

A sorozattal régi nagyjaink emlékéért kívánjuk ópolni az általános lovaskultúra részét képező archív írások felelevenítésével, illetve a klasszikus lovaglás művészetéről alkotott egykori elmékedéseket, feledésbe merült, de örökérvényű gondolatokat szeretnénk megismertetni a mai lovasokkal. Bázár György

# AZ ALAPKIKÉPZÉS MENETE 1. RÉSZ

A most következő, három részből álló sorozatban **Monspart Gábor** lovaglótanár alapkiképzési skáláját foglaljuk össze. A hazai military sport kialakításában, fejlesztésében meghatározó szerepet játszó Monspart Gábor egész életét a magyar lovassportnak szentelte. Az Örkénytábori Lovagló- és Hajótanár Képző elvégzése után a hadseregben szolgált, s nemcsak a sportban, de a katonai vezetésben is kiemelkedően teljesített. Nevéhez fűződik a II. világháború, de lehet, hogy a világtörténelmi utolsó huszárharcra (1945). Már fiatalon nagy elhivatottsággal a ló

## Az alapkiképzés menete (1. rész)

Tény, és ezt mindenki elismeri, hogy a lovassportban az eredmény elérésének a ló helyes irányú belovaglása a feltétele. Ennek ellenére a tapasztalat azt igazolja, hogy a tehetséges lovaknak csak igen alacsony százaléka éri be a nemzetközi színvonal teljesítményszintjének elérésére. Nagyon sok tehetséges ló kallódik el – nemcsak nálunk, hanem külföldön is ez a helyzet. Ez a tény azt igazolja, hogy a belovaglás módszertanával részletesen kell foglalkozni.

Az alapkiképzésben végzett tornászatarásnak a ló EGÉSZ TESTÉNEK átfarmálása a célja azért, hogy járása javuljon és tetszetős lendületű mozgásával kitűnjön. A ló – a lovassport minden ágában – a mozgásával éri el az eredményeit! A legnagyobb nehézséget, sőt az eredménytelenség egyik okát abban találjuk, hogy az ELŐRELOVAGLÁSBAN – illetve annak fogyatékoságában, hiányosságában – van visszahúzó erő. A lovasok általában nem tartják be a ló belovagolásának egymásra épülő sorrendjét, az ütem, elengedettség, támaszkodás, lendület, egyenesre igazítás és összeszedés kifejlesztésének és megszilárdításának a sorrendjét, hanem legtöbbször a fiatal lovat tartásban kezdik el lovagolni. A tartást csak akkor lehet és szabad megkövetelni, ha az ütemet és az elengedettséget már elértük, sőt azt már megszilárdítottuk. Csak az a ló képes a lendületes mozgás (térnyerő ügető és vágta mozgás) bemutatására, amelynek izomzata – különösen a hátizmok és a ló hátsó lábainak izmai) annyira megerősödtek, hogy képesek legyenek a ló elején elhelyezkedő súlypont hátrébb helyezésére, s ezáltal a ló

iránti szeretetre, a sportág iránti tiszteletre tanított. Nehéz helyzetben vállalta a magyar military válogatott felkészítését az 1980-as moszkvai olimpiára, ahol a csapat az eddigi legkimagaslóbb sikert, a 4. helyezést érte el. 1984-ig a military szakág vezető edzője, 1986-ban a Magyar Sport Erdemérem arany fokozatával, majd 1989-ben a magyar lovaskultúra fejlesztésében való részvételeért Széchenyi emlékéremmel tüntették ki. Kapcsolata a rajongásig szerettél sportágával ezt követően sem szűnt meg. 1997-es haláláig fardíjatlanul oktatta fiatal tanítványait.

elejét tehermentesíteni – azt felszabadítva megteremteni a lendületes mozgás feltételeit. Ez a munka sok türelmet követel a lovas részéről, és szakértelmet az edzőtől. Gyakran olyan előrehaladást mutat a ló, amely csábítja a lovas az új feladatoknak és célokra a leküzdésére. Minden elismert munka – ez érvényes úgy a díjlovagló-, mint az ugróló kiképzésre – a fejlődés és tehetség kibontakoztatásának legfőbb akadálya. Először arra kell törekedni, hogy a fiatal ló hosszan és előrefelé kinyújtott nyakkal menjen. A legtöbb hibát azzal szokták elkövetni, hogy lépésben lovagolva már megállítják a szarvakat, tehát támaszkodást követelnek, ezzel megakadályozzák a fiatal lovat fejének „bólogatózásában”, ez a mozgásfolyamat pedig az egyensúlyhelyzetnek a biztosításához szükséges. Ha ebben gátoljuk a fiatal lovat, akadályozzuk a súlypont stabilizálását. Kénytelen megfeszíteni a hátizmokat. Elveszti a ló a szabad mozgás feltételeit, kialakul a „hát nélküli mozgás”. Igen súlyos hiba, amely egyformán gátolja úgy az ugrólóvat a stílusos ugrásban, mint a díjlovas a lendületes mozgás elérésében.

## 1. ÜTEM

A helyes ütem a ló belovaglásának alapkövetelménye. Ütem nélkül a lónak minden mozgása „hamis”, amelyre nem építhetők fel az alapkiképzés további követelményei, gyakorlatai. **Meghatározása:** ütemben vagy tiszta lábsorrendben megy a ló, ha ügetésben a diagonális lábpárnál egy időben és szabályosan történik a lábak felemelése – nyújtása – földre érése és támasztása, amelyet lebegési fázis követ.





Akkor mondjuk tisztának, ha lépésben négy, ügetésben kettő, és vágásban három tisztán hallható patadobbanást hallunk. Minden lovardai munkát – akár fiatal lovon, vagy már érett lovon – mindig „ütemben” menő lóval munkaügetésben, vagy természetes ügetésben kezdünk meg.

#### A természetes ügetés:

**Meghatározása:** az a ló megy természetes ügetésben, amelynek az irama egyenletes, amely a könnyű támaszkodást magától veszi fel, és természetes tartásban megy, anélkül, hogy elsietne. A természetes ügetést mindig könnyű ügetésben lovagoljuk. A külső formát és a távolságok pontos betartását nem szabad megkövetelni, mert minden lónak különböző az egyéni tartása és irama. Csak a mozgás egyénileg elbírált egyenletességét követeljük meg.

**Célja:** a lóban levezetni az „istrálló tüzet” és a kezdeti merevséget, felbreszteni a ló „menőkedvét” és fokozatosan megerősíteni a ló hát és comb izmait. Ha a ló megtalálta az egyéni ütemét és az megszilárdult, akkor érhetjük el a helyes támaszkodást.

**Segítség:** vezető ló után való lovaglás, nyelvcsettintés és a ló lapockájára adott enyhe pálcasegítség. A meginduláskor enyhén leülünk, hogy mindkét ülőcsontunk előretolásával és a keresztcsont meghúzásával a lovat ügetésbe megindítjuk, csak utána ügethetünk könnyű ügetésben. A felsőtest enyhén előre felé hajlítva, a kezek mozdulatlanok legyenek.

#### Leggyakrabban előforduló hibák és azok megszüntetése:

- **Hevederiszonyos ló:** Szoktatás a nyereghez, futószárazás és szabadonugratás felnyergelve. Lóra szállás előtt fél óra futószárazás, majd előrelovaglás után nagy körön való lovaglás.
- **A ló elrohan:** Megismételt felvevősegítség adása nagy körön való lovaglás, míg a ló megnyugszik. Nem megfelelő hangsegítségéről és jutalmazásról.
- **A ló állva marad:** Óvatos előrelovaglással egy időben megvezetni, ha a ló elindul, megdicséreni.
- **A lovas rövid szárákkal lovagol:** Szárákat a kézből.
- **A lovas erős pálcasegítségeket ad:** Oktatás a pálcasegítség mértékéről és a comb, testsúly segítség jelentőségéről.
- **A ló elsiet, „cepedlizik”, merev és hátát megfeszíti:** Nagy körön a lovat félévisszatartásokkal megnyugtani, lehetőleg hosszú száron könnyű ügetésben lovagoljunk, míg a lábsorrend nem lesz egyenletes és nyugodt. Ilyenkor a ló a combsegítséget felveszi, a rohanást megszüntetve a természetes tartásba kerül.
- **A ló visszatart, az első lábaival lendület hiányában rövidet lép:** Az iramot fokozni – lehetőleg élénk iramú vágásban előrelovagolni.
- **A ló hátsó lábaival rövidet lép, azokat vonszolja:** Az erőtlenség jele, megerősíteni a hát és combizmokat, enyhe másztatókon nyugodt fokozatos munkával.



**Összefoglalva:** Az ütemes mozgás feltétele, hogy a ló vegye fel az előrehajtó segítséget, más szóval a lovat lehessen előrehajtani.

**Eszközei:** • mozgás tisztasága, mindhárom jármódban (alapjármód) • kavaletti munka • az előrehajtó segítéget elfogadása • félvisszatartás elfogadása – a szabályozhatóság feltétele

## 2. ELENGEDETTISÉG

Az elengedettség elérése a második cél, a fiatal ló belovaglásának egyik fontos feltétele. **Meghatározása:** Akkor elengedett a lovonk, ha az izmait elengedi, merevséget vagy görcsös tartást sehol nem találunk.

- Ha ügetése ütemes, tértnyerő, nyugodt, lábsorrendje nem elsietett és a ló az előrehajtó segítségekre készségesen előremegy.
- Ha a nyakát és a fejét előre és felfelé nyújtva keresi az összekötteret a lovas kezével (az alsó nyakéle is hajlított, nem kifelé fordított, mint a szarvasnyak alakulásánál azt láthatjuk), a fark tartása szabad, nem a combjai közé behúzott, és azt a járás ritmusában lengeti.
- Ha a lónak alsó hasvonala szabadon tartott és ritmikusan követi a ló mozgását úgy, hogy oldalra, előre felé mozgási lehetősége van.
- Ha a ló háta elengedett és rugalmasan együtt leng a mozgás ritmusával (ezt megláthatjuk, ha a nyereg hátsó kápája könnyed lengőmozgást mutat).
- Ha a lovas puhán és kényelmesen tud ülni, és a ló a combsegítségre készségesen mozog előre. A patadobbanásoknak gyenge, alig hallható zöreje van. (A merev lónak dobpergészerű a patadobbanása.)

**Az elengedettség elérhető:** • Könnyű ügetéssel • Combra való engedés gyakorlásával • Vágtaból ügetésbe való átmenetekkel (és fordítva) • Kavaletti munkával • Futószárazással • Szabadonugratással • Másztatásokkal

*Elengedettség nélkül nem lehet elérni a ló helyes támaszkodását. Az elengedettség elérését a ló megmutatja, ha a „szárákat a kézből” vezényszórn a ló a nyakának és fejének lefelé és előre felé való nyújtásával keresi a támaszkodást, és nem siet el.*

#### A leggyakrabban jelentkező hibák és javításuk:

- **A hátát a ló megfeszíti, amit a lovas „rázósnak” érez:** Könnyű ügetésben előrelovagolni; futószárazás; kavaletti munka; fekvő rudakon átmenni lépésben és ügetésben; szabadonugratás
- **Ló fejét felemeli, szarvasnyak tartást vesz fel, a nyakizmait előre felé domborítja:** Futószárazás; segédzár alkalmazása, góg vagy veirother szár (Schlafzügel) egyedenkénti használata, az elsiető ló nyugodt felvétele, aztán fokozott iramban addig előrelovagolni, amíg a ló a nyakát kinyújtja.
- **A lovas az elengedettség elérését kényszerrel akarja elérni:** Türelemre intés után az összefüggések és fogalmak magyarázata.

**Monspart Gábor ny. huszárezredes, lovaglótanár**  
(*lejegyezte: Gömbös Endre, lovasedző*) 1974

A sorozattal régi hagyomány emlékeit kívánjuk apálni az általános lovaskultúra részét képező archív irások fellelkesítésével, illetve a klasszikus lovaglás művészetéről alkotott egykori emlékeket, feladásba került, de örökérvényű gondolatokat szeretnénk megismertetni a mai lovasokkal. Folytatjuk az előző számban elkezdett tanulmányt, melyben Monspari Gábor lovaglótanári alapkiképzéssel kapcsolatos gondolatait mutatjuk be Bázár György

## AZ ALAPKIKÉPZÉS MENETE 2. RÉSZ

### III. TÁMASZKODÁS

A támaszkodás meghatározása: állandó, rugalmas összeköttetés a lovas keze és a ló szája között. Ezt eleinte a ló csak felkínálja és csak később szilárdul meg, vagyis állandósul.

A természetes támaszkodás esetében gyakran a ló szája mélyebben tartott, mint a ló csípőcsontján áthaladó képzelte vízszintes, a jó alkatú lónál sokszor egy magasságban van, s csak ritkán látható afölött.

A támaszkodás akkor helyes, ha a ló önként mindkét száron egyformán támaszkodik és mindkét oldalon egyformán engedelmes a combsegítségére, és úgy a ló, mint a lovas tökéletesen elengedett. Ez kezdődik akkor, amikor a lovas mindkét ülőcsontján puhán és kényelmesen tud ülni. Folytatódik, amikor a ló a combnak enged, amikor a lovas mindkét vádlójával érzi a ló testmelegét és az előrehajtó combsegítségére a ló készségesen előremegy. És befejeződik, amikor a megállított kézre (kítartó szársegítségére) a ló tarkóizmát elengedve – úgy a nyakizmok, mint a tarkóizmok lazítása után – mindkét oldalon egyformán és könnyedén támaszkodik. Ez azonban csak akkor várható, ha a nyakát a ló nem az erőszak hatására hajlítja – hanem a támaszkodást önként keresi. Ez akkor következik be, ha a ló nyaka „hosszú” (a lovas bármikor képes a ló nyakának kinyújtására) és a ló nyakának kinyújtásával (lefele) keresi a zablát!

A támaszkodás természetes tartásban, teljes elengedtségben történő mozgásban (lengő hátizmok mutatják azt, hogy a hátizmok is részt vesznek a mozgásfolyamatban) jön csak létre főleg a lovas helyes zárt ülésének és a zártan és puhán a ló törzséhez tapadó csizmák hatásának eredményére. A kezek csak támogatják az ülés és combok munkáját, az esetleges ellenállást puhán megakadályozzák, de sohasem kényszerítik a tartás létrehozását.

A támaszkodás elérése a lovassportban a siker záloga. Hosszú és türelmes munka eredményére jön csak létre, ezért úgy a lovas, mint az edző részéről türelmet igényel (és persze kitartást). A ló BIZALMÁNAK elérése nélkül ez nem megy. A feladator soha nem erőszak alkalmazásával kell megoldani, hanem „meggyőzés” útján. A lónak soha nem szabad azt érezni, hogy olyasvalami fog történni, ami neki fájdalmat fog okozni. A helyesen végrehajtott munka eredményére a siker magától jön létre. Ha a lovas minden problémát előre felé akar megoldani, akkor ennek eredményére az izmok és ízületek hajlítása és az egyensúlyhelyzet javulása is bekövetkezik. A türelmetlenség a hibás felfogás és kevés szakismeret eredményezi a „hamiskráglit”, ami csak egy külső forma, ami minden előrehaladásnak fő akadályozója (rövid nyak, rossz tartás, lombra járás amelyből lehetetlen lendületes mozgást előhívni; eredménye az elsiető, rendezetlen vagy merev lépés).

Nem a ló nyakformájának a kialakítása a cél, hanem az egész testnek a kidolgozása. A „kráglit” nem lehet öncél! A nyak csak mutatója a belovaglás helyes irányának. A támaszkodás elérése függ a lovas alkatától, jártasságától és szakértelmétől és a ló temperamentumától stb. Tehát nem lehet időhöz kötött. Legnehezebb elérni lépésben (ezért fiatal

loval lépést odadobott szárákkal lovagoljunk), könnyebb ügetésben és vágásban. A ló helyes támaszkodását a lovas a kezében kell, hogy érezze. Tehát a lovasnak akár csukott szemmel is érezni kell a különbségeket. *Minden lónál, mindkét kézen, minden jármódban és minden irányban milyen súlyal támaszkodik a ló a kezére = hány grammtól hány kilóig?*

A támaszkodás a helyes munka eredményére jön létre. A „jó száj” a támaszkodással van összefüggésben és nem fordítva. A könnyűnek mondott „élő száj” veleszületett tulajdonság, ezért tenyésztési kérdést is jelent, tehát nem csak azt jelenti, hogy a lovat sikerült „szárra állítani”. A „száját akkor mondjuk jónak” – ha az állandóan csukott – ha az nem száraz, hanem enyhén habos, és ha rágja a zablát, fogát nem csikorogtatja. Ha a ló a támaszkodást feladja, vagy a „szár ellen feszít”, a segítségüket hibátlannal felvevő lónál a combokkal adott enyhe nyomás is elég ahhoz, hogy a száj illetve a támaszkodás újból jó legyen. Ezért igaz az a mondás, hogy a ló száját a combokkal lehet puhává tenni. Ha „rossz a lónak a szája” – azt felismerhetjük arról, hogy száraz és kekes színben játszik. Érzéssel adott puha előrehajtással javíthatjuk. Előforduló nyelvhibákat – felhúzott nyelv, lógó nyelv, zablát kiköpni szándékozó stb. – megakadályozhatjuk, ha a zablátnak csuklós karikájába lószőr fonatot készítünk. Ez tapasztalat szerint elvonja a ló figyelmét a zablárról, a nyelvvel a szőrrel játszik és a hibát megszünteti.

Támaszkodási hibák – különösen fiatal és tapasztalatlan lovasoknál – azért keletkeznek, mert a támaszkodást comb nélkül, csak a kítartó szársegítségrel kívánják elérni. Oktatást igényel tehát, hogy a combok ne legyenek préselőek, vagy a ló oldalához szorítottak. A helyesen fekvő combjával a lovas érzi a ló testének melegét. Ezt nehéz elsajátítani, ezért először el kell magyarázni, és beidegződésre időt kell adni.

A sarkantyú használata: a sarkantyú ne legyen hegyes, hanem tompított végű. Használatakor nem szabad megváltozni a comb fekvésének, tehát a segítséget lenyomott sarokkal kell adni.

Használat – különösen fiatal lovaknál – csakis a kimondottan lusta lovaknál ajánlott. Büntetésképpen adhatjuk a heveder mögé helyezett rövid, de erőteljes szúrásokat.

**Sarkantyú használatakor leggyakrabban előforduló hibák és azok megszüntetése:**

- **A lovas ugyanakkor a szárákat is használja (egybevágó segítség):** A szársegítségüket felfüggeszteni.
- **A lovas felsőtestével előredől:** A felsőtestet feligazítani.
- **A lovas a sarkantyút a heveder mögött alkalmazza:** Álló helyzetben megmagyarázni.
- **A lovas dülhből sarkantyú:** Figyelmeztetés.

Hanck véleménye szerint kezdő ne lovagoljon sarkantyúval. Először az ülést kell megszilárdítani, és kifejleszteni a független ülést. Nézete szerint a kezdő lovagoljon 3 évig sokszor kengyel nélkül, és 2 évig a kezdő ne gondoljon sarkantyúra.



Nagykantáron való lovaglaskor, valamint a magasabb szintű military díjlovagló feladatok lovaglása alkalmával a sarkantyú viselése kötelező. A támaszkodást elérhetjük és finomíthatjuk a következő munkával: iramváltoztatásokkal, munkaügetés-középügetés majd lépés és fordítva: munkavágta-középügetés-munkaügetés és fordítva.

#### IV. LENDÜLET

**Az alapképzés legnehezebb fejezete és a legnagyobb szakértelmet kívánó munkája a lendület kifejllesztése. A ló akkor megy lendületesen, ha:**

-a ló lábainak mozgása (felemelés – előrelendítés – kinyújtás – talajfogás) biztos, ütemes és rugalmas,

-az egész mozgásfolyamatot az erőteljesség, energikus folyamat jellemzi,

-a legfontosabb tényezője az elengedett hátizmok, amelyek lengő mozgással követik a puha és feszültségről mentes törzset és mozgást,

-a lónak mind a négy lába és az összes ízületei egyformán vesznek részt az előremozgásban, ez pedig lendületes és rugalmas, soha nem lehet merev vagy görcsösen erőltetett.

A lendületes mozgás nem veszülötlet tulajdonsága a lónak – amint általában hiszik a lovasok, mert láthatunk tetszetős nagy mozgást és mégis kevés vagy teljesen hiányos lendülettel menő lovat. A lendület megítélése nagyon fontos kérdése az edzőképzésnek. Csak a teljesen elengedett lónak a hátizmai vesznek részt – lengő mozgásokkal – a ló járásában, tehát az első feltétel az elengedtség elérése. A lengő hátmozgás úgy jön létre, hogy a hátsó lábak rugalmas mozgását a hátizmok azok váltakozó elengedésével és megfeszítésével átveszik és kiegyensúlyozzák, a tarkóizom segítségével azt a ló szájához közvetítik. Az egyoldalú hátizmok megfeszítése a hátsó lábak előrelendítésénél, az elengedése a hátsó lábnak hátramo mozgásakor következik be.

A lengő hátmozgás esetében a lovas kényelmesen ül, az ilyen ló nem ráz. A lovasnak mindkét ülőcsontjával érezni kell a ló hátizmainak megfeszítését és elengedését. Tapasztalat szerint a fiatal lovat, ha a hátizmok még nem erősödtek meg, és ilyenkor a gyenge hátat tanügetéssel túlterhelik, könnyen elronthatják a ló mozgását.

#### A lendület fejlesztésére adott segítségék:

A lendületet kizárólag az ELŐREHAJTÓ COMBSEGÍTSÉG hatásával lehet elérni. A hátizmok lengő mozgása a hátsó lábak erőteljes és rugalmas előrelendítésének eredményeként jön létre, de csak akkor, ha ez a mozgás a ló súlypontja irányába történik. (= a heveder fekvésétől képzelt függőleges irányba; a szakirodalomban használt kifejezés szerint a „ló a tarkó alá lép”.)

Az ülés csak átveszi a ló hátizmainak mozgását és a keresztcsont meghúzásával (testsúly segítség) és érzéssel adott előrehajtó combsegítség-gel csak továbbítja (a hátsóláb tevékenységére kialakult lendületet) a ló szájához. Az ülésnek a lendület kifejllesztésében más szerepe nincsen.

**A lendület mértékét meghatározza és szabályozza a kéznek a felvevő szársegítség (félvisszatartásokkal). Ezek lehetnek:**

• váltakozóan felvevő,

• kitarató vagy utánaengedő szársegítség.

Finoman adva, csak az ujjak enyhe nyitása vagy bezárása által. Ezek a segítségék adhatók:

• különböző erősségekben,

• különböző időben és irányban.

A félvisszatartásokat kísérő előrehajtó testsúlysegítség és ugyanakkor adott előrehajtó combsegítség hatására a hátsólábak ízületeikben erősebben meghajlítottak lesznek (a ló „ültetett”) és lendületesen előre lendül a súlypont irányába. A száraznak tehát csak a „forma” kialakításában van szerepe.

**Leggyakrabban előforduló hibák és azok javítása:**

• **A ló feszes háttal megy, járása dökögő vagy vontatott:** Futószárazás, könnyű ügetésben végzett elengedettség munka, rudakon átlépteteni, kavaletti, szárazakat egy kézbe.

• **Ló erősen ráz:** Mélyebb nyak és fejtartás (góg), a ló nyakát kinyújtani, könnyebb támaszkodás, könnyű ügetésben a hátsó lábakat élénkíteni.

• **A ló a hátát nem használja, el- és leengedi:** A lovas nem érzi a hátmozgást.

• **A támaszkodást megszilárdítani, hátsó lábakat élénkíteni:** A magasabb nyaktartást kerülni.

**A lendület fejlesztése türelmes és hosszan tartó munkával három fázisban történik:**

1 – Először a járás ütemét, szabályos lábsorrendjét kell elérni. Ennek eszközei: a természetes ügetés és gyakori beugratások.

2 – A hátsó lábak munkáját, szabályozását, élénkítését munkaügetéssel (vigyázni a lépés szabályosságára), a lendület fejlesztését középügetéssel és munka- és középvágtával.

3 – A szabályosan és tértnyerően lépő ló hátsó lábainak fokozott hajlítása és előre irányuló lendülete eredményezi az összeszedést.

A lendület tehát a ló hátsó lábainak lendületes és térőrelő mozgása következtében jön létre. Minél erősebb a hátsó lábainak a hajlítása, annál lendületesebb lesz a mozgás. Lendületesen csak a tökéletesen EGYENSÚLYBAN mozgó ló képes haladni és ezért játszik a lendület fejlesztése a fiatal ló belovaglásánál olyan fontos szerepet mert:

• A lendületfejlesztés erőfejlesztő hatására a ló mozgása könnyed és élénk lesz, egyensúlyhelyzete megszilárdul.

• Ez a ló hosszabb ideig tartó használatát eredményezi.

• Az ilyen lovat a lovas könnyen kormányozhatja és biztosan uralhatja. A lendületben menő ló engedelmes (mert jól támaszkodik).

Csak az előremenő lóban lehet lendületet kifejlesztetni. Az a ló megy előre, amelyik a lovas előrehajtó segítségének minden pillanatban, minden helyzetben, minden jármódban készségesen engedelmeskedik. Ezt a műveletet csak gyakorlott lovas képes megtanítani, aki képes az ütemesen adott combsegítséget testsúlysegítséggel kísérni és ezáltal a lovat szárra tudja állítani. Ezt legkönnyebben vágásban érhetjük el, majd ügetésben, legnehezebb lépésben. A helyes előrelovaglást a ló nem az ütemének fokozásával éri el (ez hamis előrelovaglás), hanem ütemben maradván lépésének nyújtásával – tértnyerőbb, hosszabb lépésével.

**Leggyakoribb hibák és azok javítása:**

• **A ló lelassul, nagy lebegő mozgást vesz fel:** Comb és testsúly segítségével a lovat élénkíteni. Előrelovaglás.

• **A lovas előrehajtása kevés, a ló szár mögé kerül:** Hátról előre-felé kell lovagolni. Erélyes comb, testsúlysegítséggel.

• **A lovas hátraigazít és előrehajt, a ló szár fölé kerül:** Az előrelovaglást beszüntetni, mindkét szárral engedni. Szárazakat egy kézbe.

**ÖSSZEFOGLALVA:** A lendület a hátsó lábainak erőteljes súlypont alá lépéséből keletkezik. A hátsó lábak hordozóerejének fejlődése miatt fokozatosan tehermentesíti a ló az elójét ezáltal, hogy a súlypontot lényegesen hátrébb helyezte. **A következő munkával érhetjük el:**

• iramváltoztatásokkal (ütem megmarad)

• felvevő, utánaengedő szársegítségekkel - középügetés és középvágtá

**Monspart Gábor**

*ny. huszárezredes, lovaglótanár*

*(lejegyezte: Gömbös Endre, lovasedző) 1974*

A sorozattal régi hagyományok emléket kívánunk állítani az általános lovaskultúra részét képező archív irások felelevenítésével, illetve a klasszikus lovaglás művészetéről alkotott egykori elmékedéseket, fejedésbe merült, de örökmenyű gondolatokat szereiknek megismertetni a mai lovasokkal. Lezárjuk az előző számban elkezdett tanulmányt, melyben Monspart Gábor lovagiatornó alapképzéssel kapcsolatos gondolatait mutattuk be. Bázár György

## AZ ALAPKIKÉPZÉS MENETE 3. RÉSZ



### V. EGYENESRE IGAZÍTÁS

Ha a fiatal ló megtanult rendezett ütemben menni, elengedett, mindkét oldalon egyformán támaszkodik mindkét szárra, engedelmes úgy az előrehajtó mint az oldalt léptető combsegítségére, a hátsó lábak izmai annyira megerősödtek, hogy képesek a lónak az elejét tehermentesíteni és ezáltal lendületesen előremenni, akkor következik a ló EGYENESRE IGAZÍTÁSA. Az a ló egyenesre igazított, amelyik a hátsó lábával pontosan az első lábak patanyomába lép. A legtöbb ló nem így megy, mert a természetes ferdeség miatt, - legtöbbször a jobb hátsó lábával a nyomvonalától kifelé lép. Ennek az a következménye, hogy a ló a jobb comb ellen megy, és nem akarja felvenni a bal száron a támaszkodást, és a bal



vállát terheli. A bal hátsó láb ennek következtében erősebben fejlett, ezért vágják a nyers ló szívesebben bal kézre, mert a bal lábát könnyebben tudja a súlyt hordani. Minden lónál egy úgynevezett „puha” és egy „kemény” oldalt találunk. Addig, amíg a lovat nem állítottuk egyenesre, nem számíthatunk feltétlen engedelmessegre, mert a ló a vállára dőlve felvesz egy hamis féloldalazás szerű tartást; ilyenkor a ló csak egyik száron támaszkodik, és a merev oldal irányába könnyen kivonja magát a lovas befolyása alól. Ezért törnek ki a lovak legtöbbször baloldalra.

### Hogyan lehet a lovat egyenesre igazítani?

A fiatal lónál először az elejét a kimaradó hátsó láb elé vezetjük – ezt elérhetjük jobbra vagy ritkán baloldalra végzett combra való engedéssel (vállat be vagy vállat ki lovaslásával). A már belovagolt lónál, amelyik enged az oldalt léptető combsegítségnek, a ló hátulját vezetjük az első láb patanyoma irányába.

### Egyenesre igazító munka nagy körön:

A fiatal lóval egyenes vonalon való munkával nagyon nehéz eredményt elérni. Addig, amíg a segítségekre való engedelmesseget nem értük el, amíg a combsegítséggel nem uraljuk a hátsó lábak hajlítását és oldalt léptetését, addig előnyösebb nagy körön dolgozni.

**A lovas segítségei:** a jobb hátsó láb kimaradása esetén a lovas a jobb szár segítségével addig vezeti a ló elejét jobboldali irányba, amíg a kimaradó jobb hátsó láb nem lép a jobb első patanyomába. A jobb comb a heveder mögött oldalt léptető segítséget ad, ezáltal a jobbra kifelé lépő hátsó lábát balra lépteti. A bal comb a hevederen előrehajtó segítséget ad és ezzel fenntartja a mozgás ütemét és iramát. A bal kézen erősebb támaszkodással megakadályozzuk a bal lapockára való dőlést. Megvan azonban annak a lehetősége, hogy a segítségek ellenére a ló továbbra is a bal lapockáját terheli. Körön való lovaslással, nyolcasok és kör kibérbítéssel és nagyobbítással érhetjük el legkönnyebben a célunkat.



Körön diagonális segítségekkel próbáljuk eredményt elérni. Bal kézen nagy kört lovasolunk munkaügetésben. A lovas a bal combjával (belső) nyugodt segítségadással lépteti a lovat az enyhén megállított jobb (külső) szárra, addig, amíg a ló nem enged, és nem lazítja a belső lapocka (bal) terhelését. A jobb szárral megkötveit állandó támaszkodás a jobb lapocka erősebb megterhelését jelenti. A ló ezáltal egyenesre lesz állítva.

**Egyenesre igazítás bal kézen, egyenes vonalon:** Combra való engedés jobbra (vállat ki). A belső kézzel nem kell törekedni a belső (bal) állításra, hanem lehetőleg engedjen. A külső (jobb) szárat nyugodtan állítsuk meg. Ezáltal javítjuk a jobb száron





a támaszkodást, a ló hátulja az első láb nyomába kerül, és elérhetjük az egyenesre állítást. A kör kisebbitéssel és nagyobbítással a diagonális segítségekre való engedést érzük el. Nem szabad azonban elfelejteni, hogy ez a gyakorlat a belső (haladás irányában lévő) lábakat erősebben veszi igénybe és ennek következtében a járás lomhává, matrá válhat. Ezért minden ilyen gyakorlatot kövessen egyenes vonalon történő előrelövágás.

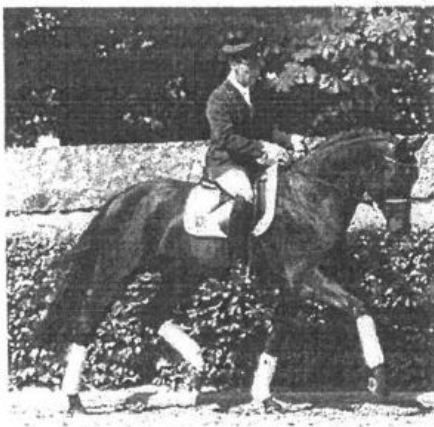
#### LEGGYAKORIBB HIBÁK ÉS AZOK JAVÍTÁSA:

- **A lovas erősen hátraigazít, legtöbbször a jobb száron:** Többet engedni a bal száron és a jobb combbal előrehajtani.
- **A lovas „szűk” keretben a ló fejét behúzza, a hátsólábak rövidebbet lépnek:** Egyformán mindkét száron engedni, a ló a nyakát nyújtsa ki. Előrelövágással a rövidet lépő hátsólábakat élénkíteni.

**Összefoglalva:** A lendületesen lépő hátsólábakat pontosan az első patanyomába lépnek és egyformán vesznek részt a súlyviselésében.

**A következő gyakorlatokkal lehet elérni:**

- körön való lovaglással
- fordulatok, sarkok helyes kilovaglásával



- iram változtatásokkal
- oldaljárásokkal
- futószárazással

#### VI. ÖSSZESZEDETTSÉG

Az összeszedettség elérésével fejeződik be a fiatal ló alapkiképzése. Összeszedni csak azt a lovat lehet, amelyiket a felsorolt öt gyakorlatra már kiképeztük. Az összeszedés fogalmát tehát mindkét hátsó lábnak fokozott hajlítottságában (a súlypont alá való fokozott lépésében), és ezáltal a ló elejének tehermentesítésében értjük. Ennek legfőbb előfeltétele a ló fokozott átengedettségé.

A helyesen összeszedett lovat rövidebbnek látjuk, tartása – a kiképzés fokának megfelelően – feligazítottabb. A nyak az elengedettségnek megfelelően könnyedén – előre és felfelé irányulva – hajlított, a mar széles és izmolt (a megvastagodott tarkószalag miatt) és a nyak ívének legmagasabb pontja a tarkó. A nyak alsó vonalának nem szabad összehúzótnak lenni, hanem párhuzamosan a sörénnyel – előrehajló ívet mutasson.

A ló hátulja – a kiképzés fokának megfelelően az ízületek hajlítottsága miatt – súlylyedt. A lovas úgy érzi, mintha lóva hegyre fel menne. A hátsólábak lendületesen lépnek a súlypont irányába. Összeszedéssel lehet a ló tartását javítani, a tarkóban való engedést fokozni és ezáltal a ló feligazítását javítani. Az összeszedés következtében feligazított nyaktartást a nyaknak fokozott nyújtása kövesse. A váltakozó összeszedés és az azt követő nyak kinyújtásának fontos tornáztató és hátizom fejlesztő hatása van.

#### Az összeszedés segítségei:

- Először mindkét oldalon adott combsegítséggel, amelyet kiegészít a testsúly segítségadás mindkét ülőcsontnak előre felé való nyomása, mely a keresztcsont és csípő meghúzásának a következménye – előrelövágás következményére a hátsólábak élénken a súlypont alá lépnek.
- A hátizmok fokozottabb meghúzásával árveszik a hátsólábak mozgás ritmusát és azt továbbítják a tarkón át a ló szájáig.
- A ló hátulja – a jobban meghajlított hátsóláb ízületei miatt – kissé lesüllyed.
- Végül a szátságsegítséggel megadjuk az összeszedettség mértékét.

A ló összeszedését ne próbálja meg kezdő lovas, mert az – mindhárom segítségnek – testsúly, comb és szársegítségének finoman összehangolt adása eredményére jöhet csak létre. Az összeszedettség elérését – az előrelövágás eredményére – csak lassú és fokozatosan fejlődő munkával érhetjük el.



#### A LEGGYAKRABBAN ELKÖVETETT HIBÁK ÉS AZOK JAVÍTÁSA:

- **A lovas az összeszedést el akarja érni, mielőtt a lovat elengedte volna:** Elengedett munka után előrelövágás. A ló nyakának kinyújtása.
- **Az összeszedést túl korán, mielőtt a ló arra megérett volna, már követeli a lovas.** Nagyobb hiba, ha ezt kényszerrel akarja elérni: Az összefüggéseket elméletileg ismertetni. Minél lassabb és türelmesebb a munka, annál jobb lesz az eredmény.

**Összefoglalva:** A ló akkor összeszedett, ha a hátsó lábak helyes lábsorrenddel előre felé lépnek és a súly fokozottabb átvételével a ló elejét tehermentesítik. A tartás és támaszkodás egyforma és állandó.

**A következő munkával érhető el:**

- iramváltoztatásokkal
- átmenetekkel - lépés, ügetés, vágta és fordítva
- félvisszatartásokkal, megállításokkal, röviden hátra arc és hátralépésekkel
- oldaljárásokkal
- és kézen végzett munka segítségével

**Monspart Gábor**

*ny. huszárezredes, lovaglótanár*

*(lejegyezte: Gömbös Endre, lovasedző, 1974)*

