



Over paarden en mensen, kinderen en pony's

Er is in de landelijke media veel aandacht voor paarden en paardrijden. Met dit verhaal willen we graag onze visie met jullie delen.

Oerpaard

Paarden zijn van oorsprong grazers die op de open steppe leefden op zoek naar gras en eetbare struiken en planten. Ze legden zo'n 30 km per dag af om voldoende voedsel en water te vinden. Om te ontkomen aan roofdieren werden ze snel en wendbaar, sliepen staand en zochten bescherming bij elkaar in een kudde. Zo kan de één rustig eten of slapen, terwijl anderen opletten. Om als kudde goed te functioneren, moet je met elkaar communiceren. Bij voorkeur zonder veel geluid te maken om geen rovers te lokken. Zo ontwikkelde ze hun non-verbale communicatie met oren, gezichtsuitdrukking, lichaamshouding, spierspanning en geuren. Om rust en besluitvaardigheid in de kudde te hebben, is er een rangorde, zodat iedereen zijn plaats weet. De hengst beschermt de kudde (vooral ook tegen andere hengsten) en jaagt de dieren op (hij bepaalt het tempo). De leidende merrie loopt voorop. Onderlinge banden worden steeds bevestigd.



Maar net als wij geen jagers-verzamelaars meer zijn (en dat ook niet meer zouden willen), is ons paard geen steppedier meer dat moeizaam zoekt naar grassprietjes en water en continu alert moet



zijn op roofdieren. Toch heeft ook ons moderne paard veel eigenschappen van het wilde paard: zo heeft het een lang darmstelsel (30 meter!) om ook uit karig gras genoeg energie te halen. Als kuddedier heeft het paard behoefte aan gezelschap, maar ook aan een duidelijke structuur. Een paard communiceert met lichaamstaal, energie en geur en kan leren door ervaringen.

Paard als huisdier



Mensen gingen paarden houden om hun vlees. Pas later leerden we ze gebruiken als lastdier, rijdier en trekdier. Ze waren onmisbaar voor ons vervoer en bij het werk op het land. Juist omdat we zo afhankelijk van onze paarden waren, leerden we ook goed voor ze te zorgen. Onze welvaart hadden we te danken aan het paard: transport, werk op het land, oorlogen winnen ("mijn koninkrijk voor een paard"). Dit heeft geleid tot een unieke band tussen mens en paard. Niet voor niets is een paard een edel dier met hoofd en benen! Arabische nomaden geven hun paard zelfs een ereplaats in hun tent, zodat hij beschermd is tegen de zon en zandstormen.



Fokkerij

Door gericht te fokken hebben we eigenschappen van paarden versterkt of juist minder aanwezig gemaakt. Zo zijn verschillende rassen ontstaan. Bij renpaarden hebben we juist het 'vluchtgedrag' en het heel hard kunnen rennen verbeterd. Bij trekpaarden is de vluchtrespons veel minder groot, maar hun kracht en hun vermogen om met mensen samen te werken is juist groter.

Paarden worden al eeuwenlang door de mens gefokt, waarbij de mens ze van geboorte tot dood verzorgd, beschermd en traint. Veel ponyrassen groeien tot op de dag van vandaag in hun land van oorsprong grotendeels in het (half)wild op,



waarbij ze leren om voor zichzelf te zorgen. Denk maar aan Haflingers, Dartmoors, New Forest pony's en Connemara's. Ze zijn dus vaak zelfbewuster (door ruiters vaak 'eigenwijzer' genoemd), dan paarden.

Dankzij het samenleven met mensen is het paard nu zo succesvol. De meeste andere paardachtigen zoals de wilde ezel, Onager, Okapi, het Przewalskipaard en diverse soorten zebra's zijn inmiddels (bijna) uitgestorven.



Aanpassingen

Het paard heeft zich zowel fysiek als mentaal aangepast aan het samenleven met de mens. Zo is hij niet alleen in staat om signalen van soortgenoten te begrijpen, maar ook om mensen te 'lezen'. Wetenschappers hebben onlangs aangetoond dat paarden emoties als blijdschap en angst bij mensen kunnen ruiken én herkennen. Niet voor niets geven paarden ons dus dat bijzondere gevoel, kunnen we een band met ze opbouwen en helpen ze ons o.a. in coaching-situaties.

Er zijn heel veel bijzondere verhalen over de unieke band tussen een paard en een mens.

Ook op de manege zien we hier vaak voorbeelden van tussen kinderen en pony's.

Bij een proefles, vertelt de pony vaak meer over de nieuwe ruiter, dan de ruiter zelf (of diens ouders).

Kijk ook maar eens als jullie Rosalie bezig zien met Sammy, of Meret met Mulan of Hella met Tienes. En zo kan ik nog veel meer bijzondere relaties tussen hulptroepen en pony's op Equito noemen. Als Maaïke of Josien loswerken of grondwerk doen met één van de pony's kan je ook zien hoe bijzonder hun samenwerking is! Doe zelf ook eens mee met de Basis cursus Horsemanship of de Freestyle cursus om zelf te ervaren hoe je zo'n goede band met de pony's krijgt!



Paardrijden

Rijden op een paard lijkt onnatuurlijk, maar de afgelopen 2000 jaar hebben we paarden gefokt die hiervoor geschikt zijn, mits wij ze goed trainen en zelf goed leren rijden.

Voor paard én ruiter is dit een uitdaging en juist dat maakt deze sport zo mooi.

Een paard is gewend aan non-verbale communicatie. Maar normaal ziet hij de ander. Als wij op hem rijden, moet hij ons leren aanvoelen in plaats van aanzien. De ruiter geeft het paard aanwijzingen met zijn handen (via het bit/hoofdstel), zijn benen en zijn balans en beweging met zijn zit. Het paard leert deze begrijpen als hij eerlijk en consequent getraind wordt met behulp van de leerprincipes. Juist omdat hij een kuddedier is, wil hij graag 'erbij' horen en leren en samen met de ruiter bewegen. Een ruiter die, net als een goede kuddeleider rustig, duidelijk en zelfbewust zijn hulpen geeft, zal door het paard eerder vertrouwd en gevolgd worden, dan een onzekere of onduidelijke ruiter.

Wij mensen zijn gewend veel met woorden op te lossen, maar op de rug van het paard moeten we hem met signalen ('hulpen') uitleggen wat we willen. Dit vraagt van de ruiter veel balans, coördinatie en kennis, maar hij moet ook leren aanvoelen wat het paard 'terugzegt' door zijn reactie, spierspanning, beweging etc. Ook helpt het ruiter én paard als de ruiter rustig, zelfverzekerd en met positieve energie op zijn paard zit en met zijn paard omgaat. Iedereen kan dit leren en zichzelf hierin verder ontwikkelen, waarbij jouw leeftijd of geslacht niets uitmaakt! Dat maakt paardrijden extra bijzonder!

Een goed op elkaar ingespeeld team van ruiter en paard, zijn als twee professionele dansers, die perfect in harmonie met elkaar bewegen. Maar net als bij dansen, vergt goed paardrijden een jarenlange training en veel inzet en doorzettingsvermogen.



Manegepony's

Alle begin is moeilijk, zeker ook voor kinderen die willen leren ponyrijden. Maar alles wat pony's jou leren, kan je ook in de buitenwereld goed gebruiken. Om goed te leren paardrijden moet je:

- Een goede balans hebben op de rug van het paard, waarbij je jouw zit aan kan passen aan het bewegingsritme van het paard. Zo stoort je hem niet en kan hij jouw hulpen beter voelen.
- Een goed plan hebben van wat je wilt, zodat je dit ook aan de pony duidelijk kan maken.
- Een goede coördinatie hebben, zodat je met je handen, benen en 'zit', hulpen kan geven aan de pony.
- Leren begrijpen hoe een pony denkt en leert, zodat je hem consequent en eerlijk kan trainen.
- Heel veel tijd doorbrengen met pony's, niet alleen op hun rug, maar juist ook bij de dagelijkse verzorging, zodat je ze goed leert kennen en begrijpen.

Een goede, ervaren manegepony raakt niet meteen in paniek als een ruiter iets nog niet zo goed kan. Hij is zelfbewust genoeg en bij twijfel let hij op de hulptroep, de instructeur of hij zoekt steun bij een andere pony of eventueel neemt hij zelf de leiding. Mensen vinden de pony's dan soms 'eigenwijs' en 'vervelend'. Maar als je kijkt door de ogen van de pony is het alleen maar logisch. Door verder te leren, consequent te zijn en veel te oefenen en met een gezonde portie doorzettingsvermogen, zul je merken dat de pony's steeds meer op jou als ruiter gaan letten en beter gaan luisteren.



Omdat op de manege ook ervaren ruiters rijden, blijven de pony's begrijpen wat er van hen verlangd wordt. Deze ervaren ruiters zorgen er ook voor dat de pony's soepel blijven in hun lijf, door ze als een soort fysiotherapeuten gericht te trainen.

Daarnaast mogen de pony's bijna dagelijks lekker buiten spelen met de andere pony's, 's Winters in de paddocks en zomers op de wei. Zo worden ze goed verzorgd door de medewerkers van Equito, maar ook door de hulptruppen. Als het nodig is halen we de dierenarts, paardentandarts, zadelpasser, paardenmasseur of hoefsmid bij.

Doordat de pony's bij ons met veel soortgenoten samenleven, meerdere keren per dag gevoerd worden en veel beweging krijgen, proberen we te voldoen aan de natuurlijke behoeftes van de pony's. Als 'tegenprestatie' verdienen de pony's al deze goede zorgen door kinderen te leren omgaan met dieren en te leren ponyrijden.

Ponyrijden

In een vertrouwde omgeving lekker buiten bezig zijn met anderen en met pony's geeft heel veel kinderen veel plezier. Daarnaast is paardrijden psychomotorisch een uitdagende sport.

Wat leren kinderen van pony's en ponyrijden?

- Balans en coördinatie, core stability
- Non-verbaal communiceren
- Gevoel voor ritme en beweging
- Omgaan met een dier, inlevingsvermogen
- Omgaan met tegenslagen, doorzettingsvermogen
- Vooruitdenken
- Omgaan met tegenslagen, doorzettingsvermogen
- Leidinggeven (rustig, duidelijk, zelfbewust handelen)
- Samen met anderen goed zorgen voor de pony's



Op Equito proberen we kinderen meer te laten doen dan alleen ponyrijden. Dat begint al met de cursus Ponyvriendjes, waarbij de kinderen kennismaken met de pony's, de beginselen van voltige en het rijden spelenderwijs leren. In hun verdere ruiteropleiding leren ze netjes rijden, waarbij we gebruik maken van de KNHS-ruiteropleiding, maar ook van Centered Riding en cursussen Horsemanship & Freestyle, Ruitersfitness, Young Leaders Program, hulptroep, thema-ponykampen en nog veel meer.

Ons streven is dat de kinderen helpen zorgen voor de pony's en de pony's goed zijn voor de ontwikkeling van de kinderen.

Zelf doen

Als ruiter en pony fan kan je zelf helpen om de pony's blij en gezond te houden:

- Maak eerst eens rustig kennis met de pony, voordat je iets met hem gaat doen.
- Verdiep je in ponykunde: volg cursus en activiteiten op Equito of elders.
- Leer de ponytaal: doe een cursus Natural Horsemanship of Freestyle.
- Help met de dagelijkse verzorging op de manege, wordt hulptroep!
- Luister goed naar de tips van jouw instructeur en kijk eens naar de les van de gevorderde ruiters.
- Maak gebruik van de KNHS-ruiteropleiding "Leer paardrijden met plezier".
- Werk aan je houding en coördinatie, zodat je een pony niet tot last bent als je op zijn rug zit! Doe ruitersfitness, voltige en volg de lessen "Zit je goed?".
- Neem de tijd om eens extra aandacht te besteden aan jouw favoriete pony: geef hem een extra poetsbeurt of ponymassage, bestudeer z'n gedrag en leer hem beter kennen, laat hem lekker grazen, maak z'n drinkbakje schoon, poets z'n tuig een keer extra,



We wensen alle ruiters én pony's heel veel plezier samen!

Maaïke van Rijn & Axel Groenveld
Ponymanege Equito

