

Ridsportens ledstjärnor

För att alla ska trivas och känna sig trygga inom ridsporten, både hästar och människor, har ridsporten samlats kring några ledstjärnor.

Ledstjärnorna är inget projekt utan ett långsiktigt arbete som vi hoppas ska genomsyra varje del i din ridsportvardag och vara ett naturligt steg att i fortsättningen skapa en idrott med hög etik och moral. Vi har tagit fram två olika slags ledstjärnor; de som har med hästen att göra och de som gäller samspelet mellan dig och dina medmänniskor.

HÄSTEN



Jag hanterar hästen på ett sätt som jag kan stå för och som jag är stolt över inför omvärlden



Jag behandlar alla hästar med respekt



Jag ser till att hästen finns i en trygg- och säker miljö och jag reagerar om den far illa



Jag tränar och tävlar i samspel med hästen och kräver inte mer än vad vi har förutsättningar att klara av



Jag ansvarar själv för att öka min kunskap och kompetens om hästen

MÄNNISKAN



Jag visar respekt för alla människor



Jag bekräftar och berömmar andra



Jag berättar öppet och tydligt om jag har olika uppdrag och roller



Jag är en god förebild för ridsporten



Jag tar ansvar och agerar om någon bryter mot våra regler

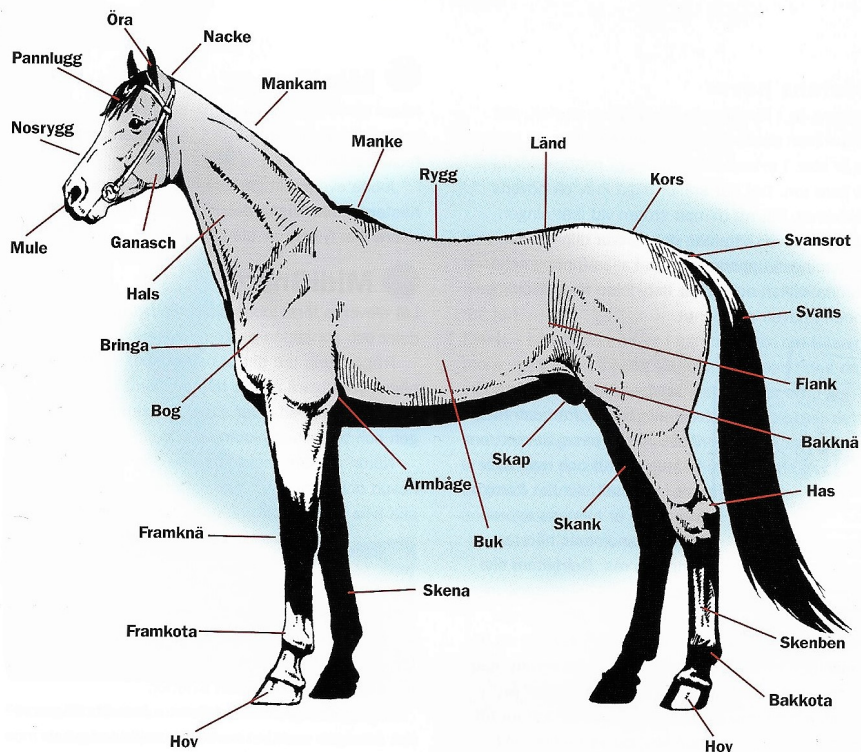
RYTTARMÄRKE

2

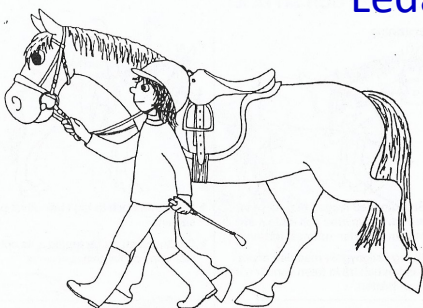


Östergötland

Hästens delar



Leda häst



- ◆ Gå vid hästens bog.
- ◆ Låt tyglarna ligga över hästens hals.
- ◆ Håll i båda tyglarna, en liten bit under hästens haka.
- ◆ Lägg pekfingeret mellan tyglarna, så glider de into så lätt.



- ◆ Gå före hästen om dörren är smal, men gå inte baklänges och titta på hästen.
- ◆ Stigbyglarna ska vara uppdragna eller i kors i sadeln.
- ◆ Kolla att dörren är ordentligt öppen och inte kan blåsa igen.

- ◆ Håll hästen ifrån dig genom att trycka eller knuffa lite med armågen mot bogen.
- ◆ Vänd alltid åt höger, så att du går utanför hästen i vändningen.

Klädkod till häst

Det är inte bara hästen som ska utrustas rätt, även ryttaren måste klä sig stall-smart. Med det menas plagg som är säkra, praktiska och bekväma.

Att som ryttare ta sitt ansvar i säkerhetsfrågan är viktigt, både uppsatt och avsatt. Säkerhet handlar i första hand om ryttarens förhållningssätt och hur han eller hon agerar i olika situationer, men när olyckan är framme kan rätt utrustning vara avgörande.

HJÄLMEN är en billig livförsäkring och i ridsporten är den obligatorisk. Oavsett om man rider eller kör. Hjälmen ska sitta bra, vara lagom stor och bekväm. Dessutom ska den vara CE-märkt. Använd alltid hakbandet så att hjälmen sitter ordentligt och inte åker av om du ramlar av. Byt ut hjälmen om den fått en ordentligt smäll. Det kan ha uppstått skador som inte syns.

SKYDDSVÄST kan förhindra allvarliga skador och i vissa fall är den obligatorisk, bland annat när man rider fälttävlan, hoppar ponny eller stor häst, upp till man fyllt 18 år. En grundregel vid val av säkerhetsväst är att den ska vara CE-märkt. För säkerhetsvästar finns olika graderingar, beroende på hur mycket de skyddar. Fråga om vägledning i ridsportbutiken.

RIDSTÖVLAR eller shortchaps ger bra stöd och skyddar mot skavsår. När det gäller skor i stallet är ståltåhatta en garanti för att slippa skadade tår om du skulle bli trampad. Tänk bara på att om du vill rida i samma skor så bör de inte vara för grova framtill. Skorna som du rider i ska passa i stigbygeln med god marginal och ha en rejäl klack så att du inte kan glida igenom med hälen och fastna.



Du ska aldrig ta av och på kläder när du sitter till häst utan att någon kunnig person på marken håller i hästen. Ska tröjan träs över huvudet ska du tveklöst sitta av.

CE-MÄRKNING

CE-märkning innebär att produkten har genomgått ett antal tester som visar att den uppfyller de hälso- och säkerhetskrav som EU ställer. Tillverkaren ska själv CE-märka utrustningen. Märkningen ska vara väl synlig.



Ryttare är idrottare

Allt större vikt läggs vid att ryttare ska vara i bra form. En vältränad ryttare kan hjälpa sin häst till bättre prestationer.

Ridningen i sig är bra träning, men ryttare som bara rider enstaka dagar i veckan, behöver komplettera med annan träning för att den sammantagna träningsdosen ska vara tillräcklig. För ryttare som rider mer bidrar fysträningen till att ryttaren orkar hålla en högre kvalitet i ridningen och blir mer konkurrenskraftig på tävlingsbanorna. För professionella ryttare handlar det dessutom om att undvika förslitningsskador för att hålla så många år som möjligt.

Sedan ett antal år tillbaka finns Ridsportens Fysprofil framtagen i samarbete mellan Svenska Ridsportförbundet och Sveriges Olympiska kommitté (SOK). Fysprofilen består av tester som hjälper till att identifiera fysiska styrkor och svagheter. Utifrån resultatet kan sedan ett skräddarsytt träningsprogram sättas samman.

Den fysiska träningen handlar mycket om att hitta en styrkebalans i kroppen, där reflexer och signaler hjälper till att skapa balans, så att känsligheten i ridningen kan hållas hög i många situationer och under lång tid. Fysträningen bidrar också till en mental stabilitet som gör att man med högre stresstålighet kan utveckla ett bättre förtroende mellan sig och sin häst.

Vårt att veta är att när kroppen sätter fart och börjar växa (tjejer vanligtvis 11–13 år, killar 13–16 år) blir ofta sådant som tidigare varit enkelt, svårt och krångligt. Det hänger ihop med att kroppens nervsystem inte alltid hänger med när ben och armar växer snabbt. Det gäller att ha is i magen eftersom det rättar till sig när nervsystemet hunnit i fatt resten av kroppen.



FYSISK TRÄNING FÖR BÄTTRE KVALITET I RIDNINGEN

- Dina naturliga reflexer och signaler i kroppen blir effektivare och finkänsligare.
- Du blir mer mottaglig för de signaler som hästen ger dig.
- Du orkar upprätthålla en hög koncentration och känslighet under längre tid.
- Du kan få stora mentala effekter av träningen – är kroppen stark blir även hjärnan pigg!
- Du förbättrar din sits och inverkan.

Olika hästtyper Och vanliga raser

Så som vi känner dagens hästar har de bara sett ut några miljoner år. Men utvecklingen började redan för omkring 50 miljoner år sedan.

Utveckling

Den "urhäst" som vandrade på vår jord då var omkring 30 centimeter hög, hade fyra tår på frambenen och tre tår på bakbenen. Därefter följde ett antal föregångare till vår tids häst, vars latinska namn är *Equus*.



Huvudgrupper och raser

Hästar delas in i **tre huvudgrupper**:

- Kallblod
- Varmblod
- Ponnyer

som i sin tur delas in i olika raser.

Det finns **mer än 200 kända raser** i världen.

Kallblod kallas de stora och grova hästar som till exempel används vid skogsarbete. De är lugna och har tjockt, grovt tagel i man och svans och kraftigt skyddshår runt hovarna. Kända raser är nordsvensk brukshäst och ardenner.

Vanliga raser i Sverige. *Western*: Quarter horse, paint. *Distans*: arab, travare.

Körning: tinker, nordsvensk, ardenner, russ. *Hopp och dressyr*: halvblod, ridponny.

Fälttävlan: fullblod, halvblod. *Ponnytrav*: russ, shetlandponny.

Och många många flera.

Varmblod är lättare hästar som används inom bland annat rid-, trav- och galoppporten. De är livliga och har tunnare man och svans. Några raser är svenskt halvblod, varmblodig travare och engelskt fullblod. Varmblod är livliga och kallblod är lugna, det är alltså ingen skillnad i kroppstemperaturen ...

Ponnyer kallas alla hästar som är under 148 centimeter i mankhöjd. Det finns många ponnyraser och några vanliga är:

Shetlandponny – engelsk ponnyras som får vara högst 107 cm, vilket gör den till en populär barnponny.

Gotlandsruss – vår äldsta svenska ponnyras som inte helt oväntat har sitt ursprung på Gotland.

New Forest – engelsk ridponnyras som det finns gott om i Sverige. Än i dag strövar halvilda ponnyer omkring i skogsområdet New Forest i södra England.

Kategorier

Ponnyer delas in i olika **kategorier**. Dessa har betydelse framför allt vid tävlingar då ponnyer i samma kategori tävlar mot varandra.

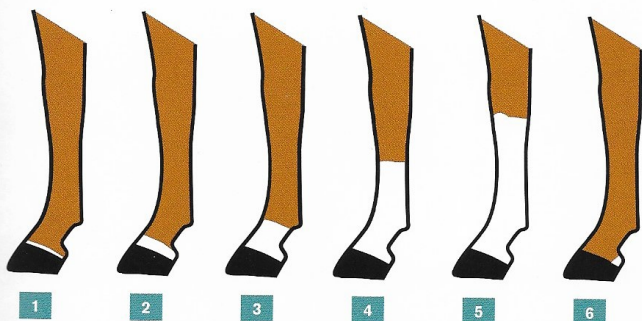
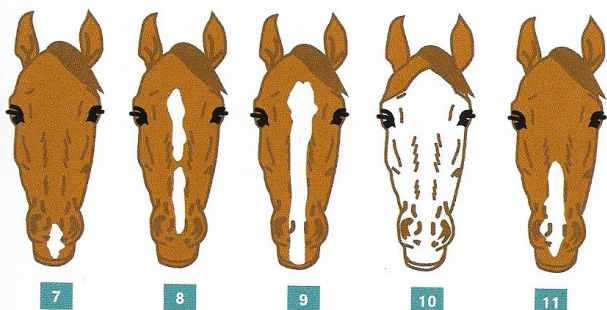
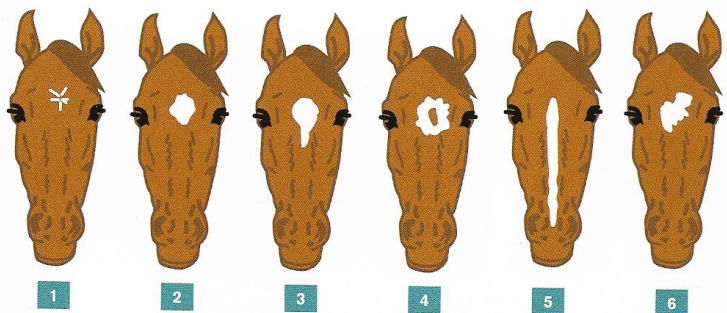
A-ponny: upp till 107 centimeter i mankhöjd

B-ponny: 107,1–130 centimeter i mankhöjd

C-ponny: 130,1–140 centimeter i mankhöjd

D-ponny: 140,1–148 centimeter i mankhöjd

Hästens tecken



TECKEN

Hästar kan ha vita tecken på huvudet och på benen. Det finns en massa olika varianter och benämningar.

TECKEN PÅ HUVUDET

1. Vita hår i pannan (vhip)
2. Stjärn (stj)
3. Skjuten stjärn
4. Ringstjärn
5. Strimbläs (strbls)
6. Oregelbunden stjärn
7. Snopp
8. Bruten bläs (brut bls)
9. Genomgående bläs (gmblys)
10. Lykta
11. Nosbläs

TECKEN PÅ BENEN

1. Vit kronrand
2. Vit krona
3. Vit kota
4. Vit halvstrumpa
5. Vit helstrumpa
6. Vit ball

Ryttarens hjälper

RENODLADE HJÄLPER

Det är viktigt att lära sig hjälperna var och en i taget (renodlade) för att så småningom kunna samordna dem. Samsidiga hjälper är till exempel höger skänkel och höger tygel. Diagonala hjälper är till exempel höger skänkel och vänster tygel.

Att med knappt synliga signaler få ett halvt ton hästkrafter att göra det man ber om, är en hisnande känsla de gånger det fungerar. Om så bara för en kort sekund.

Ryttaren kan inverka på hästen med vikten, skänklarna och tyglarna – så kallade hjälper. Naturligt verkar vikt- och skänkelhjälperna framåtdrivande och tygelhjälperna förhållande. Genom att kombinera olika hjälper kommunicerar du med hästen när du rider. Lite beroende på hur hästen reagerar på en signal, följer du upp med en annan. Kännetecknande – och målet! – för en korrekt

hjälpgivning är att den är knappt märkbar för åskådaren, men desto tydligare för hästen. När man pratar om ryttarkänsla syftar man på någon med förmågan att ge precis rätt hjälper på rätt sätt, i rätt ögonblick och i rätt proportioner.

En välutbildad häst är många gånger bästa läraren för en oerfaren ryttare, eftersom den reagerar på rätt sätt när ryttaren ger rätt hjälper. Den rutinerade hästen i kombination med erfarna ögon från marken är ett väl beprövat och vinnande koncept när man ska lära sig rida. Fölsamhet, balans och tajming kommer i takt med timmarna i sadeln. Tekniken lär man sig av en instruktör.

VIKTHJÄLPER. Ju mjukare och mer stilla du sitter, desto bättre reagerar hästen för vikhthjälperna. Med vikhthjälperna kan du påverka hästen att vända genom att lägga mer vikt i sadeln åt ena hållet. Var därför noga med att sitta mitt över hästen när du rider rakt fram.

SKÄNKELHJÄLPER. Skänkelhjälperna kan användas framåtdrivande, sidförande och mothållande (reglerande). Lika tryck med båda skänklarna verkar framåtdrivande, ökat tryck av en skänkel verkar sidförande. Skänkeln verkar mothållande då den begränsar sidförande inverkan av motsatta skänkeln eller hindrar hästen att tränga sig åt sidan.

TYGELHJÄLPER. Tygeln är förbindelsen mellan ryttarens hand och hästens mun. Tygelhjälperna kan användas förhållande, eftergivande, ställande, vändande (ledande), mothållande, understödjande och uppresande.

FÖRSTÄRKA HJÄLPERNA. Rösten kan också komma till nytta vid ridning. Mycket kommer an på tonfallet. En djup och lugn stämma verkar lugnande på hästen, medan ett kort och uppmuntrande tonfall kan stimulera hästen att ta i lite extra. Andra hjälpmedel för att förtydliga hjälperna är ridspö och sporrar. Med spöet kan man exempelvis förtydliga de framåtdrivande hjälperna. Sporren är en förstärkning av skänkelhjälpen.

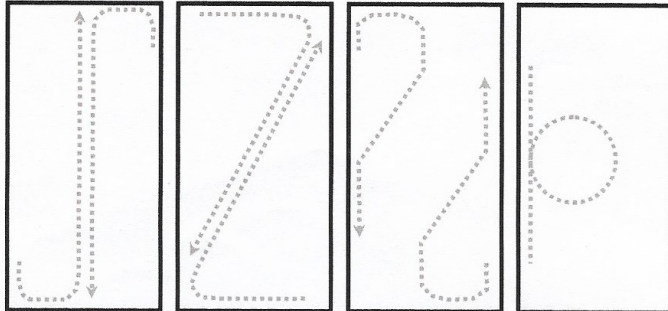
HALVHALT. Halvhalt är en övergående förhållning av hästen under rörelse, varvid steget för ett ögonblick förkortas och tempot minskas, dock utan att livligheten i trampet går förlorad. Halvhalten används för att få hästen i jämvikt eller för att göra den uppmärksam på att göra en rörelse.

NÄR HÄSTEN INTE GÖR SOM DU VILL

Snabba lösningar på problem som dyker upp vid ridning är ofta kortsiktiga. De består av spön, skarpare bett, inspänningstyglar eller tuffare hjälper. Du kräver att hästen samarbetar i stället för att be den om det. När hästen gör tvärtemot vad du önskar beror det i de allra flesta fall på att du gett den felaktiga eller ottydliga signaler. Det kan också bero på att den har ont någonstans, eller helt enkelt inte förstår vad den ska göra. När hästen inte reagerar som du tänkt dig, börja med att ta reda på om det är något som gör ont eller om det är du som gjort något tokigt. Bli aldrig arg på din häst – det kan vara du som inte gett tillräckligt tydliga signaler.

Vägarna på ridbanan

Ulrika Pernler

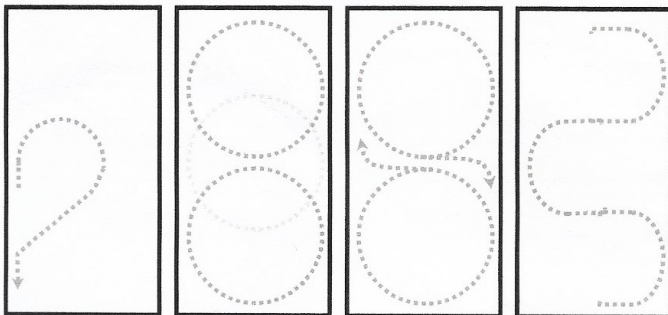


Vänd rätt upp
Vänd mitt på närmas-te kortsida. Rid rakt över hela ridbanan, byt varv när du kommer till mitten av den andra kortsidan.

Vänd snett igenom
Passera en kortsida. Efter hörnet vänder du snett över hela ridbanan och byter varv.

Vänd halvt igenom
Vänd mitt på närmas-te kortsida. Rid rakt fram en bit. Sedan rider du snett ut mot den långsida du nyss var på och byter varv.

Volta
En stor rund cirkel som går in till mitten av ridbanan. Volten börjar och slutar på samma ställe.



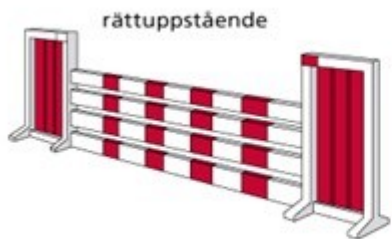
Volt tillbaka
Rid en halv volt. Rid sedan snett ut mot spåret igen och byt varv.

På volterna
Man rider på någon av de stora volterna. Det är vanligast att man använder kortsida volterna men man kan även rida på stora mittvolten.

Byt om volt
Rid över medellinjen. Ställ om hästen och byt till den andra volten.

Serpentinspår
Rider man för att mjuka upp hästen. Varje bäge räknas som en serpentinbåge. Bågen börjar och slutar vid medellinjen.

Hindertyper



Hästens utrustning

Även utrustningen har betydelse. För att på ett säkert sätt kunna ha roligt med sin häst gäller det att man har en utrustning som är i bra skick. Den behöver inte vara supermodern och snygg, men den måste absolut vara hel och ren.

Vad behövs det för utrustning till hästen? Det beror självklart på vilken disciplin man sysslar med.

De flesta hästar behöver en **grimma**, **grimskaft** och eventuellt ett par **täcken**. Det finns en mängd olika täcken att välja bland – thermostäcke, regntäcke, kombi-täcke, stalltäcke, skrittäcke och fleecetäcke ... Vad din häst ska ha i sin garderob avgör du själv – men väl värt att komma ihåg är att många gånger används täcken mer för syns skull än för hästens. Dessutom behöver:

Ridhästen sadel och trän, och utöver det en hel del utrustning som kan vara bra för hästen – exempelvis strykkappor och senskydd.

Travhästen sele, benskydd, rockard och eventuellt en sulky om man tävlar. Det finns givetvis även en massa extrautrustning.

Galopphästen galoppsadel, trän, övergjord och benskydd vid träning.

Är grimman av syntetmaterial kan sömmarna lätt bli slitna, det är bra att kontrollera dem med jämna mellanrum. Träns och grimmor gjorda i läder ska alltid torkas rena efter användning. Detsamma gäller sadlar, selar och andra tillbehör. Lädermaterial ska dessutom smörjas in med läderfett för att hållas mjuka och smidiga.



FAKTA

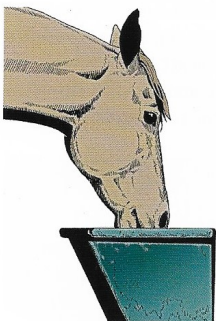
6. Stallet, hästens hem

Hästar trivs med att bo utomhus, de är tåliga och kan leva i grupp i en stor hage så länge det finns vindskydd, mat och vatten. Vanligast när man har hästar och ponnyer som tränas är dock att de går i hage på dagarna och står i stall på nätterna.

Stallet ska vara ljust och luftigt och ha bra ventilation. Hästar har inget emot att det är kallt men mår dåligt av drag och fukt så det får inte vara korsdrag i stallet. Lagom stalltemperatur är omkring 8–13 grader.

Exakt vad som finns i ett stall varierar, men normalt finns det boxar eller spiltor, stallgång, foderkammare eller loft, sadelkammare och ibland en spolspilt.

Boxen eller spiltan kan kallas hästens eget rum. I boxen står hästen lös. I spiltan står den uppbunden med ett grimskafat som löper i en ring i väggen med en kloss i änden. I boxen och spiltan ska det alltid finnas gott om strö. Det finns många olika strösorter. Det vanligaste är att hästarna står på antingen **spån** eller **halm**. Vissa tycker **torv** suger bättre och använder det. **Pappersströ** kan användas till hästar som är allergiska och kanske hostar av dammet från spån.



Krubban ska sitta i lagom höjd, hästen ska komma åt fodret utan att behöva sträcka sig uppåt. **Vattenkoppen** ska fungera och ge tillräckligt mycket vatten, kommer det för lite tröttnar hästen och dricker då inte så mycket som den behöver. Det går även att vattna med hink



eller både och. Saltsten är också något som bör finnas i varje hästbox.

Sadelkammaren/selkammaren ska ha värme annars kan utrustningen mögla.

Stallgången ska hållas fri från redskap och lösa saker så att hästarna inte skadar sig.

Spolspiltan eller området där hästen duschas ska ha en avloppsbrunn. Vattnet ska lätt kunna rinna ut och golvet torka snabbt. Golvet är oftast av cement och får inte vara halt.

Av hygieniska och praktiska skäl är det bra om det finns en toalett och kanske ett omklädningsrum eller allrum i stallet.

Utanför stallet finns hagar och gödselplatta.

Hagarna ska ha ett bra och halkfritt underlag. Bra **stängsel** kan vara av trä, elband eller plaststänger. Det får inte vara taggtråd. **Gödselplattan** ska vara på en plats vid sidan av eller bakom stallet så att människor och djur inte störs av insekter och lukt. Ibland har stallet en container i stallet för gödselplatta, som hämtas och töms av ett renhållningsföretag.

FODER

Hästens matsmältningskanal är uppbyggd för att hantera stora mängder växtråd. Därför är hö eller hösilage den absolut viktigaste komponenten i hästens foderstat. En häst bör utfodras minst tre gånger per dag.

Hästens kostcirkel indelas i grovfoder, kraftfoder, safffoder samt mineraler och vitaminer.

Grovfoder/ stråfoder Hit räknas *hö, hösilage och halm*. Ett bra hö eller hösilage täcker till stor del hästens näringsbehov. En analys talar om vad fodret innehåller i näringsväg samt om det har en hygieniskt bra kvalitet, det vill säga inte innehåller mögel.

Hö består av torkat gräs. Hösilage är gräs som konserverats och plastats in. Det är dammfritt och smakligt.

Halm har lågt näringsvärde och används mest som strö men ska inte underskattas som bukfylla. Den stora mängden växtråd är bra för hästens fodersmältning. Särskilt hästar som står på spån, papper eller torv kan behöva extra halm att äta för att förhindra tarmrubbingar.

Kraftfoder Den arbetande hästen behöver också äta mer koncentrerat foderkraftfoder. *Havre* kan ges hel eller krossad. Hel havre håller näringsvärdet längre. Hästar som har svårt att sätta hull kan även utfodras med *kornkross*.

Vetekli kan ges fuktat i små doser som komplement till havren. Det har en gynnsam effekt på fodersmältningen.

Sojarmjöl och *linfrö* är proteinrika oljekraftfoder och gas till hästar med stort proteinbehov.

Det finns också en mängd *färdigblandade foder* med olika inriktning.

Safffoder Hit räknas fodermedel med hög vattenhalt. *Betfor, melass och morötter* bland annat.

Mineraler och vitaminer Foderstaten avgör om hästen behöver några extra mineraler och vitaminer. *Salt (saltsten), kalk och fosfor* är de mineraler som är viktigast för hästen. Mineralfoder finns både som pulver och i flytande form. Bland vitaminerna är det *A-, B-, D- och E-vitamin* som är viktiga för hästar.

Vatten Är livsviktigt för hästen. Vattnet ska hålla samma kvalitet som människans.



Hästens Instinkter



För att förstå varför hästen betar sig och reagerar som den gör i olika situationer hjälper det att känna till hur den fungerar i frihet.

Hästen har trots allt bara hängt ihop med oss människor en liten del av sin tid på jorden, därför ska man komma ihåg att beteendet hos våra tama hästar i stort sett är detsamma som hos de vilda.

De flesta av hästens reaktioner och de situationer som uppstår går att koppla ihop med någon av hästens huvudinstinkter – flykt, flock, foder eller fortplantning.

Hästens huvudinstinkter

Flykt – hästen är ett flyktdjur, vilket innebär att den har en medfödd instinkt att fly från faror. Hästens sinnen är också väl utvecklade just för att den ska kunna upptäcka farorna i tid. En främmande lukt,

rörelse eller ljud kan betyda fara och därför är hästen hela tiden på sin vakt, redo att ta till flykten. En häst kan till och med sova stående och "gödsla i full fart".

Flock – hästar som lever i full frihet gör det tillsammans med andra hästar i flock. I gruppen finns en inbördes rangordning, något som skapar en trygghet för hästarna. Vanligtvis är det äldsta stoet den som står högst i rang. Vi människor kan aldrig ersätta den sociala trygghet som hästarna ger varandra, därför bör hästar stå tillsammans med andra hästar.



Foder – vilda hästar letar mat och äter så gott som dygnet runt, lite beroende på årstid och hur tillgången på mat är.

Fortplantning – att föröka sig är också en instinkt hos hästen. En hingst kan lukta sig till ett sto på en halv kilometers avstånd. I fritt tillstånd finns det ston och hingstar i en flock, men för att hästarna ska bli lättare att hantera och ha tillsammans låter man ofta kastrera hingstarna så att de inte längre kan fortplanta sig. En kastrerad hingst kallas för valack.

Snacka häst

Ju fler hästar du handskas med, desto bättre blir du på att snabbt läsa av och anpassa ditt sätt utifrån varje enskild individ.

Att behålla lugnet är viktigt. Du får gärna arbeta snabbt och effektivt men inte nervöst och stressat. Din sinnesstämning smittar snabbt av sig på hästen så om du kommer till stallet stressad och jäktad, är det dåliga förutsättningar för en trevlig stund med hästen.

Redan som föl lär sig hästen att lyssna till mänskliga ljud, framför allt rösten. Det är inte orden i sig som hästen reagerar på, det är i stället ordets ljudmelodi och tonfall som hästen lär sig att förstå. Ditt kroppsspråk spelar också stor roll. Hur du är placerad i förhållande till hästen och på vilket sätt du rör dig.

TYDLIGA SIGNALER. Förutom kroppsspråket bygger en stor del av din kommunikation med hästen på signaler. Enkla för dig att använda – låtta för hästen att lära sig förstå. Signalerna består av ljud, beröring och tecken. Vid all form av inlärning gäller det att skynda långsamt och uppmuntra det rätta beteendet, snarare än bestraffa det felaktiga. Med mycket beröm och en stor portion tålmod kommer du långt i hästarnas värld. Det ligger i deras natur som flockdjur att vilja vara sin ledare till lags.

För att hästen ska förstå vad du vill måste du vara konsekvent (göra likadant varje gång) och kommunicera med enkla, tydliga signaler som till exempel: ett lätt tryck i sidan betyder att hästen ska flytta sig, en förhållning i grimskaffet betyder stanna och en smackning är signalen för att gå framåt. Om hästen inte gör som du säger har den kanske ont någonstans, eller så ger du kanske hästen otydliga signaler som den inte förstår eller så tycker den att situationen känns obehaglig. Fundera varför den reagerar som den gör.

Berömmer gör du genom att klappa hästen på halsen och prata uppmuntrande med den. En annan form av belöning är att upphöra med signalen. Om du till exempel vill flytta hästen ifrån dig genom att trycka med handen i sidan på hästen, så slutar du pressa när hästen flyttar på sig. Det är belöning nog. De flesta hästar blir nafsiga och tigger om de matas ur handen – så undvik att använda godis som belöning.

VARNINGSSIGNALER!

Hästar varnar oftast innan de blir våldsamma. En häst som tänker sparka, lyfter vanligtvis lite på ena bakbenet som en första varningssignal. Många hästar gillar inte att bli störda när de äter, en hel del grinar illa när sadelgjorden spänns, andra är kittliga när man borstar under magen och vissa hästar har lärt sig att skrämmas genom att lägga öronen bakåt. Lär dig vara uppmärksam och var alltid försiktig med hästar som visar tecken på att vara irriterade. Inte minst om det är en häst du inte känner så väl. Sätt alltid din egen säkerhet först. Skulle du någonsin gå möta en häst med mycket sänkt huvud, bakåtrökna öron och som dessutom pendlar lite med huvudet från sida till sida – varning! Dessa signaler betyder nämligen att hästen är riktigt ilskent! Det händer att ston gör så för att skrämma bort nyfikna från deras föl.



Färgfakta

Hästar har olika färger och tecken. Inom de flesta raser är vissa färger vanligare än andra medan vissa inte ens är tillåtna.

Det finns till och med ett fåtal raser där det uteslutande är färgen som avgör hästens rastillhörighet, inte hur hästen ser ut i övrigt. Hästens hår delas upp i täckhår (päls) och skyddshår (pannlugg, man, svans och hovskägg). Dessutom har hästen känselhår runt mule och ögon. Färgerna i sin tur är uppdelade i hela, blandade och brokiga färger.

HELA FÄRGER. Täckhår av enhetlig färg, exempelvis brun, fux, black, vit, svart, gul och isabell. Vit är en väldigt ovanlig hästfärg som innebär att hästen har rosa skinn och vitt hår över hela kroppen och blå eller bruna/mörka ögon.

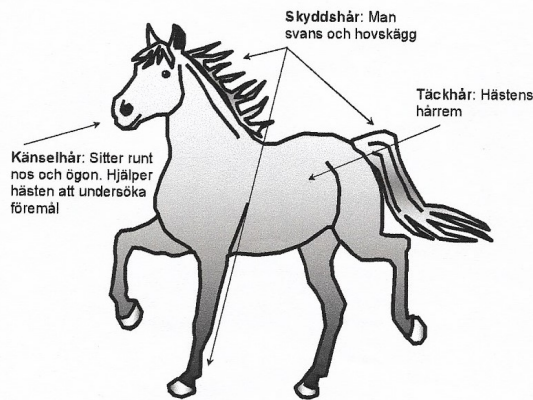
Vita hästar föds vita och behåller samma färg hela livet.

BLANDADE FÄRGER. Färgade och vita hår som blandas, exempelvis skimmel och stickelhårig.

Skimlar kan vara konstanta eller avblekbara.

För varje hårfällning blir den avblekbara skimmeln ljusare för att till sist bli helt vit. Hos den konstanta skimmeln förblir den grå färgen så gott som oförändrad genom åren.

BROKIGA FÄRGER. Flera färger i stora, från varandra tydligt avgränsade fält. Exempelvis skäck och tigrerad.



Hästens hårrem består av täckhåren som utgör den största delen av hästens hårbeklädda kropp.

Skyddshåren som utgörs av man, svans och hovskägg. Hovskägget är till för att förhindra smuts och grus från att skava i hästens känsliga karled där huden är tunn.

Känselhåren sitter runt hästens nos (mule) och runt ögonen. De hjälper hästen att undersöka föremål. Hästen undersöker även genom att lukta och krafsa med frambenet.

Man borstar och ryktar hästen varje dag för att hålla hårremmen ren och få bra blodcirkulation men även för att ge hästens muskler massage. Ryktborsten ska hållas i handen närmast hästens huvud. När man ryktar hästen så ska man hålla på tills stövet i skrapan blir ljust i färgen. Då vet man att hästen är välryktad.

När man borstar hästens svans ska man alltid stå vid sidan för att inte bli sparkad.

Hästen "fäller" varje höst och vår. Det betyder att den får en tunnare hårrem till sommaren och till vintern blir den ländhårig och varmt klädd.

Föl och gamla hästar kan ha en lång och ullig hårrem. Det kallas för ullhår.

Det är också viktigt att krafsa hovarna varje dag så att inte gammalt smuts eller stenar ligger kvar i hoven och irriterar hästen.

Gångarter

Hästens grundgångarter är skritt (fyrtaktig), trav (tvåtaktig) och galopp (tretaktig). Skritt är den långsammaste gångarten, trav är lite snabbare och galoppen är snabbast. Islandshästen är en av de raser i världen som dessutom har två extra gångarter – tölt och passgång.

SKRITTEN som är liksidig och fyrtaktig, ska vara ren, fri, energisk och vägvinnande. Beroende på i vilken hastighet och samling skritten rids kallas den fri skritt, samlad skritt, mellanskritt och ökad skritt.

TRAVEN som är en tvåtaktig, ren diagonal språngartad rörelse, ska vara ren, fri, mjuk och taktmässig. Beroende på i vilken hastighet och samling traven rids kallas den arbetstrav, samlad trav, mellantrav och ökad trav.

GALOPPEN som är en olikssidig, tretaktig språngartad rörelse, ska vara ren, lätt och schvungfull. Beroende på i vilken hastighet och samling galoppen rids kallas den arbetsgalopp, samlad galopp, mellangalopp och ökad galopp.

1. Skritt (fyrtaktig)
2. Trav (tvåtaktig)
3. Galopp (tretaktig)

