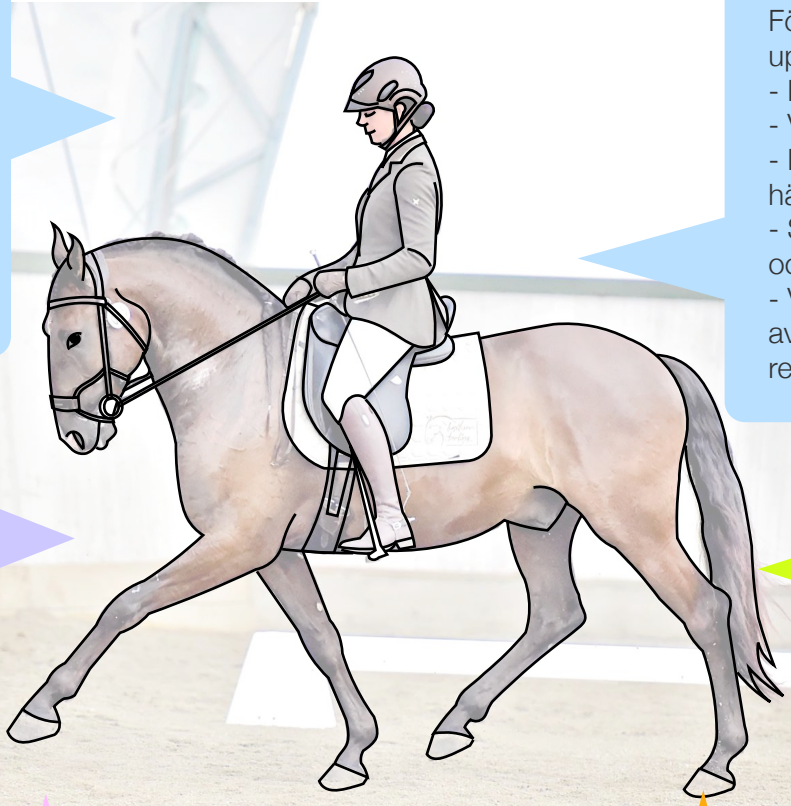
Ryttarens Utbildningsskala

1.TAKT (sits, position, balans, koordination)
För att hästen ska ha möjlighet att röra sig taktmässigt krävs det att ryttaren har utvecklat sin balans, följsamhet och koordination. Ibland kan ryttaren ha en direkt störande inverkan genom dålig balans och oförmåga att koordinera sina hjälper. Ridning i fel tempo leder ofta till obalans och otakt. För att kunna lösgöra en häst måste ryttaren kunna rida hästen i ren/jämn takt.

2.LÖSGJORDHET (inverkan)
Ryttaren måste själv vara i psykisk (mental) och fysisk (kroppslig) balans för att hästen ska kunna bli lösgjord. Ryttarens egen avspändhet har en stor betydelse för hästens eftergift. När ryttaren lärt sig att ”skumpa” i takt med hästen kan ryttaren börja hitta stabiliteten och röra sig tillsammans med hästen. Ju bättre ryttaren blir på att förmedla sina signaler som ex förhållning och eftergift till hästen, desto kvickare blir svaret i form av lösgjordhet. Har man inte tillräckligt med balans utan måste klämma sig fast med skänkeln eller ex håller balansen i tygeln kan man inte lösgöra sin häst.

3.KONTAKT/STÖD (ryttarkänsla)
För att hästen ska våga söka sig fram till bettet och ryttarens hand måste ryttaren kunna erbjuda hästen en lätt jämn, mjuk och samtidigt stadig kontakt. Är inte ryttaren i balans blir kontakten ojämn. Kontakt söker hästen när den känner ett förtroende för ryttarens hand och släpper igenom ryttarens inverkan.



ÖDMJUKHET

Ridning är ett livslångt lärande. Vill du utvecklas så kom ihåg att inte skylla på hästen, inse dina misstag, våga pröva andra sätt, lyssna på andra och var ständigt öppen för att lära nytt.

4.SCHWUNG
Även ryttaren måste kunna fjädra av i kroppen och vara ”spänstig utan att vara spänd och avslappnad utan att vara slapp” (Kyra Kyrklund) Ryttaren måste ha tillräcklig muskelstyrka för att orka bibehålla sin balans och position och samtidigt inverka med framåtdrivande hjälper.

5.RAKRIKTNING
Det är vanligt att ryttaren liksom hästen har en svagare och en starkare sida och därför har lättare att rida i ett varv. Man sitter då ofta snett dvs vikten är inte lika fördelad över hästen. Om hästen ska kunna arbeta liksidigt måste ryttaren sitta mitt över hästen. Hästen behöver vara lösgjord och acceptera ryttarens hjälper (framåtdrivande, förhållande, vändande och sidförande).

6.SAMLING
För att kunna nå – samling – måste ryttaren uppnå de första stegen
- Ha bra balans och koordination
- Vara avspänd och följsam
- Erbjuda en jämn mjuk stadig kontakt med hästens mun
- Sitta rakt över hästens mittlinje på både rakt och böjt spår i båda varven
- Vara stark, spänstig och samtidigt kunna fjädra av i sin egen kropp (fysiskt vältränad, mentalt redo)