



Práce v kroku

Co můžete udělat, aby výcvik postupoval rychle kupředu a váš kůň dobře reagoval na vaše pobídky.

*Každý to může zvládnout a přesto to většina lidí nedělá.
Můžete ovlivnit, jak pohodlné budou chody vašeho koně? Jak to udělat a jaký bude přínos pro vašeho koně?*

Proč a jak vám práce v kroku urychlí další výcvik v klusu a ve cvalu.

Postup práce v kroku.

Radek Líbal

www.opravdovaduvera.cz

www.radeklibal.cz

Obsah

Práce v kroku	1
Obsah	2
Proč je práce v kroku důležitá?	3
Postup práce (nejen v kroku).....	3
Co je správná nebo špatná pozice hřbetu?	6
Jak při jízdě dosáhnou snížení hlavy a krku.....	9
Proč pro snížení hlavy a krku zvedám své ruce	10
Uvolnění hlavy a krku	10
Zastavení - Proč tři různé pobídky?	11
Couvání.....	13
Osmičky.....	14
Obraty	14
Uvolnění zadě.....	15
Ustoupení na holeň.....	16
Kavalety.....	16
Nezapomeňte, že:	16

Proč je práce v kroku důležitá?

Práce v kroku je pro koně i jezdce jednodušší, ale považuji ji za stejně důležitou jako práci, kterou se svým koněm dělám v klusu a ve cvalu.

Při jízdě seznamuji koně s mými pobídkami a s tím, jak na ně má reagovat vždy nejprve v kroku.

Při práci v kroku nemá jezdec žádné problémy s udržení své rovnováhy a stability, což mu usnadňuje správnou koordinaci všech pobídek. Jezdec má více času a klidu uvědomit si jak jemně, přesně a správně dává koni své pobídky. Je pro něj prostě jednodušší mít své tělo a mysl pod kontrolou.

Hodně podobně je na tom i váš kůň. I pro něj je práce v kroku jednodušší než v klusu a ve cvalu. Práce v kroku koně nejméně namáhá, kůň si lépe uvědomuje a vnímá pobídky jezdce a má více času na ně reagovat.

Když můj kůň správně reaguje na mé pobídky v kroku, neznamena to sice, že bude hned dělat všechno správně v klusu i ve cvalu, ale znamená to, že **v klusu i ve cvalu bude** mým pobídkám lépe rozumět a **výcvik bude postupovat dopředu** opravdu **mnohem rychleji** a nebude pro koně stresující.

Když koně dobře naučíte například poloviční překrok v kroku, začít ho pak dělat i v klusu je většinou otázka krátké chvíle.

Postup práce (nejen v kroku)

Chci-li koně cokoli naučit, je vždy nejlepší začínat postupně **od nejjednodušších věcí**. Nejjednodušší je pracovat s koněm ze země. Takže pokud ho naučíte například v kruhovce nebo na lonži na vaše pobídky jít krokem, klusem nebo cvałem, vždy tak, jak vy chcete, změnit směr, zastavit a stát na místě a zacouvat, můžete začít pracovat v kroku.

Ne, že by to bez práce ze země nešlo, ale pokud kůň zvládne věci, o kterých jsem mluvil, práci ze sedla v kroku pak budete mít jednodušší.

Já se vám zde pokusím vysvětlit to, jakým způsobem a u jakých cviků je dobré začít a proč, a jak postupovat dále.

Pokud můj kůň neumí vůbec nic nebo většinu věcí nedělá dobře, **první věc, kterou po něm chci, je jít krokem kolem kruhovky** nebo jízdárny. Koně tady nemusím moc řídit, jde podél ohrady tak, jak je zvyklý při lonžování. Pokud se mi povedlo rozejít a jít kolem ohrady, určitě přijde doba, kdy budu potřebovat **zastavit**. Pokud jsem používal nějakou hlasovou pobídku k zastavení při lonžování (já používám „hou“, ale můžete používat cokoli), použiji tuto hlasovou pobídku, ale kůň většinou stejně nezastaví. Je pro něj rozdíl dostávat hlasové pobídky ze země a ze sedla. Začnu tedy plynule přitahovat otěže směrem ke svému břichu a zvyšovat tlak udidla v hubě koně. Důležité je tento tlak povolit, jakmile kůň zastaví. Situaci zde máte ulehčenou, pokud jste svého koně ze země naučili dobře ustupovat od tlaku. **Tím, že začnete postupně zvyšovat tlak udidla v hubě**, taháním za otěže (tak, jak to vidíte ve videu), **kůň se snaží tomuto tlaku nějak vyhnout**. Z počátku jde většinou proti němu, ale tady je důležité mu nepovolit, protože byste ho učili přesný opak toho, co chcete, totiž jít proti tlaku a bojovat s ním. Naopak, **jakmile ustoupí od tlaku a zastaví, je důležité tlak udidla okamžitě plynule povolit**. **Koni tak ukážete, jak se pro něj nepříjemnému tlaku v hubě vyhnout** a učíte ho tak od tlaku ustupovat. Samozřejmě, že než tohle kůň úplně pochopí, pravděpodobně to budete muset zopakovat několikrát.

A pak **je ještě rozdíl mezi tím, co kůň pochopil a tím, co má zažité**. To, že kůň pochopil, co po něm chcete, poznáte tak, že například z 10 pokusů zastavit z kroku kůň alespoň 4x až 5x zareaguje dobře na vaši pobídku. Pokud při tréninku postupujete správně, postupně se dostanete do situace, kdy kůň zareaguje z 10 pokusů dobře 9x až 10x a tzn., že tuto věc už má zažitou.

Když kůň pochopí na jakou pobídku má zastavit v kroku, mohu ho na stejnou pobídku začít učit zastavovat i v klusu a když tuto pobídku pochopí i

v klusu, začnu ji používat i ve cvalu. Stejně postupuji i u všech dalších cvičení, které s koněm dělám.

Takže teď jsem schopen jít krokem a z kroku zastavit. **Další věc, kterou dělám je, že už nechodím kolem obvodové bariéry, ale najdu si velký kruh uvnitř jízdárny** nebo pokud jsem stále v kruhovce, kruh asi o 2 metry menší, než je obvod kruhovky.

Proč to dělám?

Pokud jdu kolem obvodové bariéry, kůň díky ní na jednu stranu zatočit vlastně vůbec nemůže, takže jeho vedení je pro vás snazší. Zároveň ale kůň velmi brzo pochopí, že má chodit stále dokola kolem bariéry. S jeho vedením pak nemám příliš mnoho práce, protože kůň jde po vyšlapané cestičce vlastně sám. Problém je v tom, že tím koni vlastně říkám: chci, abys chodil nebo běhal kolem této bariéry. Ale to není to, co potřebuji koně naučit. Já **koně potřebuji naučit, aby reagoval na moje pobídky a mé vedení.** Proto se snažím chodit vždy dál od obvodové bariéry a využívat k ježdění celou plochu jízdárny. **Kůň se při jízdě musí mnohem víc soustředit na mně a na to, co po něm chci a při výcviku dělá výrazně rychlejší pokroky.**

I když pracuji s koněm, který ještě neumí přesně reagovat na moje vedení, **vždy si přesně vyberu trasu, kudy chci projít** a snažím se, aby tudy kůň opravdu prošel. Díky tomu, že mám přesně vybranou trasu a body přes které chci jít, **mohu si uvědomit, zda se kůň odchýlil doprava nebo doleva a jeho chybu opravit.** Koně opravuji vždy tak, že se ho do správné stopy snažím dostat tlakem příslušné holeně tzn., pokud uhýbá třeba doprava, tlačím pravou holení a tlak postupně zvyšuji do té doby, než se začne vracet do mnou vybrané stopy.

Kdybych neměl vybranou trasu a přesné body, přes které chci jet, nikdy bych si nemohl uvědomit a zkontrolovat, že kůň jde přesně tudy, kudy jsem chtěl a

jeho drobné chyby opravit. I tak bych mohl s koněm třeba zatočit doprava, doleva, nebo jít rovně, ale učil bych ho, že na moje pobídky stačí reagovat tak napůl **a jeho přesného vedení bych nikdy nedosáhl.**

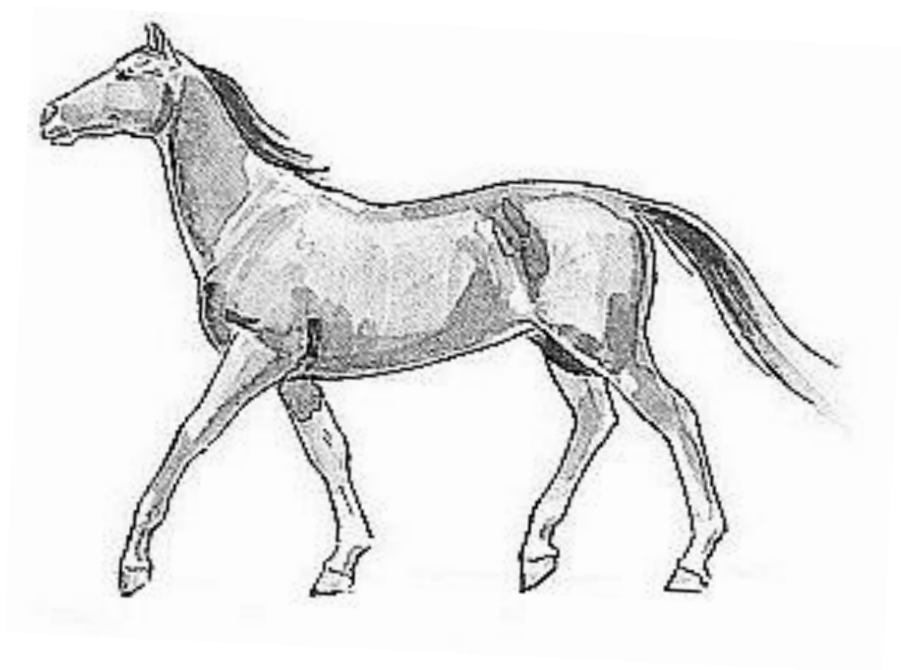
Co je správná nebo špatná pozice hřbetu?

Už i při práci **v kroku je důležité** věnovat pozornost tomu, **jak kůň nese svůj krk a hlavu.** To **v jaké pozici má kůň hlavu a krk** podstatně ovlivňuje to, **v jaké pozici má svůj hřbet:** jestli má hřbet propadlý a ztuhlý nebo zda s ním může správně pracovat. **Pokud má kůň krk příliš nahoru, většinou mívá propadlý hřbet. Pokud naopak nosí hlavu zhruba ve výšce kohoutku, je pro něj zvednutí hřbetu přirozenější a snazší.**

Každý kůň má trochu jinou stavbu svého těla a proto se u koní může lišit přirozená poloha hlavy a krku. **Vždy by ale mělo platit, že kůň by při ježdění měl mít horní linii krku,** měřeno od kohoutku k temeni hlavy, **delší než spodní linii.** Jak už jsem řekl, **poloha krku totiž hodně ovlivňuje správnou nebo špatnou pozici hřbetu.**

Špatná pozice hřbetu je ta, kdy je hřbet koně při ježdění strnulý, trvale prohnutý dolů a protože s ním kůň nemůže správně pracovat, přenášejí se do hřbetu a páteře koně větší otřesy. Dříve či později takoví koně mohou trpět bolestmi zad a nést na zádech jezdce se pro ně může stát velice nepříjemné.

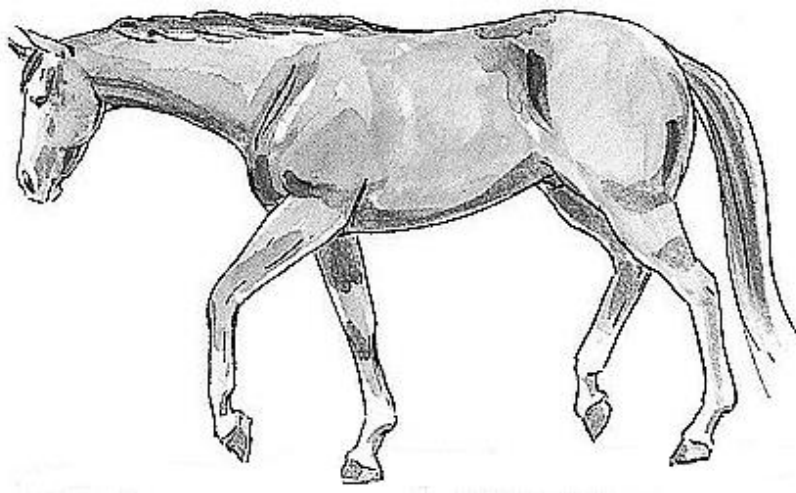
Špatná pozice



Horní linie krku je kratší než spodní a hřbet propadlý dolů

Správná pozice je ta, kdy kůň dokáže i s vahou jezdce svůj hřbet zvednout a při jízdě hřbet zůstává pružný a ohebný, což má vliv i na správnou práci a podsazování zadních nohou.

Správná pozice



Horní linie krku je delší než spodní a hřbet ve správné pozici

Pokud kůň krk nosí příliš vysoko a jeho krk není uvolněný, většinou má pak sklony mít ztuhlý a propadlý hřbet. Ale já se naopak snažím docílit toho, aby kůň při ježdění mohl svůj hřbet vyklenout, správně s ním pracovat i když nese váhu jezdce a měl ho tedy silný a pružný.

Správnému držení krku a hlavy věnuji pozornost vždy už na začátku výcviku každého koně. Jde totiž o to, že **pokud necháte koně nosit krk ve špatné pozici a chodit s propadlým hřbetem, kůň si při tomto ježdění posiluje špatné svaly,** tzn., svaly, které drží krk nahoře a svaly, které drží hřbet propadlý. A jakmile mu postupně tyto svaly zesilují, je pro koně chodit v této špatné pozici čím dál snazší a když se snažíte polohu krku snížit a dostat krk a hřbet do správné polohy, je to pak pro koně velice namáhavé protože svaly, které drží krk ve správné pozici má velmi slabé. Automaticky se tak snaží krk vrátit do špatné polohy, tzn. krk nahoru a hřbet propadlý dolů, protože je to pro něj snazší.

Je to obdobné jako u člověka. Řada lidí chodí s kulatými zády a rameny svěšenými dopředu a dolů. Tito lidé se v této poloze cítí pohodlně, jsou na ni zvyklí, ale pro stav jejich páteře a jejich celkový zdravotní stav není ideální. Bezpochyby se dovedou narovnat, stáhnout lopatky a dát ramena dozadu, ale nikdy v této správné poloze dlouho nevydrží a je pro ně namáhavá. Jejich svaly si totiž zvykly na tu špatnou a je pro ně paradoxně pohodlnější. Naopak lidi, kteří od mala chodí správně narovnaní, se v této poloze cítí minimálně stejně pohodlně a se svými zády většinou nemají problémy.

Proto se snažím, aby můj kůň chodil od začátku ve správné pozici. Zprvu mne to sice stojí víc úsilí a zdánlivě hodně práce, ale tento čas se mi v budoucnu mnohonásobně vrátí.

Odstraňování chyb je vždy mnohem náročnější než se těchto chyb vůbec nedopustit. Pokud kůň chodí ve špatné pozici a já se to nesnažím opravit, tak je to vždycky chyba. Toto je důvod, proč od začátku výcviku požaduji od svého koně

správnou pozici krku a hlavy, proč hodně používám cviky, při kterých posiluji a protahuji svaly hřbetu a proč o tom ve svém videu tak často mluvím.

Jak při jízdě dosáhnou snížení hlavy a krku

Má-li kůň při jízdě hlavu a krk příliš vysoko a chci jej snížit, přizvednu ruce s otěžemi směrem ke své bradě tak, abych vyvinul jemný tlak udidla v hubě koně. Pokud na tuto pobídku kůň nereaguje, přidám poklepávání svých holení, které postupně pomalu zesiluji. Jakmile kůň začne snižovat svou hlavu a krk, snižuji své ruce s otěžemi a zmenšuji tlak udidla v hubě koně a současně přestávám poklepávat boky koně svými holeněmi. Poté, co dá kůň svou hlavu a krk do mnou požadované polohy, otěže i své nohy úplně uvolním. Začne-li kůň svou hlavu a krk zase zvedat, já opět plynule zvedám své ruce a zvyšuji tlak udidla a když kůň hlavu snižuje, já zase povoluji.

Zde je velice **důležité, abyste při zvedání svých rukou vyvinuli v hubě koně jen velmi malý tlak** - upozornili koně na to, že chcete, aby snížil hlavu. **K zesílení této pobídky používám** vždy pouze **zesilující poklepávání obou holení**. To, že při používání této pobídky zvedám ruce směrem ke své bradě neznamena, že tímto směrem koni hlavu tahám. Pouze tak vyvinu udidlem v hubě koně opravdu jemný tlak na jiném místě, než při pobídce k zastavení. Tato pobídka určitě nefunguje tak, že silou taháte koni hlavu nahoru a očekáváte, že on ji bude dávat dolů.

Když koně s touto pobídkou koně poprvé seznamuji někdy pár minut trvá, než pochopí, co po něm požaduji. **Ze začátku se vždy spokojím s tím, že kůň sníží krk a hlavu na malý okamžik, pak mu povolím a nechám ho chvíli relaxovat.** Řeknu mu tím, že splnil to, co jsem po něm chtěl. S postupujícím výcvikem po koni požaduji, aby udržel svou hlavu a krk ve správné pozici stále delší dobu.

Proč pro snížení hlavy a krku zvedám své ruce

Snížení hlavy a krku, nebo zpomalení či zastavení jsou dvě úplně rozdílné věci, proto na ně také koni dávám rozdílné pobídky. Chci-li krk snížit a hlavu dostat na kolmici, ruce plynule zvedám směrem ke své bradě. Když chci zpomalit či zastavit koně otěží, ruce plynule přitahuji směrem ke svému břichu. Možná vám připadá nelogické tahat ruce nahoru, když chcete, aby kůň dal hlavu dolů, ale jakmile kůň pochopí, co po něm touto pobídkou chcete, reaguje na ni velmi dobře. Vy při tom neměníte svůj sed a své těžiště vůči koni jako kdybyste se snažili ruce oproti normální poloze snížit a tahat tak koni hlavu dolů.

Další výhodou je, že když za jízdy chcete koni upravit polohu hlavy a krku, ale ne zpomalit, kůň na přizvednutí vašich rukou opravdu jenom upraví polohu hlavy a krku a ne rychlost svého chodu. Když byste tahali otěže vždy ke svému břichu, kůň neví, zda má zpomalit nebo se hlavou podvolit tlaku udidla, vy pak svou pobídku otěžemi musíte korigovat ještě pobídkou vašich holení. Tzn., že koně zároveň brzdíte a zároveň pobízíte, aby šel rychleji dopředu. V autě asi také nebrzdíte a nepřidáváte plyn zároveň.

Koně vždy nejlépe rozumí co nejjednodušším pobídkám a dobře na ně reagují.

Uvolnění hlavy a krku

Když kůň dokáže udělat velký a malý kruh, na přizvednutí mé ruky reaguje snížením hlavy, i když je to třeba jen na krátkou chvíli, a na přitážení otěží směrem k mému břichu zastaví, začínám pracovat na uvolnění hlavy a krku.

V tomto místě je důležité říct, že při výcviku koně postupuji tak, že jakmile kůň pochopí, co po něm danou pobídkou vyžadují a alespoň v polovině případů reaguje přiměřeně dobře, mohu začít koně učit novou věc anebo začít tuto věc procvičovat ve vyšším chodu, tj. v klusu a následně ve cvalu.

Hlavu a krk uvolňuji koni tak, jak uvidíte ve videu. Při chůzi krokem na rovné čáře nebo na kruhu ohýbám koni hlavu střídavě doprava a doleva po dobu dvou až tří kroků. Po několika takových ohnutích nechám koně chvíli relaxovat na volné otěži.

Při této práci **kůň zároveň protahuje a posiluje svaly na krku a hřbetu**. Svaly na krku a hřbetu po vnější straně ohnutí protahuje a na vnitřní straně posiluje. **Při této práci je nejdůležitější snažit se dosáhnout toho, aby kůň takto ohýbal krk a hlavu na vaši co nejjemnější pobídku a hlavu v dané poloze chvíli sám udržel.** Pokud s tímto cvikem budete začínat, budete muset použít trochu síly, abyste hlavu a krk koni ohnuli. Postupně by vám k ohnutí hlavy mělo stačit, čím dál menší úsilí a jak budou svaly krku a hřbetu postupně zesilovat, měl by kůň hlavu a krk lehce ohnout i na úplně minimální pobídku. **Nezapomeňte i zde postupovat tak, že jakmile koni ohnete krk a hlavu do vámi požadované polohy, plynule povolte tah otěže a dejte koni šanci, aby hlavu v této poloze držel sám a tím se vyhnul tlaku udidla.**

Je to obdobné jako u sportovců, ti také, aby jim svaly dobře pracovaly, je nejen posilují, ale také pravidelně protahují. Já tento posilující a zároveň protahující cvik se svým koněm alespoň párkrát udělám každou výcvikovou hodinu.

Zastavení - Proč tři různé pobídky?

Jednou z nejdůležitějších věcí z hlediska bezpečnosti jezdce, je schopnost, svého koně kdykoli rychle a snadno zastavit. Proto koně učím nezávisle na sobě zastavit na každou ze tří různých pobídek.

Jako první vždy učím koně zastavit na tlak udidla, což je vlastně princip ustoupení od tlaku.

Pokud jsem již schopen tímto způsobem koně bezpečně zastavit, což byste při práci v kroku měli zvládnout velmi rychle, **přecházím k tomu, že koně učím zastavovat na tlak do třmenů.**

A to dělám tak, že chci-li koně zastavit, zvýším tlak do třmenů a nohy posunu mírně dopředu, jako kdybych chtěl zabrzdit svýma patama. Použiji-li tuto pobídku poprvé, kůň většinou nebude vědět, co znamená a nezastaví. Takže asi po jedné až dvou vteřinách koně zastavím svoji rukou - tedy tlakem udidla a cvik v klidu opakuji. Tímto způsobem postupuji tak dlouho, dokud kůň nezačne zastavovat už na pobídku mých nohou.

I při této práci je důležité zůstat v klidu a bez negativních emocí. Některý kůň třeba už po pěti provedeních pochopí, co po něm chci, u jiného koně musím tuto věc opakovat třeba patnáctkrát. **Důležité je vždy poté, co vyzvu koně zvýšením tlaku svých nohou do třmenů k zastavení, dát mu asi dvě vteřiny čas na to, aby mohl zastavení provést** a teprve poté jej zastavit tlakem udidla.

Třetí způsob, jak učím koně zastavit, **je hlasová pobídka**. Já k zastavení používám pobídku „Hou!“, ale můžete použít jakékoli jiné slovo nebo třeba i zapískat. Když řeknete pokaždé třeba „Miluju Máňu“, koně na tuto pobídku naučíte zastavovat také. Důležité je používat vždy stejné slovo a říkat ho stejným způsobem. Nefunguje to tak, že čím hlasitěji ke koni mluvíte, tím je pobídka důraznější, ale **koně můžete naučit reagovat i na opravdu potichu vyslovené povely**.

Důležité při udělení takového, ale vlastně jakékoli, pobídky **je odhodlání a sebevědomí ve vašem hlase**, ne hlasitost, kterou pobídku pronášíte. Toto odhodlání a sebevědomí vždy samozřejmě vychází z vaší hlavy, **když jste klidní a sebevědomí a nepochybujete o tom, že kůň na vaši pobídku zareaguje správně, je mnohem větší pravděpodobnost, že se tak stane**. Nezapomeňte, že toto je jedním ze základních pravidel výcviku koně.

Postup, jak koně učím zastavovat na hlasovou pobídku, je úplně stejný jako když ho učím zastavovat na tlak do třmenů. Jdu tedy krokem, potichu řeknu pobídku na zastavení, dám koni asi dvě vteřiny na to, aby ji mohl provést a pokud nezareaguje, zastavím ho v klidu tlakem udidla. Když zareaguje správně, pochválím ho a nechám chvíli stát.

Většinou mám při ježdění u sebe svůj mobilní telefon. A když telefon začne zvonit, zastavím, vyndám ho z kapsy a rychle vyřídím hovor. Docela brzo se každý kůň naučí, že zazvonění mého mobilu je pro něj povel k zastavení a automaticky zastaví a čeká v klidu na místě.

Couvání

Koně vždy naučím nejdříve couvat ze země. Ze sedla začnu koně učit couvání, jakmile reaguje na tlak udidla zastavením. Pobídku dávám stejnou, jako když zastavuji koně otěží, s tím rozdílem, že tlak začnu plynule povolovat, jakmile kůň vykročí dozadu, jak je vidět ve videu. Tím mu řeknu, že dělá to, co jsem po něm chtěl. Když kůň na povolení mého tlaku reaguje tím, že couvat přestane, začnu tlak zase plynule zvyšovat.

Aby kůň snáze pochopil, co po něm chci, při prvním nácviku couvání mohu koně postavit přímo proti hrazení nebo zdi, aby viděl, že dopředu jít nemůže. Pak plynule zvyšuji tlak udidla v hubě koně tím, že plynule přitahuji ruce směrem ke svému břichu stejně jako při pobídce na zastavení. Když se mi stane, že kůň na tuto pobídku zprvu nereaguje, nezvyšuji tlak udidla donekonečna, ale pomůžu si tím, že začnu koně pobízet oběma nohama.

Při couvání je nejdůležitější jemná práce rukou, pomalu a plynule zvyšovat tlak udidla a jakmile začne kůň couvat, zase plynule tlak povolovat. Koni musíte dát vždy čas na vaši pobídku zareagovat. Začít couvání škubnutím v hubě je jako facka, kterou dostanete v noci v průjezdu, ani nevíte odkud přišla a proč.

Při správně provedeném couvání je kůň nucen hodně podsazovat zadní nohy a pracovat svou zádí. Učím-li koně dobře a ochotně couvat, zároveň tím pracuji na posílení zádě, podsazování zadních nohou a zlepšuji i správné zastavení.

Osmičky

Pokud umím s koněm dobře udělat kruh v kroku na obě ruce, přecházím k tomu, co je trochu těžší, a to je přechod z pravého kruhu na levý a opačně. Pro koně je zde nové to, že mění své ohnutí při přechodu z jednoho kruhu na druhý. Při tomhle cviku se soustředím, aby tato změna ohnutí probíhala snadno a na opravdu jemné pobídky. Další věc, na které zde pracuji je, aby kůň šel na přesně takovém kruhu, jaký jsem se předem rozhodl udělat. Zlepšuji tím vedení koně, a jestliže kůň chodí na obou kruzích správně ohnutý a snadno mění toto ohnutí, je nucen i správně pracovat svým krkem a hřbetem.

Tímto způsobem zároveň připravuji koně na práci v klusu, která je pro svalstvo jeho hřbetu namáhavější. Osmičky jsou pro koně tím těžší, čím jsou menší. Při správném provedení menšího kruhu musí být kůň více ohnutý a to je pro něj obtížnější. Zároveň ale, **čím menší kruh dokážete se svým koněm udělat, tím snadněji ho pak kdykoliv zatočíte a kůň je ovladatelnější.**

Aby kůň zůstal psychicky vyrovnaný, není možné po něm neustále chtít, aby dělal maximum toho, co dokáže. Při práci proto vždy střídám věci, které jsou pro koně obtížné s těmi, které dobře umí. Rozhodně tím ale nechci říct, že někdy nechám koně dělat věci špatně. Chci tím říct, že při výcvikové hodině kombinuji věci, které jsou pro koně náročné s těmi, pro něj lehčími, které už dobře umí.

Obraty

Dalším důležitým prvkem při práci v kroku jsou obraty. Správné zvládnutí obrátů zlepšuje celkovou ovladatelnost koně. Učím koně obraty kolem zádi, kdy kůň provádí obrat kolem své vnitřní zadní nohy, která stojí nebo přešlapuje na místě a obraty kolem předku, kdy kůň naopak obrat provádí kolem vnitřní přední nohy, která zase stojí nebo přešlapuje na místě. **Tím, že koně naučím tyto obraty, získám tím možnost zvláště ovládat pohyb předních nebo zadních nohou.**

Jaké pobídky při těchto obrazech dávám, nejlépe uvidíte ve videu. Vždy se snažím nejdříve naučit koně udělat správně první krok a po té postupně přidávat další. Jako i u všech ostatních cviků se zde snažím docílit toho, aby kůň reagoval na mé, co nejjemnější pobídky. Dělán to tak, že koně vybidnu do obratu jemnou pobídkou vnější nohy a pouze když na ni nereaguje nebo obrat provádí až příliš laxe, použiji mnohem důraznější pobídku, abych koně upozornil na to, že po něm něco chci. Kůň časem pochopí, že je pro něj lepší reagovat na moje jemné pobídky než na ty silné.

Uvolnění zádě

Nemám-li se svým koněm problémy při uvolňování hlavy a krku a dokážu udělat obrat kolem předku, začínám s uvolňováním zádě. **Tenhle cvik dělám hlavně proto, že je výbornou přípravou koně na správné nacválání a také při něm posiluji a protahuji svalstvo hřbetu.** To, jaké při uvolnění zádě dávám pobídky a jak by ho měl kůň správně provádět, uvidíte nejlépe ve videu, zde vám vysvětlím, proč vám tenhle cvik v budoucnu usnadní nácvik správného nacválání.

Kůň, který těsně před a v okamžiku nacválání dokáže aspoň trochu ustoupit svou zádí doprava, s velkou pravděpodobností naskočí do pravého cvalu. Tohle platí samozřejmě i obráceně, **pokud můj kůň před, ale hlavně v okamžiku nacválání ustoupí svou zádí doleva, naskočí téměř jistě do levého cvalu.**

Přesně takové ustoupení zádě, které po koni požaduji při nácviku správného nacválání, provádím při tomto uvolnění zádě v kroku. Jestliže můj kůň tento cvik dobře zvládne vím, že až budu nacvičovat nacválání, dokážu koně snadno dostat do pozice, ze které by pro něj bylo velmi obtížné nacválat na jinou nohu, než po něm požaduji. Stejně tak jako při nacválání, pomůže vám tenhle cvik i při nácviku letmých přeskoků, s tím rozdílem, že tam je potřeba provést ustoupení zádí koně ve cvalu. Nácvik letmých přeskoků rozeberu v kapitole práce ve cvalu.

Tento cvik je pro mne jedním z nejdůležitějších a se svým koněm ho několikrát provedu téměř každou výcvikovou hodinu.

Ustoupení na holeně

Nácvik **ustoupení na holeně** dělám se svým koněm proto, že **mi usnadní jeho přesné vedení a ovládání v každé situaci. Jakmile můj kůň tento cvik zvládne, mohu ho pak mnohem lépe zkorigovat, pokud třeba uhýbá do strany** při chůzi na rovné čáře nebo má tendenci zvětšovat, či zmenšovat kruh, který jsem se rozhodl provést. K tomu, abych ho dostal do správného a přesného směru mi pak stačí pouze použít tlak příslušné holeně. Jak se váš kůň bude zlepšovat v ustupování od holeně, sami uvidíte, jak se vám pak jeho vedení bude zdát čím dál snadnější.

Při provádění tohoto cviku dodržuji stejné zásady jako při každé jiné práci s koněm. Pokud kůň na mojí pobídku holení neustoupí do strany, pobídku výrazně zesílím. Naopak, jakmile kůň na tlak mé holeně začne ustupovat, tlak povolím a koně pochválím.

Kavalety

Kavalety používám při tréninku jako zpestření, zvýšení pozornosti a sebevědomí koně.

Nezapomeňte, že:

- K tomu, **aby se váš kůň výrazně zlepšil** není potřeba práci s ním věnovat více času, ale **je třeba vždy vědět co dělám, proč to dělám a věnovat práci se svým koněm plnou pozornost.**

- Jestliže chci, aby se kůň při práci soustředil na mne a na to, co po něm chci, musím nejdříve plnou pozornost a soustředění věnovat já jemu.
- Čím víc toho váš kůň bude umět, tím snadněji se vám na něm bude jezdit.
- Kůň může každou věc provést stejně dobře jak na jemnou, tak i na silnou pobídku. Záleží jen na vás, na jaké pobídky ho naučíte reagovat.
- Je důležité být důsledný a ke koni spravedlivý. Špatné provedení opakovat a za správné provedení koně pochválit.

Těším se na naše další setkání, tentokráte u videa „Práce v kroku“ a přeji vám hodně úspěchů při práci s vaším koněm.

Radek Líbal