



Práce ve cvalu

***Jak to udělat, abyste koně ve cvalu ovládali stejně snadno
jako v kroku a klusu?***

Kdy je správná chvíle na trénink zastavení?

Jak ho motivovat, aby chtěl plnit vaše přání?

Kdy a jak začít trénovat změny rychlosti ve cvalu?

Radek Líbal

www.opravdovaduvera.cz

www.radeklibal.cz

Obsah

Práce ve cvalu.....	1
Obsah.....	2
Čeho se práci ve cvalu snažím dosáhnout?	3
Hlavně jednoduše, ale důsledně	3
Aby kůň rozuměl tomu, co po něm chcete.....	4
Jak postupovat při práci ve cvalu	5
☐ Kruhy a rovné čáry – abyste jeli vyrovnaným tempem tam, kam chcete.....	5
☐ Nacválání – aby kůň vždy a hned nacválal tak, jak chcete.....	7
☐ Uvolnění a posílení krku a hřbetu – aby i ve cvalu kůň dokázal správně pracovat hřbetem a jeho záda zůstala zdravá	9
☐ Zastavení – abyste kdykoli a z jakékoli rychlosti snadno zastavili	10
☐ Jak učím koně nevybočovat z mnou zvoleného směru jízdy.....	13
☐ Přechody – abyste mohli lehce a plynule měnit chody	14
☐ Přeskok – abyste mohli snadno měnit pravý a levý cval.....	16
☐ Kontrola rychlosti – aby zrychlení nebo zpomalení bylo vždy snadné.....	19
Nezapomeňte	21

Čeho se práci ve cvalu snažím dosáhnout?

Práce ve cvalu navazuje na práci v kroku a klusu. Snažím se zde dosáhnout toho, abych mohl i ve cvalu koně snadno ovládat. Chci, aby kůň při cvalové práci zůstal klidný, uvolněný, ochotně reagoval na moje vedení a pobídky a i bez mých korekcí udržoval pravidelné tempo.

Hlavně jednoduše, ale důsledně

V řadě odborných článků o správném ježdění na koni je popsáno provedení jednotlivých pobídek například pro nacválání nebo letný přeskok tak komplikované a náročné na správné a přesné provedení, že si říkám, jestli alespoň 5% jezdecké populace je schopno je správně opakovaně provádět. Myslím si, že **příliš složité pobídky jsou stresující nejen pro jezdce a náročné na jeho správnou koordinaci pohybu, ale i pro koně**. Většina jezdců tyto pobídky není schopna dávat vždy správně a stejným způsobem, ale po koni vyžadují vždy stejné reakce. Zkuste se vžít do koně, jak dobře asi může takovým pobídkám rozumět a reagovat na ně. Navíc řada jezdců je už díky složitosti pobídky tak vystresovaná, že již dopředu nevěří, že jsou schopni ji udělat správně. **Chtít po koni, aby něco udělal a nevěřit, že to udělá, je rovná dálnice k neúspěchu.**

To, co po koni každý požaduje, by měl přizpůsobit svým schopnostem a momentálním schopnostem koně. To znamená stanovit si priority.

Pro mne je:

- první priorita **aby, kůň šel vždy tam, kam chci,**
- druhá, **abych ho mohl bez obtíží rychle zastavit,**
- třetí, **aby klusal i cválal pravidelně, uvolněně, rovnoměrným tempem,**
- čtvrtá, **aby kůň chodil ve správné pozici,**
- teprve pátá a **další priority jsou postupné zlepšování ovládání koně.**

Aby kůň rozuměl tomu, co po něm chcete

Celé mé ježdění je založené na co nejjednodušších pobídkách. **Koni** svoji **pobídkou řeknu, co má dělat a další práci nechám na něm.** Dám-li například pobídku do cvalu chci, aby kůň cválal v mnou zvoleném tempu a já jej v něm již dalšími pobídkami nemusel udržovat a neustále mu opakovat co má dělat.

Dál svými pobídkami koni pouze říkám, kam má jet a případně to, jestli chci zrychlit nebo zpomalit. Tento způsob ježdění je jednodušší i pro jezdce, protože není tak náročný na správnou koordinaci pohybů a jednodušší pobídky je vždy snazší udělat správně a opakovat je vždy stejně. **Kůň jednoduchým pobídkám dobře rozumí a rychleji si je zapamatuje.**

Je to obdobné, jako když jste v cizí zemi a neumíte dobře místní řeč, vždy porozumíte lépe tomu, kdo s vámi bude mluvit co nejjednodušším způsobem, než tomu, kdo bude používat složitá souvětí se spoustou slov, jejichž význam vůbec neznáte. Jednoduché pokyny jako „jděte rovně“, „zahněte doprava“, „ano“, „ne“ si také mnohem rychleji zapamatujete a snáze jim rozumíte. Kůň je na tom podobně, také se snaží porozumět tomu, co po něm vy chcete. Při výcviku toto mějte

na myslí a snažte si představit, jak byste svým pobídkám rozuměli vy, kdybyste byli kůň, na kterém jedete. Někdy obdivuji koně, jak rychle pochopí, co po nich člověk chce.

Snažím se, aby moje pobídky byly vždy stejné a reakce na to, udělá-li kůň něco dobře také vždy stejné, tzn., že na koně přestanu vyvíjet tlak a řeknu mu tím ano, tohle jsem po tobě chtěl. Naopak jestliže kůň mé přání nesplní, pobídku zesílím a opakuji do té doby, než kůň udělá, co jsem po něm chtěl. A poté tlak zase okamžitě povolím, aby jasně pochopil, že udělal, co jsem po něm požadoval. **Čím důslednější při dodržování tohoto principu budete, tím rychleji bude kůň vašim pobídkám rozumět.**

Jak postupovat při práci ve cvalu

Jak by na sebe měla práce ve cvalu navazovat, aby se kůň rychle zlepšoval.

- ***Kruhy a rovné čáry – abyste jeli vyrovnaným tempem tam, kam chcete***

První věc, čeho se prací ve cvalu snažím dosáhnout je to, aby kůň zůstal při cvalové práci klidný a cválal rovnoměrným tempem. Je-li kůň při cvalové práci vydešený nebo vystresovaný, nevnímá dobře vaše vedení a pobídky a těžko ho tak můžete něco nového naučit. Nejdříve tedy pracuji na tom, aby kůň při cvalu zůstal v klidu. Přestože zpočátku ještě nepracuji na správném nacvávání, nikdy nenechám koně cválat na jinou nohu, než chci já. Zprvu nacvávám vždy z klusu na kruhu se zádí posunutou do strany tak, jak jsme to dělali při práci v klusu. Pobídku k nacvávání dávám vždy v okamžiku, kdy se mi kůň netlačí z kruhu ven a je velká pravděpodobnost, že nacválá na správnou nohu. Pokud by přesto naskočil do

nesprávného cvalu, v klidu ho přibrzdím otěžením do klusu a nacválání opakuji. **Jakmile cválám, snažím se koně co nejméně rušit sedem** a nechci po něm nic jiného, než aby cválal vyrovnaným tempem tam, kam jsem se rozhodl jet. Zpočátku cválám jen na velkých kruzích nebo využívám celou plochu jízdárny a jediné, co koně učím je cválat pravidelným tempem a reagovat na změny směru, které po něm požaduji.

U **líných koní**, kteří většinou nemají s nervozitou při cvalové práci žádné problémy, **se soustředím na to, aby reagovali na moje jemné pobídky** a nemusel jsem je ve cvalu udržovat neustálým pobízením mých holení. Jestliže kůň sám nedodrží tempo, tedy cval, který po něm požaduji a zpomalí třeba do klusu, moje opakovaná pobídka je mnohem silnější a nevádí mi zde, když kůň v prvním okamžiku vyrazí rychleji než bych chtěl. Pokud bych opakovanou pobídku nedal výraznější, kůň by bral moje pobídky čím dál méně vážně. Opakovanou pobídkou, která je silnější, tak koni řeknu, že nezůstat ve cvalu byla chyba. Důležité je, i když je opakovaná pobídka silnější, abyste při ní zůstali úplně klidní a svoje emoce nepřenášeli na koně, protože **základní předpoklad toho, aby kůň byl klidný a soustředěný je to, že klidní a soustředění jste i vy**, naopak veškeré vaše negativní emoce přenášíte na svého koně. Nezáleží zde na tom, jestli se navenek klidně a vyrovnaně tváříte, ale zda opravdu klidní a vyrovnaní jste.

Naopak u **koní, kteří jsou temperamentní**, snadno se vzruší nebo mají tendenci cválat příliš rychle, **používám co nejjemnější pobídky a začínám cválat hlavně na kruhu**, kdy kůň nemá takovou možnost ani chuť běžet příliš rychle. Koně se snažím co nejméně rušit svým sedem, aby si spíše připadal, že veze jenom závaží než jezdce. **U takových koní je zvlášť důležité zůstat úplně klidný a všechny pobídky dávat plynule se zvyšující se intenzitou a ne ho děsit nečekanou zbytečně prudkou pobídkou** ať už k nacválání nebo zpomalení. Snažím se zde, aby

kůň sám pochopil, že mu při cvalu ode mne, jako jezdce, nehrozí žádné nebezpečí. Většina temperamentních koní se při takové cvalové práci poměrně rychle uklidní a na mé pobídky přestane reagovat příliš hekticky. Jestliže takový kůň nepřiměřeně nezrychluje svoje tempo, nechám ho cválat tak dlouho, dokud necítím první známky toho, že by rád zpomalil nebo zastavil. Ty se projevují tak, že kůň sám od sebe třeba i velice mírně zpomalí tempo a nepocituji už od něj takovou energii cválat dopředu. Poté ho nechám ještě chvíli v klidu cválat a upevním v něm tak pocit, že cválal na moje přání a zpomaluje nebo zastavuje také na moje přání.

Jestliže kůň své tempo stále zrychluje, tak ho přibrzdím svoji rukou a jakmile kůň zpomalí, otěže zase plynule povolují. A to v klidu opakuji tak dlouho, dokud kůň při povolení otěží zrychluje. Druhá možnost je zmenšit kruh, na kterém cválám a rychlý cval tak koni zkomplikovat. Kterou možnost využiji, se rozhoduji podle toho, jak dobře na ně kůň reaguje.

• ***Nacválání – aby kůň vždy a hned nacválal tak, jak chcete***

Jakmile kůň zůstává při cvalu klidný, udržuje rovnoměrné tempo a mohu snadno korigovat směr jízdy, začínám pracovat na tom, aby kůň spolehlivě nacválával buď v pravém nebo v levém cvalu, podle toho, jak já jsem se rozhodl. Možná vám připadá divné nejdříve s koněm pracovat na klidném cvalu, a pak teprve ho učit nacválání. **Abych mohl koně cokoli efektivně učit, je třeba, aby byl klidný a soustředěný na mne jako jezdce.** Proto nemá cenu koně učit nacválat, jestliže je ještě při přechodu do cvalu rozrušený. Způsob, jakým trénuji nacválání, nejlépe uvidíte ve videu.

Na co se při nácviku nacvávání soustředím, je to, abych pobídku k nacvávání dal koni vždy jen ve chvíli, kdy je před nacváváním ve správné pozici, tj. se zádí trochu posunutou do strany od té holeně, kterou dávám pobídku k nacvávání. Pokud kůň od tlaku mé holeně dobře neustoupí, nebo jde ještě proti tomuto tlaku, pobídku k nacvávání vůbec nedávám a začnu pracovat na odstranění této chyby. A to tak, že pobídku zesílím, případně si pomohu ostruhou nebo bičíkem. Jakmile kůň zádí ustoupí, tlak okamžitě povolím. Poté, co tuto chybu odstraním, vrátím se zpět k nácviku nacvávání. Může to být ten samý den, za dva dny nebo za týden.

Použití biče je vhodné ve chvíli, kdy kůň nereaguje na zesílenou pobídku nohou. Abyste si udrželi vyrovnaný sed v rovnováze, je lepší, než se snažit o příliš silnou pobídku holení, pomoci si na místě pobízející holeně bičíkem. Ale nezapomeňte na zásadu, dát vždy napřed jemnou pobídku vaší holení a teprve, když na ni kůň nezareaguje správně, použít bič.

Důsledně **dbám na to, abych pobídku k nacvávání koni dával pouze ve chvíli, kdy je v pozici, která možnost chybného provedení značně omezuje.** Kůň rychleji pochopí a zafixuje si, jak má na moji pobídku reagovat, jestliže z 10 pokusů osmkrát nacválá dobře, než když by nacválal pětkrát dobře a pětkrát špatně.

Další důležitou věcí, hlavně když s koněm na správném nacvávání terpve začínám pracovat, je neopakovat nacvávání mnohokrát po sobě. Jestliže mi kůň zpočátku provede tři správná nacvávání, po kterých ho vždy pochválím a nechám chvíli v klidu stát, přecházím k jiné práci. Opakování cviků vzápětí po sobě totiž používám, když je kůň neprovádí dobře. Kůň tak rychle pochopí, kdy pracuje podle mých představ a kdy ne.

- ***Uvolnění a posílení krku a hřbetu – aby i ve cvalu kůň dokázal správně pracovat hřbetem a jeho záda zůstala zdravá***

S uvolněním hlavy a krku ve cvalu začínám poté, co kůň cválá v klidu pravidelným tempem tam, kam chci a nacválává na tu nohu, na kterou chci. Uvolňování hlavy a krku jsme dělali už v kroku i klusu. Ve cvalu je pro koně namáhavější než v klusu, protože cval je pro koně namáhavější než klus a po koni zde ještě navíc chcete, aby při cvalu namáhal další svaly a chvíli vždy cválal v poloze, která pro něj není úplně přirozená.

Možná si říkáte, jestli teda má vůbec smysl sebe i koně tímto cvičením zatěžovat. Řeknu vám, jaký přínos pro vás tohle cvičení bude mít. O tom, co přinese vašemu koni, jsem už mluvil, ale určitě neuškodí to zopakovat. Páteř koně (ale i vaše) je složena z obratlů, a pokud vše trochu zjednoduším, to co tyto obratle a tedy celou páteř udržuje ve správné poloze, jsou svaly. Jestliže kůň jen běhá po pastvině a na zádech nenosí žádnou zátěž, většinou je jeho hřbet, ale i celá svalová soustava přizpůsobena tomuto způsobu života. Jestliže, ale začnete jeho hřbet zatěžovat vahou jezdce, je potřeba mimo jiných na tuto zátěž připravit i svaly hřbetu. Pokud svaly hřbetu nebudete posilovat a protahovat tímto nebo nějakým jiným způsobem, koni hřbet tím, jak na něm bude stále nosit váhu jezdce, také nakonec zesílí, problém je ale v tom, že zesílí v poloze, kdy je spíše prohnutý dolů a svaly hřbetu budou zkrácené. To způsobí, že kůň nemůže dobře pracovat hřbetem nahoru a dolů a tlumit tak otřesy při jízdě a bez vyklenutého hřbetu nemůže ani dobře podsazovat zadní nohy. Další věc je ta, že zkrácené svaly mu neumožní ani na kruzích a obloucích ohýbat hřbet správně do strany.

Uvedu vám zde zase jeden příklad. Většina populace trpí bolestmi zad. Většina populace má dnes také sedavé zaměstnání a ať už sedíte v autě nebo na židli

v kanceláři, máte záda většinu dne v podstatě v jedné, strnulé poloze. To způsobí, že svaly zad jsou slabé a zkrácené a nezpevňují páteř tak, jak by měly a záda začnou bolet. Pak je jiná menší skupina populace a to ti, kteří pravidelně aktivně provozují sport a své svaly při něm posilují a protahují. Nenašel jsem nikde žádné statistiky, ale protože se v takové skupině lidí pohybuji, vím, že chronické bolesti zad zde téměř nikdo nemá.

Tohle bude tedy přínos pro vašeho koně, teď už zbývá jen říct jaký další přínos uvolňování krku a hřbetu přinese vám. Jízda na koni, který s hřbetem správně pracuje, je mnohem pohodlnější. Tím, že jemným tlakem udidla ohýbáte koni krk a hlavu, učíte ho vlastně ustupovat od tlaku, a dál toto ustupování od tlaku vylepšujete. Kůň potom čím dál ochotněji ustupuje od stále menšího vašeho tlaku. **A toto cvičení nevylepšuje jen ustoupení od tlaku udidla, když koni ohýbáte hlavu, ale i ustoupení od udidla, když chcete hlavu snížit nebo ustoupení od udidla, když chcete koně zastavit.** Toto je důvod, proč si při každé výcvikové hodině najdu pár minut, kdy se věnuji tomuto cvičení. **Rozhodně zde netvrdím, že byste měli při ježdění koni ohýbat hlavu 20 minut z jedné strany na druhou, ale já toto cvičení používám, i když cítím, že kůň začíná být ztuhlý, nebo hůř reaguje na tlak udidla.**

- ***Zastavení – abyste kdykoli a z jakékoli rychlosti snadno zastavili***

Spolehlivé zastavení a okamžitá reakce koně na povel k zastavení je pro mě při výcviku koně jedna z nejdůležitějších věcí. Pokud už kůň zastavovat dobře umí, chci, aby zastavil kdykoli ho o to požádám a hned jak ho o to požádám. Ale jestliže koně zastavovat teprve učím, je dobré si k tomu vybrat chvíli nebo dobu, kdy by rád zastavil i on sám. Proto **s koněm, kterého zastavovat teprve učím, nikdy nezastavuji na začátku výcvikové hodiny,** kdy má kůň většinou dosti chuti

jít dopředu a vybit svoji energii. Ne, že bych v tuto chvíli koně o zastavení požádat nemohl a s trochou úsilí ho nedokázal přesvědčit, že mě musí poslouchat, ale je lepší, když má kůň chuť jít dopředu pracovat na cvicích, při kterých kůň jde dopředu a může vybit svoji energii. A poté, co se unaví a rád by zastavil, pracuji na zastavení. V koni tak buduji pocit, že plnit mé přání je dobré i pro něj, kůň se mnou ochotněji spolupracuje a výcvik postupuje rychleji dopředu. Samozřejmě, že **koně, který už vše dobře umí, pak mohu požádat kdykoliv o cokoliv.**

Zastavovat ze cvalu, respektive přecházet do zastavení ze cvalu, tak jak to uvidíte ve videu, s koněm začínám tehdy, jestliže spolehlivě přechází do zastavení z klusu. Když přechod do zastavení z klusu bez tahání za otěže ještě není úplně spolehlivý, přeju ze cvalu vždy nejdříve do klusu a pak teprve z klusu do zastavování.

Při přechodu do zastavení ze cvalu pak postupuji úplně stejně, jako při přechodu do zastavení z klusu. Jakmile při cvalu na koni cítím, že už by měl chuť zpomalit nebo zastavit, ještě chvíli nechám koně cválat a pak si vyberu místo, kde budu chtít přejít do zastavení. Úplně se uvolním v sedle, jako kdyby kůň už stál, myslím na to, kde budu s koněm stát a bez tahání za otěže přeju do zastavení. Pokud by se i stalo, že kůň nezastaví, zastavím ho v klidu svoji rukou, plynule přitaženou směrem k mému břichu. Jakmile kůň zastaví, pochválím ho a nechám chvíli v klidu stát. Přeje-li kůň na konci výcvikové hodiny správně do zastavení 2x až 4x přeju od zastavování k jiné práci.

Poté, co kůň spolehlivě přechází ze cvalu do zastavení a zvládá z klusu zastavovat s výraznějším podsazováním zadních nohou, začínám takové zastavení trénovat i z pomalého cvalu. Jako ostatně i u nácviku ostatních věcí, je zde důležité, aby kůň byl v klidu, soustředil se na mne jako jezdce a na to, co po něm požaduji.

Jestliže koně učím zastavovat ze cvalu, začnu vždy tak, že s koněm párkrát zastavím z klusu a řeknu mu tak, co po něm asi budu požadovat. Po dvou až třech dobrých zastaveních z klusu, začnu trénovat zastavení z úplně pomalého cvalu.

Jak to dělám.

Cválám pomalým cvalem, je jedno jestli na kruhu nebo rovných čarách a na místě, které jsem si vybral k zastavení, zkrátím prověšení otěží, ale nevyvímám žádný tlak v hubě koně a tlakem do třmenů šikmo dopředu a dolů, jako kdybych chtěl zabrzdit svýma patama, vyzvu koně k zastavení. Když kůň zastaví, pochválím ho a nechám chvíli v klidu stát. **Pokud kůň na moji pobídku k důraznému zastavení, kterou dávám stejně, jako když důrazně zastavuji z klusu, nezareaguje dobře a nezastaví nebo nezastaví dostatečně důrazně, zastavím ho svojí rukou, plynule přejdu ze zastavení do couvání a několik kroků zacouvnu.** Toto je systém, kdy opravení chyby koně vlastně přeženete na druhou stranu. Koni tak řeknu, je pro tebe lepší zastavit dobře hned na moji první jemnou pobídku, protože když to neuděláš, budeš muset zastavit stejně a ještě k tomu zacouvat.

Myslím, že stejnou filozofii používala i moje učitelka v první třídě, když jsme se učili psát. Když se jí úkol, který nám dala, nezdál hezky napsaný, psali jsme ho třeba 2x nebo i 3x znova, než jsme ho napsali dostatečně hezky. Naučila nás tak, že když se budeme hned hodně snažit, ušetříme si práci. Koně tohle brzy pochopí úplně stejně.

Naprosto stejným způsobem pak můžu koně začít učit zastavovat pouze na hlasovou pobídku. Jediné, co změníte, je to, že místo tlaku do třmenů použijete svůj hlas. Já zastavuji na slovo „hou“, ale můžete použít opravdu cokoli. **Slovní pobídku k zastavení můžete říkat docela tichým hlasem, kůň vás i tak dobře**

uslyší a **neplatí** zde, že čím řeknete povel k zastavení **hlasitěji**, tím lépe ho kůň **provede**. Důležité je spíše odhodlání a suverenita ve vašem hlase.

Důrazné zastavení z pomalého cvalu můžete po koni chtít ať už je jakkoli okovaný nebo neokovaný na téměř každém ne úplně tvrdém povrchu. Ale k důraznému zastavení z rychlejšího cvalu už potřebujete mít koně správně okovaného a povrch, na kterém se takové klouzavé zastavení dá provést. Se svým koněm trénuji důrazné zastavení jednou až dvakrát týdně. **Při běžném zastavování během tréninku, střídám důrazné zastavení jak z klusu, tak ze cvalu, s plynulým přechodem do zastavení, který používám podstatně častěji.**

• ***Jak učím koně nevybočovat z mnou zvoleného směru jízdy***

Někdy se stane, že kůň **vybočuje**, třeba i mírně, **ze směru jízdy**, kterým jsem se rozhodl jet a musel bych vyvíjet nějaké úsilí, abych ho ve zvoleném směru jízdy udržel. V tomto případě **používám dva způsoby, jak koni vysvětluji, že udržovat mnou zvolený směr je pro něj dobré**. Oba způsoby opravení této chyby opět vycházejí z principu přehnání opravení chyby koně na druhou stranu.

Ve videu uvidíte opravení této chyby při práci na kruhu nebo v oblouku.

Když se kůň při cvalu na kruhu tlačí ven a má tendenci kruh zvětšovat, já ho naopak v místě, kde kůň tuhle chybu udělal, **prudce, ale plynule zatočím dovnitř** tak, abych přecválal rovně střed původního kruhu a znovu se napojím na kruh, který jsem původně cválal.

Jestliže kůň na stejném nebo jiném místě tuto **chybu opakuje, opravím ho znovu úplně stejným způsobem**. Důležité je opravit směr jízdy dostatečně

intenzivně. Pokud kůň tedy vybočuje například doprava, musím ho naopak výrazně zatočit z původního směru jízdy doleva. Další důležitá věc je ta, že **pokud kůň tuto chybu opakuje třeba 10x po sobě, já ji musím 10x po sobě opravit**. Říct si „teď mi kůň sice ještě vybočuje, ale už míň než předtím, tak už se na o opravování vykašlu“ je špatně.

Druhý způsob, který **používám** k opravení této chyby, hlavně **když kůň kruh zmenšuje nebo vybočuje na rovné čáře**, je hodně podobný. **Rozdíl je jenom v tom, že koně místo zatočení vytlačím do opačného směru**, než kam vybočuje **tlakem své holeně** tak, že udělám poloviční překrok. I při tomto druhém způsobu opět dodržuji princip přehnutí opravení chyby, tzn., že pokud kůň vybočuje z mnou zvoleného směru doprava, svoji holení ho v polovičním překroku vytlačím naopak více doleva, než byl můj původní směr jízdy. Kůň při tomto opravování jeho chyby pochopí, že je pro něj dobré udržovat mnou zvolený směr jízdy, protože jinak vlastně nakonec jede opačným směrem, než kam chtěl sám jít.

• ***Přechody – abyste mohli lehce a plynule měnit chody***

Přechody jsou změny chodů koně, tedy když kůň přechází například z kroku do klusu nebo cvalu a opačně třeba ze cvalu do klusu nebo kroku.

Přechodů udělá každý při výcvikové hodině dost, ale jako ostatně u všeho soustředím se zde na to, aby je kůň dělal co nejlépe. Koně zde vlastně mimo jiné učíte zrychlovat nebo zpomalovat. Ať už po koni požaduji změnu chodu v rámci jiné práce, nebo se věnuji speciálně nácviku přechodů, vždy **chci, aby kůň změnil chody** ať už do rychlejších nebo pomalejších **vždy přiměřeně rychle, plynule, na mojí minimální pobídku** a postupně pracuji i na tom, aby přechody prováděl se správnou pozicí hlavy a krku. V této poloze je totiž kůň nejvíce nucen pracovat

svým hřbetem a zádí a to jak při přechodu do rychlejšího chodu, tak při přechodu do chodu pomalejšího.

Trénink přechodu krok-klus-krok začínám tehdy, pokud kůň kluše v klidu, pravidelně, rovnoměrným tempem. Je to podobné, jako u tréninku nacvávání. Napřed by měl kůň být klidný a ovladatelný v klusu a pak teprve vylepšuji přechod z kroku do klusu a zpět. Při přechodech do rychlejšího chodu, to je například, z kroku do klusu chci, aby kůň na moji pobídku reagoval rychle, ale klidně a plynule. Určitě nechci, aby zbrkle a hekticky vyrazil dopředu.

Jestliže je kůň hodně temperamentní a má snahu být při přechodech příliš rychlý, snažím se dávat jemné, pomalu se zesilující pobídky a zůstat co nejvíce v klidu. Vyrazí-li kůň při přechodu z kroku do klusu příliš rychle a kluše-li rychleji, než jsem chtěl, přibrzdím ho jemně svojí rukou do rychlosti, jakou si představuji. **Důležité je zde ale koně přibrzdit až když udělá chybu a vyrazí příliš rychle a ne ještě předtím, než ji udělá.**

Vždy, když po koni cokoliv požaduji, očekávám od něj v rámci jeho možností dobré provedení, ale pokud dobré není, vždy ho v klidu opravím.

Myslete na to, co chcete, ne na to, co nechcete.

Určitě je špatně dávat koni pobídku například k přechodu z kroku do klusu a přitom sám očekávat, že kůň toto neprovede nebo provede špatně. I když vám třeba připadá, že na vás není poznat, zda myslíte pozitivně nebo očekáváte vždy tu horší variantu, kůň toto vždy spolehlivě vycítí a považuje za vaši slabost. A kůň opravdu nerespektuje nikoho, ať už člověka nebo jiného koně, koho považuje za slabého a vždy se bude snažit zjistit, co se stane, když nesplní vaše přání. Naopak, **když budete očekávat dobré provedení a budete odhodlaní se ho dobrat, dobrý výsledek přijde vždy rychleji a snáz.** Kůň má rád silného partnera, u kterého se

může spolehnout, že ho nebude uvádět do pro něj bezvýhodných situací a který je k němu spravedlivý. Proto za dobré provedení koně vždy pochvalte a to špatné opakujte, dokud není dobré.

Proto u koně, který je spíše líný a s reakcí na moji pobídku příliš otálí nebo na moji pobídku nereaguje, moje opakovaná pobídka musí být podstatně důraznější a nevadí mi ani, když je pak reakce koně na ni trochu přehnaná. Koně tak učím reagovat už na jemnou pobídku.

Přechod z rychlejšího chodu do pomalejšího například z klusu do kroku **se vždy snažím provést bez tahání za otěže**, stejným způsobem, jako když přecházím do zastavení. V klusu si vyberu místo, kde bude chtít přejít do kroku, myslím na to, že půjdu krokem a uvolním se v sedle, jako kdybych krokem už šel. **Pokud by kůň na tuto moji pobídku nepřešel do kroku, zastavím ho svoji rukou**, plynule přitaženou k mému břichu a poté co kůň asi 2 – 3 vteřiny stojí, se rozejdu krokem. Koně tak učím, že je pro něj lepší na moji jemnou pobídku přejít do kroku než muset na tlak udidla zastavit.

Přechod klus – cval – klus je vlastně i trénink správného nacválání a začínám s ním, když kůň v klidu cválá pravidelným tempem. To, jak zde opravuji chyby je stejné jako u přechodu krok – klus – krok. Při přechodu klus – cval se snažím, aby kůň před nacváláním příliš nezrychloval klus, ale postupně byl schopný plynule nacválat i z pomalého klusu. A když kůň dobře nacválává z pomalého klusu, začínám trénovat nacválání z kroku a přechod ze cvalu do kroku.

- ***Přeskok – abyste mohli snadno měnit pravý a levý cval***

Přeskok je změna cvalu z pravého na levý nebo opačně bez přechodu do klusu nebo kroku. Možná si říkáte, proč netrénuji napřed jednoduchý přeskok.

Jednoduchý přeskok vlastně žádný přeskok není. Je to přechod ze cvalu do klusu a nacválání z klusu. A to trénuji v rámci procvičování přechodů.

Všiml jsem si, že s letmým přeskokem mají častěji problém jezdci než koně. Myslím, že někteří jezdci jsou zbytečně vystresovaní z toho, že je provedení letmého přeskoku příliš složité a z toho, aby dali koni správnou pobídku. Četl jsem některé odborné články o tom, jak správně udělat přeskok a byl jsem opravdu překvapen, jak zde bylo složitě vysvětleno, jaké všechny pobídky musí jezdec dát každou nohou jinde a každou rukou jinak intenzivní zádrž a to všechno provést v okamžiku „vznosu koně“. Když si přečtu, jak složité je dát pobídku na přeskok, přemýšlím kolik procent jezdců je takovou pobídku schopno koni správně dát.

Můj přístup k přeskoku je mnohem jednodušší. Naprostá většina koní přeskok při cválání ve volnosti dělá, takže není třeba přeskok koně „učit“ jako ho nemusíte učit cválat. Co ale koně potřebujete naučit je to, na jakou vaši pobídku má přeskok udělat. Já **používám na přeskok stejnou pobídku jako k nacválání. Cválám-li tedy např. na levou ruku a chci udělat přeskok do pravého cvalu, dám při cvalu na levou ruku pobídku k nacválání do pravého cvalu.** Tuto pobídku dám úplně stejným způsobem jako při nacválání z klusu.

Co je zde důležité a na co si dávám pozor.

Než začnu trénovat přeskok, chci, aby kůň spolehlivě nacválával z kroku na správnou nohu – to je na tu, na kterou jsem chtěl nacválat já. Druhá věc, kterou chci mít před nácvikem přeskoků zvládnutou je uvolňování zádi v klusu – tedy, aby kůň v klusu na tlak mé holeně posunul svoji zád' do strany.

Jestliže kůň toto zvládá, přistoupím k nácviku přeskoků. Přeskoky začínám trénovat tak, že cválám na kruhu v kontracvalu – to znamená, že cválám-li na levém kruhu, kůň cválá v pravém cvalu. Pro koně je kontracval namáhavější a mají

docela chuť přejít do „normálního“ cvalu. Cválám-li tedy například na levém kruhu v pravém cvalu, po odcválání asi 2 – 3 kruhů, dám koni pobídku k nacválání do levého cvalu. **Důležité** zde **je** **koně** nohou „**nekopnout**“, **ale** zvyšujícím se **tlakem posunout zád' koně** doleva. Jestliže se vám povede posunout zád' koně, kůň při tom téměř vždy změni cval zadních nohou. O přední nohy se vůbec nestarám. **Pokud** totiž **kůň změni cval zadníma nohama, změni ho vždy i předníma. Obráceně to ale neplatí.** Když se staráte o přední nohy a kůň na vaši pobídku změni cval předníma nohama, ale bez alespoň malého posunutí zádě, cval zadních nohou většinou nezmění. Mluvím zde o situaci, kdy s přeskokem začínáte, jestliže kůň už přeskoky na vaši pobídku dobře zvládá, není třeba posunovat zád' koně příliš do strany. Je to stejné jako při nácviku nacválání. Zprvu zád' posunuji do strany a jak kůň nacválání zlepšuje a má pobídky k nacválání dobře zažité, stačí mi k správnému provedení čím dál menší posunutí zádě do strany.

Někteří koně mohou na tlak mé holeně, kdy se jim snažím posunout zád' do strany, reagovat tak, že začnou zrychlovat. Jestliže se to stane, udržuji stejnou rychlost cvalu plynulým přitahováním rukou k mému břichu a zvyšuji tak tlak udidla v hubě koně. Jakmile kůň začne opět udržovat pravidelné tempo, tlak udidla plynule povolím. **Zpomalování nebo zastavování pomocí tlaku udidla používám vždy, když kůň nereaguje** správně **na jinou pobídku ke zpomalení nebo zastavení, nebo zrychluje bez toho, že bych to já chtěl.** Jinak vždy zpomaluji nebo zastavuji pouze svým sedem, nebo hlasem.

Hlavně když s nácvikem přeskoků začínám, poté, co kůň provede přeskok po několika cvalových krocích, přejdu do zastavení a koně pochválím. **Přejdete-li do zastavení vždy brzo po provedení přeskoku, kůň se při něm nenaučí zrychlovat,** protože si pamatuje, že po přeskoku vždy zastavuje. Zároveň když po dobrém

provedení přeskoku brzy zastavíte a koně pochválíte, řeknete tak koni, že přeskok je to, co jste po něm chtěli a že ho udělal dobře.

Když s přeskokem úplně začínám, k nácviku přistupuji jen ve chvíli, když je kůň klidný, uvolněný a když předpokládám, že přeskok provede správně. Jestliže sami nevěříte, že dnes kůň může udělat přeskok správně, ani se o něj nepokoušejte. **Hlavně, když s přeskokem začínám a kůň ho provede 1x správně, pochválím ho a ten den se k přeskoku už nevracím.** Kůň se naučí rychleji reagovat na vaši pobídku správně, když ho po jednom dobrém provedení pochválíte a ten den nebo alespoň nějakou chvíli se k přeskoku nevracíte, než když přeskok uděláte jednou dobře a pak 5x špatně anebo cvik neustále opakuji. **Opakování cviku** naopak **používám ve chvíli, kdy ho kůň neprovádí správně** a já se ho snažím ke správnému provedení dovést. Jestliže budete tenhle princip dodržovat, váš kůň bude lépe rozumět tomu, kdy něco udělal dobře a jste s ním spokojeni, nebo kdy naopak chcete, aby nějaký cvik prováděl jinak.

• *Kontrola rychlosti – aby zrychlení nebo zpomalení bylo vždy snadné*

Kontrola rychlosti ve cvalu je cvičení, které dělám opravdu rád a hodně mě baví. Podstatně se při něm zlepšuje ovládání koně a kůň se učí být i při rychlém cvalu klidný, uvolněný a vnímavý k vašim pobídkám. Nemáte pak žádné problémy vašeho koně i z rychlého cvalu snadno zpomalit nebo zastavit. Je k tomu ale potřeba postupovat při tréninku kontroly rychlosti klidně a rychlost zvyšovat postupně a plynule.

K nácviku kontroly rychlosti přistupuji až, když kůň spolehlivě udržuje pravidelné tempo a je ve cvalu klidný, uvolněný a dobře vnímá mé vedení a pobídky. Při tréninku kontroly rychlosti je pro mě nejdůležitější, aby kůň při

cvalu **zvyšoval** svoji **rychlost plynule**, kontrolovaně a **vždy jen o tolik, kolik chci já**. V rychlém cvalu pak zůstal úplně klidný a vnímavý k mému vedení, ale na co hlavně kladu důraz je to, aby z rychlého cvalu spolehlivě zpomaloval pouze na moji pobídku sedem nebo hlasem.

Jak to dělám.

Hlavně **když s kontrolou rychlosti začínám, přistupuji k ní** spíše v druhé polovině výcvikové hodiny a jen tehdy, **když kůň nemá sám od sebe chuť být příliš rychlý**. Má-li kůň příliš velkou chuť jít dopředu, může se lehko stát, že pak zrychlí víc, než já chci a v příliš rychlém cvalu pak kůň může být vzrušený natolik, že nebude dobře vnímat mé pobídky. **Kontrolu rychlosti trénuji na velkém kruhu** nejlépe o průměru asi 30 metrů. **Kůň při cvalu na kruhu nemá snahu cválat až příliš rychle a mohu** ho na něm nechat **cválat rychle tak dlouho, jak potřebuji** a mohu zrychlovat postupně. Zpočátku klidně během jednoho nebo i dvou celých kruhů. **Koně pak nechám cválat tak rychle, aby ještě zůstal klidný a uvolněný**. V rychlém cvalu se snažím, aby kůň stále udržoval pěkný, kulatý kruh a cítím-li, že kůň začíná být vyhecovaný a vzrušený, snažím se ho co nejméně rušit sedem, jen udržovat kruh a nedávat mu žádné další podněty. Kůň se pak obvykle za chvíli sám uklidní a začne cválat uvolněným cvałem. Jestliže s tréninkem kontroly rychlosti začínám, nechci po koni změny rychlosti příliš často a rychle po sobě. Nechám koně cválat v rychlém cvalu spíše delší dobu a o zpomalení ho požádám chvíli po té, co vycítím, že by on sám už rád zpomalil. Tím v koni buduji pocit, že plnit mé přání je dobré i pro něj.

Ale pozor, vždy je důležité nezpomalit hned, jak chce kůň, ale až po chvíli. Když zpomalíte hned, jak chce kůň, naopak byste ho učili nereagovat na vaše vedení, ale zpomalovat nebo zrychlovat podle jeho momentální chuti.

Po zpomalení nechám koně cválat v pomalém cvalu ještě 1 – 2 kruhy, pak přejdu plynule do zastavení, koně pochválím a nechám chvíli v klidu stát.

Jak se pak časem kůň zlepšuje a zůstává klidný i v rychlém cvalu, mohu změny rychlosti provádět častěji a vícekrát po sobě. **Když se mi stane, že kůň na moji pobídku sedem nebo hlasem nezpomalí**, v úplném klidu a bez emocí ho **zastavím** svoji **rukou**, nechám asi 2 – 3 vteřiny stát a pak nacválám do pomalého cvalu. Toto je opět systém přehnání mého požadavku, jestliže na moji pobídku kůň nereaguje nebo nereaguje dostatečně. Koni tím řeknu „je pro tebe lepší na moji jemnou pobídku zpomalit, než muset na tlak udidla zastavit“. Kůň si tak i lépe uvědomí, že neudělal to, co jsem po něm chtěl a postupně se stává vnímavější k mému vedení a reaguje dobře i na malé pobídky.

Nezapomeňte

- Proto, abyste mohli dobře ovládat koně ve cvalu a on vaše vedení dobře vnímal, **je důležité na koni sedět v rovnováze**, stejně uvolněně jako v kroku. Jestliže se snažíte ve cvalu na koni držet silou, tisknete koně svýma nohama, a když pak chcete vyvinout tlak holení jen na jedné straně, anebo koně oběma nohama pobídnout k vyšší rychlosti, kůň pak zvýšení vašeho tlaku příliš nevnímá. Pro vás je takový způsob jízdy zbytečně namáhavý a někteří jezdci jsou po pár minutách cvalu unaveni víc, než jejich kůň. Pokud při cvalu nesedíte uvolněně, přenášíte toto napětí na svého koně a těžko po něm můžete chtít, aby uvolněně cválal. Doporučuji vyzkoušet, zda můžete ve cvalu dát své nohy tak, abyste se koně vůbec nedotýkali, seděli pouze na zadku a neměli při tom problémy se svou rovnováhou. Zpočátku vám to možná bude připadat obtížné, ale dá se to

poměrně rychle naučit, stejně jako jízda na kole, když jste na něj sedli poprvé také to nebylo snadné.

- Další důležitá věc ve cvalu je **udržet nezávislou ruku**, tzn. mít intenzitu pobídek, které jezdec dává koni svoji rukou úplně pod kontrolou. **Ruka neslouží k tomu, aby jezdcí pomohla udržet se v sedle, ale k tomu, aby mu pomohla ovládat koně.**
- **Chcete-li koně jemně ovládat, musíte jemně dávkovat i svoje pobídky** rukou i nohou. Pokud chcete, aby kůň reagoval na jemné pobídky, kdykoli po něm něco chcete, musíte mu **dát vždy napřed jemnou pobídku teprve, když na ni kůň nereaguje** nebo nereaguje dobře **pobídku** přiměřeně **zesílit**.
- **Aby se váš kůň mohl zlepšovat, musíte se snažit zlepšovat i vy.**

V celém výukovém programu, včetně videa, které ještě dostanete, jsem se vám snažil předat všechny informace, které potřebujete, abyste mohli vytvořit dokonalý vztah s vaším koněm. To, jak s těmito informacemi naložíte, záleží jen na vás. Věřím však, že vám můj výukový program umožní vytvořit dokonalý vztah s vaším koněm a splní očekávání, která jste do něj vkládali.

Přeji vám hodně radosti a úspěchů při práci s vaším koněm.

Radek Líbal