

VAD MENAS MED EN BRA HOPPSITS?

För en tid sedan läste jag en artikel om italienaren Federico Caprilli, som levde på slutet av 1800-talet. Han revolutionerade hoppporten och terrängridningen genom att börja rida med sin välbalanserade ”lätta” sits. Så hade man inte ridit tidigare, då man trodde att hästen skulle landa på sina bakben för att skydda frambenen (se gamla jaktmotiv). Caprillis teknik byggde på en urgammal ridstil, som användes redan av orientaliska ryttare och stäppnomader. Denna ”nya” hoppsets gjorde italienarna väldigt framgångsrika inom banhoppningen långt in på 1900-talet.

Den berömde italienska hoppryttaren Raimondo D'Ánzo (OS-guld 1960 samt ett par VM-guld) anser att många inte förstår hur stor Caprilli egentligen var. Många instruktörer saknar tillräcklig känsla och förstår inte den kultur, som Caprilli försökte förmedla.

Vad menas då med en bra hoppsets? Vi ser många fälttävlansryttare, som har något naturligt i sin sits – balans (t.ex. engelskan Zara Phillips). När det gäller hoppryttare framhåller jag gärna engelsmannen Scott Brasch. (I min artikel i Ridsport nr 2- 2013 föll tyvärr meningen bort om Scott Brasch.) Hos denne ryttare ser man något naturligt, som inte alla hoppryttare har – en bra balans inte bara över hindren utan även mellan hindren! Han står i stigbyglarna med fotsulor, som är parallella med marken och hans fötter är under hans balanscentrum i buken – inga nedtrampade hälar och framskjutna underskänklar. Allting ser lätt ut och tygelhjälperna blir känsliga. Uttrycket ”utan sits ingen hand” får en naturlig innebörd.

Jag måste hålla med Raimondo D'Ánzo, då han antyder att många instruktörer saknar insikt för tekniken i hoppsetsen. Man kan i många tidskrifter och böcker, som handlar om ridsport, läsa en bra text, men där bilderna inte överensstämmer med textens innebörd! Man ser en felaktig lodlinje i den lodräta sitsen, man ser en dålig balans hos hoppryttaren framför allt mellan hindren med nedtrampade hälar och framskjutna underskänklar. Man ser t.o.m. ibland konstgjorda medel för att få ryttaren händer lugna, t.ex. bågen som fixerar ryttarens rygg och armar – en konstruktion som kan vara direkt farlig.

Jag läste om en bok, där man påstod att ryttarens sits inte var medfödd utan måste tränas upp. Detta är inte sant. Barn har normalt en väldigt naturlig och följsam sits. Det är tyvärr på många ridskolor som sitsen förstörs och därefter kan det onekligen bli fråga om att träna upp det naturliga igen. Däremot behöver i stort sett alla ryttare träna upp sin liksidighet för att kunna inverka optimalt på hästen!

Kontentan blir – lär dig som tränare att se **balans och symmetri för att hitta spänst och harmoni** hos ekipaget! Och lär dina elever att finna känslan i sin ridning. Det mår alla bäst av även om vägen dit kan kännas svår ibland.

Till sist – inför stilbedömning i hoppning och i fälttävlan i alla ponnykategorier samt i lättare klasser för ridhästar. Låt t.ex. resultat och stilbedömning ge kvalifikationer till final i ponny-SM.

Med vänlig hälsning
Maggi v. Wachenfeldt
Kinda Häst

