló elejét a hátuljához, és a bal szár visszavezeti a ló elejét a patanyomra. Arra kell még ügyelni, hogy a ló hossz tengelyét a patanyomhoz 45 fokra terjedő szögbe kell állítani. Ez a feladat előkészíti a *vállat be gyakorlatot*.

A pálya vagy a díjlovas négyszög kisebbitése és nagyobbítása, vagyis a *vállat be gyakorlat* a combsegítségre való engedelmesség megerősítésére szolgál. Ez a gyakorlat előkészíti a *féloldalazó (féloldalazásban történő eltoló) feladatot*. A lényeg, hogy a ló a combtól való ellépés feladatánál két patanyomon dolgozik, ezek egymástól körülbelül egy lépésre vannak. A ló képzettségétől függ, hogy milyen messze lehet bevezetni, ha még nem jártas ebben a feladatban, akkor még kevés lépést kérünk a csikótól.

A lovasnak ekkor figyelnie kell, hogy például a bal kézen a ló fejét kissé jobbra állítja, amikor átlovagolja a sarkot, ezután a jobb ülőcsontra helyezi a súlyát fokozatosan, a lábszárat kissé hátrább helyezi. Amikor következik a váltópont, akkor a lovas a jobb csizmasegítséget alkalmazza, amellyel oldalra hajtó hatással a lovat oldalra, és előre a pálya belseje felé nyomja, míg a bal csizma ellentartó feladatot végez, ha szükséges, akkor az előre felé hajtó mozgást fenntartja. A középvonalat elérve a lovas egyenesre állítja a lovat, és így lovagolja előre körülbelül egy lóhossznyit, ezután új állítást adunk a lónak azonos módon, csak vissza a patanyomra. A patanyom elérésekor a lovat egyenesre állítjuk.

2.6.3 Az ívelt vonalak lovaglása

Ezek a feladatok sikeres megértése után arra kell pontosítani, hogy az ívelt vonalakat megfelelően lovagoljuk. Az A osztályba tartozó ívelt vonalak: a sarkok megfelelő lovaglása, a kigyóvonalak, a nagy kör, az átléptetés a kör nyitott részén, a kis körök (körülbelül 10 m-es átmérőjű), az átváltások, a nyolcas rövid falon (két 10 m-es átmérőjű körív) (Klimke, 1997).

Fordulatok és sarkok lovaglásánál a lényeg, hogy a ló külső lábpárjának hosszabb utat kell megtenniük a fordulatokban, mint a belsőnek, ilyenkor a lovasnak biztosítani kell az *előrehajtó segítséget* a külső csizmával, a belső szár vezeti a lovat a fordulatba, a belső csizma meg a hevederen van. A fordulatokban a lovasnak a súlyát át kell helyezni a belső kengyelbe és a belső ülőcsont előrenyomásával, a külső vállat előreveszi eközben, hogy a ló vállával párhuzamos legyen. A fiatal lovak, csikók az ívekben eltapossák vagy a belső hátsó lábat oldalra viszik, hogy a hajlítástól kibújjanak, a lovasnak a belső csizmával és a külső szárral ezt meg kell akadályoznia.

A *nagykörön lovaglás* az egy kicsivel egyszerűbb a csikók számára, mert itt nagyobb az ív. Rohanós lovaknál már az elején nagykörön kezdik a munkát, hogy ezzel megnyugtassák. Mivel a csikó futószárazáskor megismerhette a nagy körön történő járást, így nem okoz problémát. A hosszahajlítás egy kis nehézség ebben a helyzetben, de megfelelő hajlítással és segítségadással a ló sikeresen teljesíti.

A *kígyóvonalak lovaglása* főleg abban játszik szerepet, hogy a fiatal ló a lovas fordító befolyására engedelmes legyen. A pálya hosszúfalán érdemes először kezdeni, kezdetben lépésben elég egy lapos ív is, majd utána jöhet munkaügetésben. A lovasnak testsúlysegítséggel kell főleg a lovat irányváltoztatásra készíteni. Majd könnyű ügetésben történik a gyakorlás, a száron finoman utánanyúlunk és az új irányra állítjuk a lovat. Ha szépen és engedelmesen követi a csikó a lovasa kéréseit, akkor utána lehet gyakorolni ezt a gyakorlatot, például fokozással, ívek számának növelésével, az ív távolságának növelésével. Az alapképzéskor a *kígyóvonal lovaglása* komoly értékeket rejt, mivel megteremti az alapot a későbbiekben terepen és ugrópályán történő munkához.

Nyolcas, illetve kis körök lovaglása a lovas befolyásaira való engedelmesség elmélyítésére szolgál. Ezeket a gyakorlatokat a rövid falnál végezzük (nagy pályán is és díjlovas négyszögben is lehet), és a sarkok lovaglásánál történő segítségadásokat alkalmazza a lovas. A gyakorlat kitcheti a rövid fal felét, és ha már egész jól megy, akkor lehet kisebbiteni az ívet, az A osztályban leírt 8 m átmérőjű körig. Ahhoz, hogy mindkét kézen egyenletesen történjen a hajlítás, abban a rövid falon történő nyolcas lovaglás tud segíteni. A kígyóvonalak lovaglásánál begyakorolt állítások szerint lovagolja a lovas a lovat. A munka alatt 2-3 nyolcas után a hosszú falon egyenes vonalon kell felélénkíteni az iramot.

2.6.4 A csikó támaszkodása

Fél és egész felvételek az alapképzés legnehezebb gyakorlatai, ha fentebb leírt gyakorlatokat a ló sikeresen teljesíti, akkor kezdődhet a szárra állítás, vagyis a támaszkodás elérése. A lovas keze eddig passzívan viselkedett, hogy a nyak és a fej nyugodt tartása meglegyen, most a lovasnak el kell érnie, hogy a ló átengedő legyen, vagyis elengedett, valamint engedelmes az előreajtó, oldalra hajtó és felvevő segítségnek. Ebben a felvételek tudnak segíteni, és lehetővé teszi a lovas számára, hogy a fiatal lovat ellenállás nélkül rövidítse, valamint gyorsítsa. Az *egész felvétel* azt a célt szolgálja, hogy a lovat megállítsa. Így tudja előkészíteni a *fél felvételre* a lovat bármilyen jármódban. A *fél felvételnek* az a célja, hogy a ló iramát egy jármódon belül szabályozza, és rövidítse, tehát lassabb jármódba vigye át a lovat. A későbbiekben, előrehaladottabb képzéssel azt is el lehet érni, hogy aló az ütemét és a tartását megtartsa, javítsa és *összeszedje* a lovat. Ezt a felvételt használják a leggyakrabban. A lovas akkor alkalmazza, amikor új teljesítményt vár el a lótól, tehát: iram változás előtt, irányváltoztatás előtt, sarkok átlovaglása előtt, fokozás előtt, tempó lassítása, vágta előtt, cavalettire lovaglás előtt, akadályra lovaglás előtt.

Fontos elérni a lónál a *fél felvételek* elfogadását, mert ez a leggyakrabban használt segítségadás a lovaglásban, amiben a lovas ülése és csizmahasználata is befolyásoló tényező. Nagyban hozzájárulnak a *fél felvételek* abban, hogy a ló visszanyerje, és javítsa az egyensúlyát. Így meg lehet előzni a ló dőlését, emellett a lovas ezzel a módszerrel szedi össze a lovat (vagyis kéri a lótól, hogy figyeljen a lovasára, és hajlítson a nyakával).¹¹ A *fél felvétel* funkciója, hogy a ló a súlypontját hátra helyezze, és tartós engedésre bírja. Minél gyakrabban alkalmazza a lovas, annál hamarabb és egyszerűbben tanulja meg a csikó, hogy súlypontját hátra helyezze, így rugalmasabban fog tudni dolgozni.

A testsúly-, a comb- és a szársegítség együttes hatásával lehet megismertetni a lovat a *fél felvétellel*. A lovas a derekát meghúzza, a combjával kétoldalt egyenletesen nyomja a ló oldalát, így hajtja a lovat kézhez, majd mindkét szárát egyenletesen megtartja, és engedi. Ekkor azt kell éreznie, hogy a ló a súlyát hátra helyezi, *kihúzza* magát, így a hátulja mélyebb lesz. Ennek a gyakorlatnak a megértése nehéz feladat, hónapokig tart, mire a ló elfogadja a *fél felvételt*.

¹¹ A fél felvétel abban segít, hogy a ló a elfogadja a segítséget a lovasától. Forrás: <https://www.horsesportireland.ie/blog-post/top-tips-we-took-from-the-young-horse-training-series/>

A lovas részéről sok tapasztalat, finom kéz és testsúlysegítség kell ahhoz, hogy ezt a segítséget jól összehangolja. Ha a ló túl erősen megfeszíti a derekát, akkor beejtheti a hátát, mivel a fiatal lovak esetében ezen a területen az izomzat még nem elég fejlett ahhoz, hogy fájdalommentesen ellenálljon az erőbehátásoknak. Ha esetleg a csikó nem venné fel a segítséget, és a zablára ráfekszik, akkor a lovasnak engednie kell, majd ismét megadni a segítséget, a lényeg, hogy gyorsabban kell reagálnia, mielőtt a ló megtenné a kívánt hatás ellenkezőjét. Amint felvette jól a segítséget, akkor a lovas enged egy kicsit, és megdicséri hatását, majd egy kis szünet után ismét megpróbálja.

Az *egészfelvétel* gyakorlatilag a *félfelvétel* folytatása, a segítségadás azonos, mint a *félfelvételnél*, csak nagyobb erővel történik, és egy vagy több felvételt készít elő. Amint megáll a ló, a lovasnak a kezét úgymond puhává kell tennie, és a szársegítséget is meg kell szüntetnie. Az a lényeg, hogy a ló nyugodtan álljon, és mind a négy lábát egyenletesen terhelje. Ekkor a lovas még a deréksegítséget is ellazítja, az ülőtartásának egyenesnek kell lennie, így készenlétben marad a dereka és a combja, hogy a csikó hátulsó lábait megtartsa, és ha kell, akkor fel tudja zárkóztatni az elmaradt hátsó lábait. Amint a fiatal ló elkezd nyakizmait ellazítani, a lovas keze követni kezdi, de a szájjal ugyanúgy lágy érintkezésben van. Fontos az érintkezés a ló szájával, így a lovas meg tudja akadályozni, ha esetleg a fej és nyaktartás elkezd nyugtalanná válni.

Az elején a csikónak hagyni kell, hogy a mozgását hosszan engedje ki, ezután kell fokozatosan, kis lépésekkel javítani a célíg, tehát a megfelelő pózban tartsa a ló a fejét és a nyakát, ekkor kell megállni. Az alapképzés első évében az egész felvételt lépésben és ügetésben történik a gyakorlás. A vágtaból történő *egész felvétel* az elején még nehéz a fiatal ló számára, ezért a képzés végén történik a gyakorlása, de csak akkor, ha vágtaból lépésbe történő *félfelvétel* jól megy.

A *hátraleptetés* célja, hogy az átengedőséget és az engedelmességet fokozza. Mivel a ló számára ez a jármód nem természetes, így akár intésül is szolgálhat. A lábsorrend olyan, mint az ügetésnél, átlós. Ezt a gyakorlatot akkor lehet elkezdni, ha az *egészfelvétel* lépésből és ügetésből biztosan megy, tehát szükség van átengedőségre. Ha a *fél felvételek* segítségével még nem tanulta meg a csikó a súlypontját hátrahelyezni, akkor a hátraleptetésben használt segítségadást sem fogja megérteni. Ehhez a feladathoz is a testsúly-, csizma- és szársegítség szükséges, a gyakorlat kezdéséhez megállítjuk a lovat egy egyenesen és szárra állítjuk, ha ez megtörtént, akkor testsúly és csizma segítséget alkalmazunk úgy, mint elindulásnál. Ekkor a

fiatal ló előre indul meg, viszont abban a pillanatban a szárakat könnyedén felvesszük, és az átló lábpárt hátraléptetjük.

Van olyan megoldás is, hogy a lovas a szárakat felváltva megtartja, mindig azon az oldalon történik a szársegítség, amelyiken történik a hátralépés (személy szerint én is ezt a megoldást alkalmazom). Az az előnye van az egyoldalon alkalmazott szársegítséggel szemben, hogy a ló nehezebben tér ki oldalra. A csizma ellentartó hatást fejt ki a ló oldalán, esetleg a korrigálásban és a javításban is segíthet. Csikóknál alkalmazzák azt a megoldást is, hogy a lovas tehermentesít, tehát nem ül bele a ló hátába, hanem kicsit előrehajol, így főleg a csizma az elsődleges előrehajtó segítség. Fájos hátú lovaknál is ezt a módszert alkalmazzák.

Egyes lovak nehezen tanulják meg ezt a gyakorlatot, ilyenkor azt is lehet alkalmazni, hogy a lovas elkezdi azokat a segítségadásokat, mintha eleje körüli fordulatot szeretne csinálni, majd, amikor a ló felemelte a belső hátsó lábat, akkor a lovasnak fel kell vennie az azonos oldali szárakat, így nem lesz tökéletes hátraléptetés, de a fiatal ló számára sem lesz ellenállás és megérti a feladatot (Klimke, 1997).

2.7 Cavaletti és felkészítés az ugratásra

2.7.1 A cavaletti használatának alapjai

A cavaletti sokat segíthet a ló képzése során, megismerteti az akadályokat, alapot ad, illetve a fejlődésben is hozzá tesz, hiszen segít abban, hogy a ló magasabbra emelje a lábait, ne az elejével dolgozzon többet, hanem a hátuljával, és egy kis kihívást is jelent aló számára, mivel új feladat, ezért érdekes. Viszont vannak hátrányai is, mert ha aránytalanul sok a cavaletti feladat, esetleg hirtelen emelünk, akkor ez a ló számára stresszes helyzetet eredményezhet, ezért ebben a fejezetben követni fogjuk, hogy milyen mennyiségű cavaletti feladat megfelelő a ló számára, hogyan érdemes magasabb és nehezebb feladat elé állítani a lovat.

A rudaknál fontos, hogy kellően vastag, gömbölyített, valamint olyan keménységű legyen, amilyen akkor se okozzon sérülést a lónak, ha esetleg eltörik; 2-3 cm az optimális hosszúság.

A cavaletti olyan rúdakadály, amelyet mindkét végén alacsony állvány tart, így a rudak különböző magasságra állíthatók; helyes alkalmazásakor lazítja, de egyben erősíti az izmokat, illetve a terepen való lovagláshoz és az ugratáshoz szolgál előkészítésként. A fiatal ló így megtanulja gyorsan és biztosan áthelyezni a súlypontját, a lépésbiztonsága is nagyobb

lesz, mert így tudja a lépéseit és vágtaugrásait a rögzített cavalettihez igazítani. A rudak felett való áthaladás, úgynevezett *mély nyakkal* történő haladás erősíti a lovak hátizmát, ugyanis a csikó a rudak előtt lefelé és előre viszi a nyakát, szakmai szóval *lemerül*, így könnyedén megtalálja az átlépéshez az optimális távolságot; ez segít majd a későbbiekben, hogy a magasabb akadályoknál megtalálja a jó elugrási pontot.

A cavaletti munka megmutatja a csikó vérmérsékletét, természetét, azaz nyugodt marad-e, ellenkezik, vagy ideges lesz a rudaktól, és természetesen az ügyességét.

A magasságot úgy érdemes állítani, hogy a jármódnak megfelelően legyen képes emelni a lábait, és hajlítani a csánkját. A legalacsonyabb állítási mérték 10-15 cm-es, ilyenkor lépésben és ügetésben érdemes végezni a gyakorlatot. A 25-30 cm-es magasságban főleg ügetésben történik az alkalmazása, így a lónak el kell kezdenie magasabbra emelni a lábait, a vágтамunkát is ebben a magasságban kezdjük. A 40-50 cm-es a legmagasabb felállítási lehetőség, így a figyelme is edződni fog (Klimke-Klimke, 2009).

2.7.2 Futószáron történő cavaletti munka

A futószárazáskor történő cavaletti-munka segít, hogy a ló nyakának és törzsének merevségét megszüntessük, továbbá erősíti a belső lábait a súlyhordásra, illetve az alálépésre is. Érdemes eleinte a rudat a legalacsonyabb magasságra állítani, és átvezetni rajta. Utána kezdődhet a futószárazás, de egyelőre üres körön. Eközben át kell vezetni a csikót a cavalettis körre, illetve ügetés közben kell megtenni, mert lépésben nincs meg a lendület, és a fiatal ló vissza is fordulhat. Mikor közeledik a csikó az akadályhoz, akkor előre hajtó hangsegítséget alkalmazunk, hogy lendületesen átmenjen a cavalettin, de nem kergetjük a lovat. Ha már nem nézi meg a rudat és szépen, nyugodtan dolgozik, akkor fokozatosan jöhet a következő akadály, amelyet egyenletesen kell helyezni. Összesen négy rudat lehet használni. Érdemes ezeket átellenesen elhelyezni. A későbbiekben segíteni fog abban, hogy a fiatal ló egyszerűen és problémamentesen haladjon át az akadályokon. Ha kissé bizonytalan lovakkal dolgozunk, akkor a rúd végét a lovarda fala mellé kell elhelyezni, így megakadályozhatjuk az esetleges kitörést, ellenkezést.

Ha a fiatal ló a körön is kiválóan dolgozik, akkor jöhet a sorozatokon elhelyezett akadályokkal történő munka. Előfordulhat, hogy a két elem használata esetén a csikó távolugrást fog alkalmazni, ezért érdemes az elején dupla távolságra elhelyezni a két rudat. Csak akkor változtassunk a távolságon, ha már a ló megszokta. Majd következhet a soron a harmadik rúd is, ha minden rendben zajlik, akkor jöhet a negyedik is.

A futószáron történő cavaletti munka a bemelegítéstől és a leléptetéstől függetlenül 25-30 percig tartson. A későbbiekben ezt az időt is lehet hosszabbítani.

A futószáras cavaletti munkánál figyelni kell a következőkre. Nem megfelelő rávezetésnél a csikó kiseik az ütemből és a bizalma is meginog, utána nehéz elérni az elengedettséget. A cavaletti munka fokozottan terheli a belső hátulsó lábat, ezért a csikó mozgását folyamatosan és fokozottan kell követni mindkét kézen. Ha esetleg azt vesszük észre, hogy a ló lépése egyenlőtlen, az izomlázat vagy feszességet jelent. Ilyenkor csak üres körre kell venni a lovat, és folytatni a lazító munkát, utána ismét megpróbálni a cavaletti munkát. Heti egynél több cavalettis edzés ne legyen, mert az, mind fizikailag, mind mentálisan is nagyon megterhelő, és nagyfokú igénybevételnek számít, komolyan elfáradnak benne a lovak (Klimke-Klimke, 2009).

2.7.3 Szabadon ugrás és ugrófolyosó

Ugrómunka esetén lehet ugrófolyosót kialakítani a fiatal lovak számára, amely azt a célt szolgálja, hogy a csikó jó kedvvel végezze el a munkát, illetve felkészíti a későbbi ugrómunkára. Kezdetben csak a földre kell a rudakat helyezni, utána kezdődhet el a fokozatos emelés a fentebb leírtak alapján. Ez abban is segít, hogy a csikónak legyen menőkedve, szóértő legyen, értse a vezényszavakat, például az ügetés vezényszót, képes legyen többet ugrani, fejlődjön az izomzata és a csontozata. Később jöhetnek a magasabb akadályok, utána a távolságok változtatása. Amikor elérkezik az idő a lovas alatti munkával, akkor a ló az ugrásokat nyugodtabban kezeli, több ugrás után sem fárad ki, mentálisan is jobban kezeli az egészet, nem fogja megerőltetésnek venni, és a farizmok is jobban erősödnek (Hecser, 1982).

Figyelembe kell venni, hogy az elején a csikó még magasabbat ugrik, féltve a lábait, nehogy baja essen; viszont néhány ugrás után felbátorodik, így az is megtörténhet, hogy nem helyesen ugrik, vagy emeli a lábait, ami azt eredményezheti, hogy a rudakat leveri, esetleg véletlenül rálép, és megcsúszik, ami kellemetlenül érinti. Ezek után a fiatal ló az akadályokat nagyobb figyelemmel kísérve, óvatosabban veszi majd. Ha hibázik is, esetleg átesett a rudakon, akkor a következő alkalommal már készen fog állni, és emelni fogja a lábait, ugyanez vonatkozik a fejtartásra is.

Az akadályemelésnél nem szabad hirtelen vagy gyakran nagymértékben emelni a rudat, mert ettől a ló megijedhet. Fokozottan, kissebeket kell emelni, hogy a különbség szinte észrevétlen legyen. A csikó számára ez is tanulási folyamat, meg kell tanulni, hogy minél

jobban emelje a lábait. Nem szabad túlerőltetni sem, csak annyit végeztessünk, amennyit biztonsággal, figyelemmel és minden erejét beleadva képes megtenni.

2.7.4 A cavaletti-munka és az ugrás alapjai lovassal

A lovas tudása sem elhanyagolható, ugyanis a biztos ülés és a stabil, segítő kezek nélkülözhetetlenek ahhoz, hogy a lovat az ugratás során segítsék. Ha a lovas segítségadásai megfelelőek, akkor fog a csikó magabiztosan ugrani.

A lovas alatti ugrómunka előtt fontos a lovassal együtt végzendő cavaletti feladatok mindhárom jármódban való gyakorlása is. Két szempontot kell figyelembe venni, az iramot és a megfelelő távolságot. A cavaletti pálya felépíthető egyenes vonalon, járáson, járáson belül, átlón, középvonal mellett vagy ívelt vonalakon. A követelmények megegyeznek a fentebb említett futószáras cavaletti munka követelményeivel, de ekkor a lovasnak már jól kell alkalmaznia a segítségadásokat. A lényeg, hogy a lovasnak munkatempót¹² kell kérnie a lótól (ez érvényes a lépésre, ügetésre és a vágtára is), a cavalettik előtt előre tolja kissé a kezét, valamint meg kell céloznia a cavaletti közepét. A fiatal lónak ilyenkor dinamikusán, a lábát emelve ütemesen kell áthaladnia a rudak felett. Mindkét kézen ugyanannyiszor kell elvégezni, valamelyik oldal aránytalan erősödésének elkerülése érdekében. A változatos gimnasztikai feladatok jobban edzik a lovat. Hasizomfejlesztésre is kiváló, és hozzáárul a ló koncentrációjához. A feladatok között 5-10 perces pihenőt kell tartani, hogy a ló mozgását ellazítsuk (Klimke-Klimke, 2009).

Amikor érett már annyira a csikó, hogy lovas alatt is nyugodtan, elengedetten dolgozik, és a cavaletti munka is mindhárom jármódban jól megy, akkor emelhetők az akadályok. Az eredményes munka feltétele, hogy a ló ellenvetés nélkül dolgozzon, ezért nem szabad zavarni, de erőltetni sem. Mindenképpen verhető akadályokkal kell kezdeni, amelyek nem okoznak gondot a ló számára. A lovas először mutassa meg az akadályt, majd ügetésből ugorja át. A lovas könnyű ügetésben lovagol, kezeit a sörényre helyezi, és lazít a kezein. A szárba nem húzhat bele, mert a ló önbizalmát ezzel rontja. A lovat rávezeti az akadályra, határozott segítségadások mellett a fiatal ló nem fog feszülni, és szépen ugorja majd át az akadályt is. Az ugrás után a lovasnak hagynia kell, hogy a ló egyenesen haladon tovább, és magától váltson átügetésbe; ez annak a jele, hogy a ló megnyugodott. Ez azért fontos, hogy a

¹² A munkatempó lényege, hogy az adott jármódban nem lustán, hanem a dinamikus tempóban kell a lónak haladnia, figyelmét fenntartva. Ha nincs meg ez a tempó és nincs meg a figyelem, akkor az adott feladatot sem fogja komolyan venni. A munkatempó nem egyenlő a rohanással.

ló megértse, hogy nincs mitől tartania, nem kell semmitől sem menekülnie, és az akadályok sem jelentenek rá veszélyt.

Ha már lassabb ügetési iramban jól megtalálja az elugrási pontot, akkor jöhet ügetésből a lépéshossz növelése; ha a ló beugrik vágtaiba, akkor nem szabad akadályozni, mert kell egy kicsit úgymond húznia az akadályra. Ezt a feladatot hetente kétszer érdemes elvégezni, de 8-10 ugrásnál többet nem szabad erőltetni. Akkor érdemes emelni az akadályt, ha a ló nem emeli előre a füleit a rudakra.

Előfordulhat, hogy a fiatal ló többféleképpen reagál az akadály előtt. A kitörés egy természetes reakció, ez még a bizonytalanságot jelenti, ilyenkor jön ismét a vezető ló, hogy segítsen a csikónak a feladatban. Ha a vezérlő ellenére is próbál a csikó mellé szaladni, akkor meg kell állítani, és a kitörési iránnyal ellentétesen eleje körüli fordulatot kell végezni, majd a következő rálovaglásnál már az elején figyelni kell, és *félfelvételeket* kell alkalmazni a kitöréssel ellenkező oldali szárral, amivel a támaszkodást könnyítjük meg. Ilyen esetben egy segítő ember tud segíteni, hogy a ló ne térjen ki az akadálytól. Szükség esetén oda vezeti az akadályhoz. A fiatal ló hevéssé is válhat, ez az izgalomtól is, de esetleg idegeskedésből is történhet, ilyenkor többször körbe kell lovagolni az akadályt, a rálovaglási oldalon meg különösen közel kell vinni a lovat. Az is megtörténhet, hogy a csikó nem húz az akadályra, ekkor ismét a vezető ló segítsége szükséges, amelyet beugratunk vágtaiba az akadály közelében. Arra kell ügyelni, hogy erélyes előrelovaglást ne alkalmazzunk, mert a lónak magától kell mennie, nem úgymond kergetés hatására (Klimke, 1997).

Ha már dinamikusn egyedül is jól mennek az ugrások, akkor jöhetnek ezután a tornáztató ugrások, amelyek cavaletti és akadály kombinálását jelenti. Mind mentálisan, mind fizikailag megdolgoztatja a fiatal lovat, ugyanis meg kell találni a helyes elugrási pontot, jól kell emelnie a lábait és a hátsó far- és lábizmokat használnia kell. Ezt a feladatot, gyakorlatot sem érdemes minden nap, illetve hosszú ideig végezni. A lényege, hogy a két akadály között egy vágtaugrásnyi távolságot kell hagyni. A cavalettire ügetésből megyünk, amit a lónak meg kell ugrania, ezután tovább vágtaíva a magasabb ugrást megugrani. Főleg meredek ugrásnál alkalmazzák ezt az akadályfelállást. *Oxer*¹³ akadály esetében *András keresztet* kell alkalmazni az elején, vagyis a két rudat keresztben, X alakban helyezzük el.

¹³ Az *oxer* egymás mögött elhelyezett párhuzamos rudakból álló akadályt jelent, amelynél nem a magasság, hanem a távolság megugrása a lényeg. Ennél az ugrásnál gyorsabb iram szükséges.

A fentieken kívül a továbbiakra érdemes figyelni. Egyes lovak többszöri próbálkozás ellenére sem találják meg a helyes beugrási távolságot; ebben az esetben egy rudat a földre kell helyezni a cavaletti elé szűk vágtaugrási távolságra, körülbelül 3-3,30 méterre. Előfordul, hogy a fiatal ló hevéssé válik az akadály előtt vagy lustán emeli a lábait, ilyenkor három elemből álló járóiskolát kell helyezni a cavaletti elé, így a figyelme főleg erre az elemre fog irányulni és úgy mond kénytelen figyelni, mind erre a részre, mind az ugrásra. Mindkét kézen 10-16 ugrásnál többet nem érdemes végezni. Ha a csikó túl közel ugrik el, akkor oxer ugrást, ha túl távolról, akkor meredek ugrást kell gyakorolni. A gyakorlat végén néhány ugrást el lehet végezni olyan akadályon, amit a ló már megismert. Ügyelni kell, hogy az ugratás edzések kezdetétől számított első két hónapban húsznál több ugrás ne legyen, hogy az esetleges kiégés ne történjen meg a fiatal lónál, illetve a hátsó lábakra történő egyenlő terhelésre is ügyelni kell, ezért kell mindkét kézen egyformán dolgozni.

Mielőtt elkezdődik a díjugratásra történő szakosodás, a lovas segítségadásait is finomítani kell, és a könnyűosztályban leírt feladatok tanítását és gyakorlását is el kell kezdeni. Mindezt a csikó képzésének elkezdését követő második évben. Ha az alapkiképzés sikeresen fejeződött be, a ló nyugodtan dolgozik, megfelelő fizikális és mentális állapotban van, és az új feladatokat is sikeresen teljesíti sérülés nélkül, akkor készen áll a díjugratás irányába történő továbbképzésre.

2.8 A ló képzése terepen

Ebben a fejezetben a ló természetes környezeti körülmények között, egy szóval a terepen zajló tanítását vesszük jobban szemügyre. Ha nem áll rendelkezésre karám, pálya vagy fedett lovarda, fontos, hogy a fiatal ló megismerje a terepet is, ami Daniela Bolze (2009) szerint idomító feladatokra lehet kiváló, de egyéb tekintetben is az előnyünkre is válhat. A ló magabiztosan és stabilan megtanul terepen is közlekedni, ezért nem lesz úgy mond rebbenékeny, ami a későbbi tanulási gyakorlatok során is nagy előnyt jelenthet, például a lovastusa képzésben vagy a távlovaglásban.

A fiatal ló képzése során néhány szempontot közelebbről kell megvizsgálnunk, így például, hogy hogyan érdemes alapszintű díjlovagló munkára, illetve ugratásra felkészíteni a lovat. A terepen történő munka magasabb szinten helyezkedik el a képzési skálán. A különböző természeti adottságok segíthetnek betekintést nyerni a díjlovas alapkiképzés, a díjugratás, de akár a lovastusa alapjaiba is a ló és lovasa számára egyaránt. A párosnak különösen gimnasztikai szempontból hasznos a tereplovaglás, de unaloműzőnek is kiváló,

hiszen folyton változik a táj. Ugyancsak kedvező hatású, hogy a csikó rugalmasabbá válik, egyébként, ha javarészt a pálya négy fala között végzi ugyanazokat a feladatokat – például átmeneteket, patanyom figurák –, akkor csak azt tanulja meg, hogy hogyan reagáljon a lovas segítségadásaira. Ezzel szemben a terepen a lovardában alkalmazott gyakorlatokat is el lehet végezni, amennyiben az erre megfelelő táj rendelkezésre áll.

Ha fiatal csikóról van szó, akkor egy meredeken felfelé vezető hegyoldal ideális a felvételek gyakorlására. Lassú, csoszogó, botladozó vagy esetleg merész, folyton kitörő lónál egyenetlen nyomvonalak segítenek abban, hogy koncentrációjukat, valamint négy lábukon történő egyensúlyozásukat fejlessze, de ebben segíthetnek még a leesett faágak is.

A ló és a lovas számára a terepen végzett munka, egyaránt szórakozás és öröm, így a munka hatékonysága még jobb lehet, illetve a lovardában is könnyebben teljesíti a csikó a gyakorlatokat. Nélkülözhetetlen a megfelelő segítségadás, így a ló is könnyebben tanul, valamint a lovasa sem fogja összezavarni. Akárcsak a pályán, a terepen is megtaníthatók a ló számára az alap díjlovas feladatok, ezáltal pedig a csikó figyelme is edződik.

Először is mindig fontos, hogy a lovat jól bemelegítsük, ilyenkor 10 perces a bemelegítő, de nem lusta lépést kell kérni a lótól; ezt követően ügetésben indítjuk el a lovat, de engedjük a szárazakat, hogy nyugodtan tudja nyújtani a nyakát hosszan és lefelé, ekkor a lovas kikönnyít a nyeregből, és a kezét lazán tartja, hogy ne akadályozza a lovat. Könnyű ügetésnél arra kell ügyelni, hogy a ló a *kedvenc lábpárán* fogja vinni lovasát, szóval a kiképzőnek gyakran kell ülést váltania. Ha a csikó levezette a felesleges energiát és előre, lefelé támaszkodik, a lovas is teljes súlyával rá tud ülni a hátára, akkor kezdődhetnek a gyakorlatok.

Egyenes vonalon történő haladás trükkös feladat a lovasnak, gyakran előfordul, hogy a szárazakat szorosan tartják, és így megakadályozzák, hogy a ló egyenesen tudjon menni, a tereplovaglás adhat ebben pár segítséget. Ki kell választani egy megfelelő és egyben szűk szegélyt, ez útmutatót is ad a csikónak, főleg annak, aki szeret görbén előre haladni vagy netán a fákról elcsen egy-két falatot. A szűk szegély segít abban, hogy a lovas a lovát a belső nyomvonalon lovagolja, így a lábszár és testsúlysegítséggel tudja irányítani, tehát a lovast is fejleszti. Amint a ló helyes irányban halad, a segítséget finomítani kell. Az elején nem fog sokáig a ló egyenesen haladni, ezért kell a kiképzőnek nyugodtan ülnie a nyeregben és laza, de határozott segítséggel korrigálni a hibákat.

Vállat előre füves szegélyeknél remekül lehet gyakorolni. A lovas csípője egyenes, valamint a ló nem keresztezik a lábával, csak enyhén befelé fordítja a fejét. A kiképző lábszára finoman a csikó oldalához simul, a külső a heveder mögött lazán a ló oldalára fekszik, így nem fog oldalra kitörni a hátas. A lovas belső keze csak enyhén befelé mozdul, a külső kéz is puha, a sörény külső oldalán marad, közben a szírat olyan lazára engedi, hogy a ló támaszkodását ne vegye el, de kicsit meghajlítsa a lovat. Ha a ló feje és nyaka befelé fordul, hátuljával is keresztül tud lépni. Ez a gyakorlat segít az összeszedettségben, a nyak szabad mozgásában és a testsúly hátra kerülésében. *Vállat be gyakorlatnál* a lónak az első lábát kell kereszteznie, itt út menti szegély – főleg, ha van mellette útmutatóként sövény – tud nagy segítséget jelenteni, így a ló sodródása elkerülhető. A segítségadások megegyezők *a vállat előre segítséggel*, viszont a lovas vállának párhuzamosnak kell lennie a ló vállával. Egyes lovak a szegély belső oldalára dőlnek, ilyenkor a lovas több belső csizmát használ, valamint testsúlyát a külső ülőcsontra helyezi.

A természetben lévő fák, kis bokrok, egy sorban álló akadályok és különböző növények nagyon jók a *kígyóvonalak*, az ívek, valamint a *kis- és nagykörök gyakorlásához*, mert kevesebb az esély arra, hogy például a ló szűkíti a kört. *A kígyóvonalon történő lovaglásnál* olyan fákat kell választani, amelyek nincsenek túl közel egymáshoz, ellenkező esetben ez megnehezíti a gyakorlat teljesítését, a fiatal ló pedig komolyabb nehezítésre ellenkezhet. A fák körül történő *kis- és nagykör lovaglásával* a ló is lazábbá válik, valamint a lovas is tudja fejleszteni így a testsúlysegítségét, hogy a ló ne kezdjen el közelíteni a fa vagy kő felé, emellett a kör tágításánál is főleg a kiképző testsúlyával kell, hogy irányítsa nagyobb ívre a lovat.

Az alap díjlovas képzés a terepen is remekül végrehajtható, a ló ezáltal jobban figyel a lovasára, mert nem csak a lovardában történik a feladat, és izgalmas is a csikó és lovasa számára is a szabadban elvégezni ezeket a gyakorlatokat. Az iramváltások a terepen bárhol elvégezhetők, csak egy megfelelő egyenes szakasz szükséges.

Sáros területek, valamint vizes akadályok segíthetnek a terepversenyek felkészítésében (valamint a díjlovas képzésnél használt természetes adottságok is segítenek abban, hogy a ló megszokja a terepversenyen használt akadályokat, mint például a sövényt). Vannak lovak, amelyek félnek a víztől, így a félelmük legyőzéséhez kell egy olyan ló társasága, aki szereti a vizet és ellenkezés nélkül bemegy. Mély vízbe és sárba nem érdemes haladni, mert a lónak megsérülhet az ízülete.

Szintén remek gimnasztikai, illetve terepversenyre felkészítő gyakorlat a *lejtőn történő lovaglás*. A meredekebb dombon történő felfelé lovaglás sokat javít a ló koordinációján, fejleszti az izmait, vágásban pedig még nagyobb fizikai erőfeszítésre van szüksége a lónak. Ráadásul jó szórakozás is. Ilyenkor a lovas beleáll a kengyelbe, és előre engedi a kezét, hogy a ló nyaka szabadabbá váljon.

A *lejtőn lefelé történő lovaglaskor* a lovat egyenesen kell tartani, itt is a lovas beleáll finoman a kengyelbe, a nyereg hátsó részébe kell ülni és behajlítani a csípőt, így a ló eleje felszabadul, lesz helye és így meg tudja találni az egyensúlyát, ebben segít ez a gimnasztikai munka (lassú lépésben történjen a haladás, nehogy sérülés történjen). Ebből következhet a *lejtőn való hátraléptetés*, ami szintén egy remekgimnasztikai gyakorlat, de megterhelő, ugyanis ilyenkor a lónak a csípőjét eléggé maga alá kell húznia, ezért eleinte nem szabad sokat kérni a lótól, csak egy-két lépést, máskülönben a gyakorlat fóbiát alakíthat ki. Érdeemes esetleg kerítés mellett végezni, mert akkor a csikó nem fog oldalra kitérni.

A kidőlt fák és a kisebb-nagyobb faágak szintén remek lehetőségeket nyújtanak a terepen való gyakorlásra. A természetes ugrások, mind díjugratáshoz, mind terepversenyhez jó alapokat tudnak biztosítani, a ló önbizalma is növekedni fog, valamint bátrabb lesz. A vékony, kisebb faágak arra ösztönzik a csikót, hogy emelje a lábait, vagy úgy is meg lehet változtatni a gyakorlatot, hogy a lovat úgy kell megállítani, hogy az első és a hátsó lábai között legyen az ág. Ezzel a lovas is ellenőrizheti a segítségadásait. Egy vastagabb ág mentén lehet gyakorolni vele a *féloldalazó lépést* is. Növénydús terület is remek lehetőség arra, hogy a ló emelje a lábait, tehát izmosítja a lovat, valamint figyelemfejlesztésben is segít, ugyanis a lónak figyelnie kell, hova teszi a lábait.

Nagyon fontos, hogy probléma esetén a lovasnak nyugodtnak kell lennie. A tereplovaglás sok veszélyt és problémát rejteget, de ezeket a lehető legnyugodtabban kell kezelni, mert ha a lovas a szárat rövidebbre veszi, izmait megfeszíti, akkor a fiatal lónak azt sugallja, hogy menekülni kell. A probléma leküzdéséhez finom kezekre és határozottságra van szükség. Nem szabad elfelejteni, hogy mindez szórakozás, öröm és kaland, a lovasnak és a hátasának egyaránt.

3 Saját vizsgálatok

3.1 Tapasztalt lóképzővel készült interjú

Pataky Kata, Monty Roberts instruktor¹⁴ célja, hogy megismertesse a lovasokat Monty Roberts erőszakmentes módszerével és a *Join-Up* (Csatlakozás) élményével, ezáltal aló és a lovasa megtapasztalhatja a bizalmon és a megértésen alapuló kapcsolatot, és megtanulhatja ennek ápolását is.

- Mennyire fontos, hogy az egy évesnél fiatalabb csikók megismerkedjenek az emberrel, mennyire befolyásolja a későbbi képzést, idomítást?

- *Ez elég fontos annak érdekében, hogy a fiatal lovak hamarabb megszokják az emberek jelenlétét, és a velük való együttműködést. Ha a csikók 4-5 hetes korában elkezdjük őket hozzászoktatni a kötőfékhez, megfelelően megtanítjuk őket vezetve lenni, ellépni a nyomástól, akkor sokkal könnyebb és stresszmentesebb lesz számukra a későbbi kiképzés.*

- Mikor érdemes a fiatal lovakat tanítani, szoktatni a felszerelésekhez? Mire kell összpontosítani és mit kell elkerülni, amikor a felszerelésekkel ismerkedik a csikó?

- *A kötőfék megismertetését tapasztalatom alapján 4-5 hetes korban érdemes elkezdni. Előtte azért nem, mert szükségük van arra, hogy a születésük után együtt legyenek az anyjukkal, megszokják a környezetüket. A többi felszerelést én általában 2-3 éves korban szoktam elkezdni. Nyereg, kantár stb.*

- A fiatal lovaknál a feladatok megértése, illetve képzési ideje lehet különböző, ez milyen tényezőktől függ?

- *Ez függ a ló alaptermészetétől, hogy milyen élményei és kapcsolata van az emberrel. Van olyan csikó, ami nagyon keresi a megoldást, nagyon szeretne együttműködni, megfelelően volt előkészítve, esetleg korán meg lettek neki mutatva az első kérdésben*

¹⁴ Pataky Kata okleveles Monty Roberts instruktor, és Monty módszerét tanítja az országban. Forrás: <https://www.patakykata.hu/bemutatkozas>

szereplő dolgok. Illetve attól is, hogy az adott ló milyen tanulási képességgel rendelkezik.

- Az első felülés milyen kihívásokat rejt, hogyan érdemes előtte a fiatal lóval dolgozni, illetve milyen kimenetelei lehetnek?

- *Ha megfelelően elő lett készítve a csikó, akkor semmilyen probléma nem szokott lenni. Ami esetleg előfordulhat, az az, hogy megijedhet attól, hogy az ember mindkét oldalon megjelenik a hátán.*

- Mennyiben járul hozzá a képzéshez vagy a feladat megértéséhez, ha egy tapasztalt, idősebb ló is ott van, úgymond vezérlő?

- *Ez akkor segít, ha egy idősebb lovat vezetünk a fiatal ló előtt, mondjuk már lovas alatt. De ha csak nézik egymást, akkor abból nem tudnak tanulni.*

- Mikor érdemes jutalmazni a csikót, illetve hogyan? Sokan a jutalomfalatos megoldást szeretik, de van-e esetleg előnye vagy hátránya?

- *A jutalomfalattal való jutalmazás a növényevő állatoknál kerülendő. A lovak képekben gondolkodnak, így az ember kezéből érkező étel azt fogja jelenteni, hogy az ember teste az étel forrása. Egy növényevő állatnak nem kell semmilyen erőfeszítést tenni ahhoz, hogy elkapja az ételt. Csak leharapja a füvet és kész. A természetes jutalom a pihenés és a "békén hagyás".*

- A fiatal lovak képzésénél, belovaglásánál mi a legnehezebb része a csikó és mi a legnehezebb az ember számára?

- *A kölcsönös megértés. De ha a lovas tudja, hogy mit, hogyan kell kérni, akkor általában nem szokott probléma lenni.*

- Egy olyan csikónál, akinek rossz szokásai vannak (csipkelődés, rúgás, harapás, ágaskodás), hogyan érdemes inteni, milyen eszközök szükségesek, mit érdemes csinálni, hogy leszokjon ezekről?

- *Huh...hát ez egy nagyon tág kérdés. Az első kérdés, hogy miért csinálja és milyen helyzetben. A lovak az ilyenfajta viselkedést mindig azért kezdik el, hogy nem értenek valamit, az ember pedig általában egyre erőszakosabban ismétli azt, amit a ló nem ért. A ló pedig egyre erősebben jelzi, hogy nem érti, hogy mit kellene csinálni. Tehát rá kell jönni arra, hogy miért történnek ezek a dolgok és apró lépésekre szedve dolgozni azon, hogy a ló megértse a feladatot és nem féljen.*

- Fiatal lovak képzésénél mit kell figyelembe venni, ha a későbbiekben versenyezni szeretnének vele, lehet az díjlovaglás vagy díjugratás például. Legyen először egy biztos alapképzettsége a lónak és utána foglalkozni a kiválasztott versenyyággal, vagy már az alapképzés közben elkezdni tanítani, tolni abba az irányba? Mire kell ügyelni, illetve milyen hátulütői lehetnek?

- *Szerintem ezt nem lehet szétszedni. Ahhoz, hogy egy ló bármilyen szinten is biztonsággal használható legyen ahhoz mindenképpen kell egy komoly alapképzettség. Hiszen, ha nincsen, akkor a lovas mire fog építkezni? Mindenhez ugyanaz kell. Egy együttműködő és irányítható ló, amelynek a mozgását minden helyzetben tudja az ember koordinálni. Az a nehéz ebben, hogy erről egy egész könyvet lehetne írni. És valószínű, hogy mindenkinek mást jelent a jól képzett ló. Amikor egy csikó már tud egyensúlyban maradni minden jármódban, ismeri a csizma, derék és szársegítségeket és fel is veszi azokat, lehet rövidíteni, nyújtani, nem sodródik el a vállain, puha, rugalmas kontaktusban marad a zablán az ember kezével, addig szerintem nem érdemes a sportban gondolkodni. És persze a végeredményben vannak különbségek, mert nem kell mindegyik lónak a legmagasabb díjlovas feladatokat megtanulni. De szerintem ez az alap minden lónál.*

3.2 Saját csikó képzése

Az alábbiakban saját lovam, Maker Speed, hároméves korától kezdődő alapképzésének alakulását és fejlődését foglalom össze, amelynek során számos idomítói módszert és képzési technikát alkalmaztam. A ló nevelésének célja nemcsak a fizikai felkészítés, hanem a mentális fejlődés elősegítése is, így kiemelt figyelmet fordítottam a ló és lovas közötti kapcsolat kiépítésére, az alapfelszerelésekkel való ismerkedésre, valamint a szükséges szocializációs folyamatokra.

Maker Speed egy angol telivér, két és fél éves korában került hozzám a versenypályáról, ahol bár részt vett edzéseken, nem versenyzett, és megfelelő alapképzésben sem részesült, így az izomzata nem volt megterhelve. A csikóval való munkám kezdetén a legfontosabb lépés az alapfelszerelésekhez való szoktatás, valamint a tiszteletteljes emberi kapcsolat kialakítása volt, mivel Maker a kezdetekkor hajlamos volt az agresszív viselkedésre: ágaskodott, fejét folyamatosan lehajtotta, és a vezetőszárba is belegabalyodott. Az alapfelszereléseket, különösen az angol nyerget, fokozatosan ismerttettem meg vele, hogy az érzékenyebb tanulási folyamatokat elősegítsem, és a ló számára sem váljon traumatikussá. Közös munkánk első évében futószáron végeztem az alapmunkát, így a ló már a harmadik életévére stabil alapokkal rendelkezett a különböző mozgásformákra és a lovassal való közvetlen kapcsolatra.

A futószárazás során a csikó kezdetben fokozott energiát mutatott, és hajlamos volt önállóan, irányítatlanul rohangu. A fokozatos, tudatos munkával azonban elértem, hogy stabil ügetésben és vágásban végezze a feladatokat, miközben mindig figyelt a futószárazó segítségével. A munkát az alapfeladatokkal kezdtem, és amikor a csikó már jól reagált, fokozatosan átálltam a nehezebb gyakorlatokra. A jobb kézen való vágázásnál különösen ügyeltem a gyenge oldal megerősítésére, és igyekeztem a hibákat türelemmel és sok próbálkozással korrigálni.



6. kép Idomító munka

A lábfelvétel és a patamosó használatának elsajátítása során a legnagyobb kihívás az volt, hogy Maker nem hagyta magát kezelni. Mivel fiatal csikóként sokféle traumát

szenvedett el, különösen a heréltetés folyamata okozott nála fokozott érzékenységet a lábaival kapcsolatban. A lábfelvétel tanítása fokozatosan történt, kezdve a láb simogatásával, majd a lábak fokozatos emelésével. Az alapvető, apró lépések után a csikó hamar megértette, mit várok el tőle, és az önálló lábfelvételt már szinte magától végezte el. A gyakorlás során pozitív megerősítéssel és dicsérettel ösztönöztem a helyes viselkedésre, így a lábfelvétel folyamatosan fejlődött, és a ló már engedte magát körmölni anélkül, hogy problémát okozott volna.

A lovas alapfelszerelések, így a nyereg és a heveder bemutatása szintén fokozatosan történt, különösen figyelve arra, hogy elkerüljem a hevederiszony kialakulásának kockázatát. A lovammal való kapcsolatot az első felüléseken a legnagyobb figyelemmel alakítottam ki, így fokozatosan és türelemmel építettem be a nyereg alatti munkát. Az első ráülés után, amikor Maker már megbízhatóan reagált a segítségre, elkezdtem a szabad lovaglást, fokozatosan növelve a feladatok bonyolultságát. Az ugrómunkát szintén bevezettem, miután megbizonyosodtam róla, hogy a csikó fizikailag és mentálisan is készen áll a következő lépésre. A cavalletti munkát először futószáron végeztük, majd szabadon is alkalmaztuk a megfelelő technikákat.

A csikóval kapcsolatos tapasztalataim egyik legnagyobb próbatétele a Kurultáj Magyar Törzsi Gyűlésen való részvétel volt, ahol Maker először találkozott idegen emberekkel, lovakkal, és szokatlan ingerekkel. Az első két nap nehézségei ellenére sikerült kialakítani egy stabil kapcsolatot, és a harmadik napon már teljes mértékben részt vettünk a seregszemplén és a tiszteletvágtnál. Az eseményen szerzett tapasztalatok megerősítették bennem, hogy Maker egy rendkívül egészséges és bátor ló, aki mindig a lovasára figyel, és egyre inkább képes alkalmazkodni különböző környezetekhez.

Maker fejlődése, különösen az idomító munkában és a különböző feladatok teljesítésében, azt mutatja, hogy a fiatal ló alapképzésének legfontosabb eleme a fokozatos, türelmes és következetes munkavégzés, valamint a lovas és ló közötti bizalom kiépítése. Az eredmények tükrözik a helyes képzési módszerek és a lóval való pozitív kapcsolat fontosságát.

Összességében nagyon büszke vagyok a lovamra, hiszen Makerrel közösen elértük mindazt, amit az alapképzés során kitűztünk, és ez a kettőnk között kialakult szoros kapcsolat eredményeként vált lehetővé. Hosszú utat tettünk meg, és folytatjuk az örömteli közös munkát.

4 Összefoglalás

A szakdolgozatban több, a csikó képzésének és a lovas kapcsolatának kulcsfontosságú szempontját vizsgáltam, a kezdetektől egészen az alapképzés befejezéséig. A dolgozat központjában a csikónevelés áll, kiemelve annak fontosságát, hogy már az első pillanatoktól kezdve megfelelő tanítás és szoktatás vegye kezdetét, mivel ezek a lépések alapvetően befolyásolják a fiatal ló későbbi munkáját és a lovasával való kapcsolatát.

A különböző idomítói és tréneri módszerek elemzésével részletesen bemutattam, hogy egyes technikák miként formálják a ló és a kiképző közötti viszonyt, és miért elengedhetetlen a kölcsönös bizalom kiépítése a sikeres képzéshez. A szakirodalomban és a gyakorlatban is fontos szerepet kapott a felszerelésekhez történő szoktatás, különös figyelmet fordítva a kantár és a nyereg megismertetésének kockázataira, valamint arra, hogy hogyan lehet ezeket a problémákat megelőzni.

Az alapképzés jellemzőit és a képzés lépéseit részletesen körüljártam, beleértve, hogy mikor és hogyan kezdődik el a munka, milyen alapelveken nyugszik a folyamat, és hogyan érhető el siker. A futószárazás alapjainak lefektetése különös hangsúlyt kapott, mivel ez a módszer elősegíti a fiatal ló fizikai és mentális fejlődését. Külön kitértem a futószárazáshoz szükséges felszerelésekre és annak előnyeire is.

A belovaglás, mint az alapképzés egyik legkritikusabb szakasza, szintén részletes elemzést kapott. Az első ráülés, a fiatal lóval való munka kihívásai, valamint a megfelelő szakértelem és tapasztalat fontossága hangsúlyozásra került, hiszen a szakszerűség elengedhetetlen a sikerhez. A fentiekén kívül a lovas képzésére vonatkozó elvárásokat is meghatároztam, hogy a lovas megfelelő segítséget tudjon adni a fiatal lónak.

Miután a csikó megismerkedett a felszereléssel, a lovassal és az alapvető segítségekkel, a dolgozat további részében az alapképzés legnehezebb szakaszaival foglalkoztam. A díjlovaglás és a díjugratás alapjainak ismertetésénél kiemeltem, hogy a fiatal ló fizikai és mentális fejlődése szoros összefüggésben áll a gyakorlatozás minőségével, a gyakorlatok intenzitásával és időtartamával. Megfogalmaztam, hogy miért fontos a fokozatos terhelés, és miért nem ajánlott túlterhelni a lovat az alapképzés során.

A tereplovaglás szerepe és hatásai szintén jelentős témát képeztek a dolgozatban. A természetes környezetben végzett edzés segíti a ló további fejlődését, növeli a bizalmat és a

mentális állóképességet. Ezen kívül különböző gimnasztikai feladatok végrehajtása és azok előnyei is bemutatásra kerültek.

A dolgozat egyik fontos része egy tapasztalt lókiképzővel készült interjú, amelyben a gyakorlati tapasztalatok és különböző szempontok mentén a képzés hatékonyságának növelésére vonatkozó ajánlásokat és figyelmeztetéseket fogalmaztunk meg. Az interjú segített jobban megérteni, hogy miként érdemes a különböző helyzetekre reagálni, milyen technikák alkalmazása lehet hasznos, és mi az, amire különösen figyelni kell.

A dolgozat végén személyes tapasztalataimat is megosztottam. Egy képzetlen, elrontott csikót vásároltam meg, és az évek során jelentős tapasztalatot szereztem a vele való munka során. Ezek a tapasztalatok alapvetően hozzájárultak a dolgozat témaválasztásához, és segítettek abban, hogy a különböző képzési módszereket a gyakorlatban is kipróbálhassam.

5 Köszönetnyilvánítás

Köszönettel tartozom mindazoknak, akik hozzájárultak munkámhoz a szakdolgozatom készítése során. Szeretnék köszönetet nyilvánítani tanáraink támogatásáért, különös tekintettel a témavezetőmre, Abayné dr. Hamar Enikő, egyetemi docensre, akinek a szakmai iránymutatása segítette a dolgozatom megvalósulását. Köszönet illeti interjúalanyomat, Pataky Kata, Monty Roberts instruktort is, aki értékes tapasztalataival gazdagította munkámat. Továbbá szeretném megköszönni a családomnak, hogy biztatásukkal segítettek átlendülni a szakdolgozatírás kihívásain. Végül, de nem utolsósorban, hálás vagyok az egyetlen és szeretett lovamnak, Makernek, hogy közelebbről megismertetett a lovak különleges világával, és ezáltal nemcsak a gyakorlati tapasztalataimat gyarapította ezen a téren, hanem leginkább ő motivált a témaválasztásban is.

6 Irodalomjegyzék és források

Irodalomjegyzék:

- Agócs M., Komjáthy Gy., Kovács I. (2002): A futószárazás. Képzőművészeti Kiadó, Kaposvár, 113 p.
- Bird, J. (2011): Lovunk utóidomítása. Penny Girl, Budapest, 160 p.
- Blondeau, N., (2017) A fiatal ló belovaglása. Mezőgazda Kiadó, Budapest, 117 p.
- Bolze, D., (2009): A ló képzése a terepen. Mezőgazda Kiadó, Budapest, 80 p.
- Busch C. L., (2009): Ló és lovas összhangja: a segítség. Mezőgazda Kiadó, Budapest, 78 p.
- Dr. Borucs B. (ford.) (2011): A lovasember kézikönyve. Magyar Lovassport Szövetség, Budapest, 149 p.
- Dr. Mátray Á., Vér I. (2023): Szívügyünk a ló. A betegtájékoztatóért Kft., Budapest, 341 p.
- Düe, M., Miesner, K., Miesner, S., Plewa, M., Plutz, M., Veltjens, C., Erley, O., (2005): A jól képzett ló. Mezőgazda, Budapest, 163 p.
- Gold, M., (2003): DerPferdewirt. BLV Buchverlag, München, 260 p.
- Gróf Széchenyi D. (2022): Adalékok a lovaglás tanításához. Nemzeti Örökség Kiadó, Onga, 95 p.
- Halász B., Ócsag I. (1955): Csikónevelés. Mezőgazdasági Kiadó, Budapest, 179 p.
- Hecser G. (szerk.) (1982): A lótenyésztés jövő útja VIII. ankétja, amelynek tárgya: Színvonalas lovassport nélkül öncélú a lótenyésztés, ÁTK ÁKI, Gödöllő, 71 p.
- Higgins, J. (2022): Testre szabott lóképzés az anatómia tükrében. Bioenergetic Kiadó, Budapest, 168 p.
- Kappmeier, S. (2004): FN-HandbuchPferdewirt: Ausbildungsbegleiter und NachschlagewerkfürdieprofessionellePferdepraxis. FN Verlag, Warendorf, 336 p.
- Klimke, I., Klimke, R. (2009): Cavaletti: díjlovaglás, díjugratás. Mezőgazda Kiadó, Budapest, 141 p.
- Klimke, R. (1997): A fiatal hátasló alapképzése. Mezőgazda Kiadó, Budapest, 203 p.
- Lambton, G., (1924): Men and horses I HaveKnown. Butterworth, London, 320 p.
- Roberts, M. (2000): Az igazi suttogó. Bastei Kiadó, Budapest, 379 p.
- Roberts, M. (2001): Lovak és emberek. Bastei Kiadó, Budapest, 240 p.
- Sziksai Z., Rozmán F., Jónás M. (2011):Belovaglókézikönyve. Herman Ottó Intézet (FMV), Budapest, 295 p.

Internetes források:

- Davis, J.: SixStrategiesforTraining Young Horses. <https://dressagetoday.com/people/six-strategies-for-training-young-horses-jenna-arnold-part-1/> (2024 november)
- Pataky, K.: A kettős futószárról. <https://www.lovasok.hu/index-archive.php?i=48817> (2024 november)
- http 1: FEI-Pass und FEI-Registrierungfür Turnierpferde. <https://www.pferd-aktuell.de/turniersport/turnierpferd/fei-pass-und-fei-registrierung> (2024 november)
- http 2: Klimke. https://en.wikipedia.org/wiki/Reiner_Klimke (2024 november)
- http 3: Pataky. <https://www.patakykata.hu/bemutakozas> (2024 november)
- http 4: Roberts. <https://montyroberts.com/about-monty-roberts/> (2024 november)
- http 5: The Blondeau method. <https://www.ecoleblondeau.com/en/blondeau/the-blondeau-method> (2024 november)
- http 6: Top tipswetookfromthe Young HorseTraining Series. <https://www.horsesportireland.ie/blog-post/top-tips-we-took-from-the-young-horse-training-series/> (2021 március)

Illusztrációk forrása:

Az illusztrációul szolgáló fényképeket Tiszai-Szücs Tamás készítette, felhasználásuk az ő hozzájárulásával történt.

7 Hallgatói nyilatkozat

NYILATKOZAT

a szakdolgozat nyilvános hozzáféréséről és eredetiségéről

A hallgató neve:

Josica Jozsef

A Hallgató Neptun kódja:

BFIRDA

A dolgozat címe:

Az oktatásról, fiatalok iskolai és munkahelyi

A megjelenés éve:

2024.

A konzulens intézetének neve:

Művelődési és Sportügyi Intézet

A konzulens tanszékének a neve:

Aktív életmód-technológia és Alkalmazott Tanítás

Kijelentem, hogy az általam benyújtott szakdolgozat egyéni, eredeti jellegű, saját szellemi alkotásom. Azon részeket, melyeket más szerzők munkájából vettem át, egyértelműen megjelöltem, és az irodalomjegyzékben szerepeltettem.

Ha a fenti nyilatkozattal valótlan állítottam, tudomásul veszem, hogy a záróvizsga-bizottság a záróvizsgából kizár és a záróvizsgát csak új dolgozat készítése után tehetek.

A leadott dolgozat, mely PDF dokumentum, szerkesztését nem, megtekintését és nyomtatását engedélyezem.

Tudomásul veszem, hogy az általam készített dolgozatra, mint szellemi alkotás felhasználására, hasznosítására a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem mindenkor szellemi tulajdon-kezelési szabályzatában megfogalmazottak érvényesek.

Tudomásul veszem, hogy dolgozatom elektronikus változata feltöltésre kerül a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem MATER Hallgatói Dolgozatok repozitóriumba. Tudomásul veszem, hogy a megvédett és

- nem titkosított dolgozat a védést követően
- titkosításra engedélyezett dolgozat a benyújtásától számított 5 év eltelte után

nyilvánosan elérhető és kereshető lesz az Egyetem MATER Hallgatói Dolgozatok repozitóriumban.

Kelt: 2024 év 11 hó 04 nap

Josica Jozsef

Hallgató aláírása

8 Konzulensi nyilatkozat

NYILATKOZAT

Boorac Pazmin (név) (hallgató Neptun azonosítója: 071RDA)
konzulenseként nyilatkozom arról, hogy a szakdolgozatot áttekintettem, a hallgatót az irodalmi források korrekt kezelésének követelményeiről, jogi és etikai szabályairól tájékoztattam.

A szakdolgozatot a záróvizsgán történő védeésre javaslom / nem javaslom.

A dolgozat állam- vagy szolgálati titkot tartalmaz: igen nem

Kelt: 2024 év 11 hó 04 nap

[Signature]
belső konzulens