

A vágтамunka

A vágта a ló leggyorsabb jármódja, de talán éppen ez a mozgásfajta az, ahol a lovasok részéről a legtöbb helytelen felfogás, rosszul értelmezett nézet tapasztalható. Egy-egy vágтаugrás az alábbi ismertett három patadobbanásból és az azt követő lebegő fázisból áll. Például bal galoppnál: 1. jobb hátsó láb, 2. egyszerre a diagonális lábak (bal hátsó és jobb első), 3. bal első láb, - ezután a lebegő fázis. Jobb galoppnál mindez értelemszerűen fordítva van (1. bal hátsó, 2. jobb hátsó – bal első, 3. jobb első, - lebegés. Akkor mondjuk, hogy a ló vágтаban „keresztelik”, ha pl. első lábaival a balkézre, a hátsókkal pedig a jobbkézre vágтаzik Ez a fajta mozgás tisztátalan, rossz, megengedhetetlen.

Már a sportló kiválasztásánál a megszokottnál sokkal nagyobb jelentőséget kellene tulajdonítani a ló galoppozó készségének.

A vágтамunka megkezdésére nehéz általános érvényű szabályt mondani. Általában az első lószállítástól számított negyedik hónapban már felvehetjük a programba a „természetes vágтаt” egyenes vonalon, jó talajon. A ló találja meg vágтаban is természetes egyensúlyát lovassal a hátán. A lovas könnyített üléssel, laza szárral törekedjék simulékonyan a csikó mozgását követni, úgy, hogy a ló és a lovas súlypontja azonos függőlegesbe essen. A vágтаba való átmenet történjen a lehető legnyugodtabban, szinte észrevétlenül (vezető ló).

Ha a csikó a kiképzés korábbi szakaszában felkínálná a galoppot, ne akasszuk meg rögtön, de ne is ösztönözzük folyamatos vágтаra. Vannak olyan fiatal lovak is, amelyek temperamentumhiba következtében, vagy valami szokatlan szagtól, tárgytól megijedve – az ősi menekülési ösztönt követve – elrohannak. Mások istállógőzttől, hiányos feloldó munkától, vagy engedetlenségi kísérletből elszaladnak, sőt száguldanak. Ilyenkor leghelyesebb, ha a lovas megtartja könnyített ülését, odazárt combokkal, mélyen tartott kézzel, ökleit a vágта ritmusában nyitva és zárva (mintha szivacsot nyomna ki!), egyidejűleg megnyugtató szavak, simogatás mellett nem törekszik a mozgás drasztikus megakasztására. A lovas meglepődve fogja tapasztalni, hogy a fiatal ló hamarosan abbahagyja a rohanást. Helytelen lenne ilyenkor a lovon klasszikus értelemben vett „felvételt” alkalmazni. Ugyanis a csikó még képtelen súlypontját a lovas súlypontjához igazítani, mert a hátsó lábak tornásztatottsága és súlyviselési készsége ehhez még elégtelen, így a két súlypont nem eshet azonos függőlegesbe, és a ló a kellemetlen érzés miatt még jobban fog rohanni.

A gyakorlatban megfigyelt ilyesfajta „klasszikus felvételeknél” a lovas felsőtestével hátradől, combjait a ló oldalától elterpeszti, magasra tartott kézzel rángatja, cibálja a ló pofáját. Az ilyen kéz fájdalmas, goromba hatása megingatja a fiatal ló bizalmát, elriasztja a zablától, megnehezíti a későbbiekben, hogy a támaszkodást a lovas kezén keresse.

Ami magát a vágтаba történő átmenetet, a „beugratást” illeti, nem lesz érdektelen, ha szó szerint idézem Müseler Vilmos: „A lovaglás iskolakönyve” című művének idevágó textusát, mert ebben a kérdésben is elképesztően sok téves nézet tapasztalható. Tehát: „A vágтаba való beugráshoz először felhívjuk a ló figyelmét a félfelvétellel, azután arra az oldalra hajlítjuk, amelyik kézen vágтаzni akarunk; tehát a belső csípőt előretoljuk, a belső alsócombót a hevederen, a külsőt kb. egy tenyérrel a heveder mögött tartjuk. Ha az így hajlított lóval

vágtázní akarunk, akkor a ló lábsorrendjét kell megváltoztatnunk. Ezt elsősorban a belső ülőcsont előretolásával és derékizomzatunk egyoldalú meghúzásával érnék el. Ezzel egyidejűleg a lovat mindkét alsócombbal, de főként a belsővel előrehamnjtjuk, a külső szárral kissé a külső csípők felé kítartunk. Itt is a lovas derékizomzatának egyoldalú meghúzása játssza a főszerepet, annyira, hogy ezzel – az idomítás magasabb fokán álló lovat – be is lehet ugratni.”

A fentebb leírt beugrató segítségek sok évszázados tapasztalat eredményei, amelyek tökéletesen alkalmazkodnak a ló mozgásmechanizmusához, mert ezek nélkül a lovas és a ló között a kívánatos összhang és harmónia nem lehetséges. Iskolaülésben a beugratáskor elfoglalt helyzetben kell a lovon ülni, vigyázva arra, hogy a belső csípő előretolásával a külső váll ne maradjon hátra. A vállak párhuzamosak a ló vállával! Az ilyen felszólítások, mint „töröld az ülepeddel a nyeret!” stb. helytelenek, a lovasban olyan hibák gyökeresednek meg, amelyeket később csak nagy önfegyelemmel lehet kigyomlálni.

Természetesen a fiatal lovakat ezekre a befolyásokra meg kell tanítani, ami hosszú hónapok türelmes és következetes munkájának az eredménye. Már a „természetes vágta” gyakorlásánál igen nagy súlyt kell helyezni arra, hogy felváltva mindkét kézen vágtaoznunk. Ugyanis a legtöbb fiatal ló az egyik kézre (rendszerint a balkézre) szívesen, készségesen, a másik kézre pedig csak vonakodva ugrik be vágtaóba, illetve a vágta folyamán átugrik a másik kézre, esetleg keresztbe galoppozik. Türellemmel, megértéssel ezeken a kezdeti nehézségeken hamarosan túl lehet jutni. Ilyen „nyers” csikón is oldjuk meg okosan a nyugodt átmenetet vágtaóba. Igazodjunk a csikó karakteréhez. Egy nyugodt vezető ló kitűnő tanítómester; ha kell, elől megy, ha kell, hátramarad, ahogy a szükség kívánja. Beugratásnál ilyenkor még a vezető lóé a főszerep. Óvakodjunk attól, hogy a csikót rendezetlen, elsietett ügetésbe belezavarva próbáljuk beugratni, mert ennek csak teljesen széteső, - legtöbbször ferde és elsiető – vágta lesz az eredménye. A természetes vágta célja az, hogy a ló galoppozzon nyugodtan, laza száron, alkatának megfelelő lendületes vágtaugrásokkal.

Az első kiképzési év folyamán meg kell tanítani lovunkat a kényszertől, réseléstől mentes „munkavágtára” is. Ez a mozgásfajta kissé összeszedettebb, mint a természetes vágta. Itt említeném meg, hogy a már leírt iskolaülés mellett használjuk még vágtaóban a „könnyített ülést” is. Ennél az ülésfajtánál a lovas ülepét a nyeregből felemeli, felsőtestével előre megy, testsúlya a felső combokon nyugszik, az alsó lábszárak szorosan átölelik a ló oldalát. Lényegében azonos az ugratásnál elfoglalt „ugróüléssel”. Könnyített ülésben a lovas állandóan hozzáigazítja súlypontját lova súlypontjához, tehát pl. vágtaóban 500 m/perc iramban a felsőteste sokkal előbbre hajlik, mintha lova csak 300 m/perc iramban galoppozna, mert az előbbi esetben lova súlypontja is jóval előbbre esik.

Én a futószáras lovon lépésben, majd ügetésben tanítom a könnyített ülést, de közben nincs szár a kézben. A leggyakrabban (ugrásnál is gyakorta) tapasztalt goromba hiba, hogy a lovas ülepét a nyeregből felemelve hátrtolja, tehát súlypontját nem viszi előre. Evvel a hibával párosul, de önállóan is megfigyelhető, hogy a lovas minden vágtaugrásnál beleesik ülepével a ló hátába. Fiatal lovakat, magasvérű, szenzibilis lényeket ez a módszer egészen az Örgöngésig fel tud ingerelni. Természetesen megfelelően rövid (ugró) kengyelt kell csatolni, mert

túlságosan hosszú kengyelben senki sem tud helyesen könnyített ülésben lovagolni. Nagy fontosságú ez az ülés a military versenysportban, mert itt döntő jelentőségű, hogy a ló hosszú kilométereken át szabad háttal, gömbölyűen, erőtakarékosan galoppozzon.

A munkavágtát az egész lovardában tanítsuk. Kezdetben a sarkokat alaposan kerítsük le, de sohasem lovunk kénye-kedve szerint. Vigyázzunk a sarkokon arra, hogy lovunk a fordulóba vállával bele ne essen. Ügylejünk arra, hogy mindig vonalon vágtazzunk; a hátsó lábak kövessék az első pata nyomát, ne térjenek el oldalt. Itt jó segítőeszköz a lovardakorlát, akár a kisiskolásoknak a vonalas írka. A belső csizmával tartjuk meg a lovat vonalon. Ha lovunk vágta közben szétesne, rendezetlenné válna, vagy felgyorsulna, leghelyesebb, ha felvesszük ügetésbe, és ügetésben aztán az elengedettséget, engedelmességet ismét helyreállítjuk.

A kiképzés előrehaladtával felvehetjük a gyakorlatok közé a „közép-vágtát”. A mozgás ne váljon gyorsabbá, elsietettebbé, a vágtaugrások legyenek hosszabbak, mint a munkavágtánál. A lovarda rövid falának elhagyása után a hosszú falun gyakoroljunk. Igen célszerű kontroll, ha egy segítő megszámolja a vágtaugrásokat az egyik hosszú falu munkavágtában, majd ugyanitt megszámolja a közép-vágtában. Az utóbbi gyakorlatnál kevesebb vágtaugrással kell a hosszúfalun végigérni, ha sikerül a vágtaugrásokat megnyújtani. Hasonló módon gyakoroljuk a „nyújtott vágta”. Adjunk a lónak megfelelő keretet, társaságot, anélkül, hogy szétesni hagynánk.

Végül az „összeszedett vágta” a második kiképzési év második felében gyakoroljuk, ha a ló ez előzőekben jó előhaladást mutatott, és a hátsórész hordképessége és hajlékonysága már olyan fejlett, hogy nagyobb terhelés a fokozott összeszedettségben lehetségessé válik. Az összeszedett vágta eleinte 20-30 m átmérőjű körön gyakoroljuk a következőképpen: Munkaügetésből menjünk át lépésbe. (A helyesen keresztülvitt felvétel a lónak már bizonyos fokú összeszedettséget biztosít.) Néhány lépés után (száron, tiszta lábsorrenddel) beugratunk vágta. Beugratásnál a hátsó rész ne legyen befelé állítva, mert az goromba hiba. A vágtaugrások rövidítésének módja: A lebegési fázisban a ló fejét és nyakát kissé felemeli. Ebben a pillanatban tart ki a kéz, egyidejűleg a lovas felsőteste (előretolt ülőcsont, meghúzott derék), és a combok a hátsó lábak fokozott hajlítottságát biztosítják. Nagyon kell ügyelni arra, hogy a fentieket ne akkor alkalmazzuk, amikor a belső első láb még a földön van. Ebben az esetben ugyanis a vágtaugrásokat megakasztjuk, ami súlyos hiba. Ez a rövidítés csak addig fokozható, amíg a mozgás lendületességben, egyenesre igazítottságban és lábsorrendben (négy ütem) nem károsodik.

A munka folyamán a következő hibák jelentkezhetnek:

- a) Lökésszerű galopp: a ló a vágtaugrások ütemében a hátsó résszel felfelé dolgozik, a lovast arra készíti, hogy felsőtestével önkéntelenül előrehajoljon.
Oka: a hátsó rész nem elengedett, a hátsó lábak ízületei a több teherviseléstől merevséggel igyekeznek szabadulni.
Orvoslása: beugratás után csak néhány vágtaugrást lovagoljunk, majd vegyük fel a lovat ügetésbe, utána lépésbe. Ekkor a lónak nincs alkalma, hogy a hátsó rész ízületeit megmerevítsen, azonkívül kiváló tornásztató gyakorlat.

- b) Négyütemű vágta: a túlságos rövidítés a lábsorrend tisztaságát veszélyezteti, ami négyütemű vágásban nyilvánul meg. A ló nem ugrik kifejezetten a hátsó lábakkal, ehelyett vontatott lépő mozdulatokat tesz.

Okai: hibás mozgáskoordináció a hát és a hátsórész izomzata között.

Javítása: azonnali lendületes előrelovaglással ezt a súlyos járáshibát korigálni kell.

- c) Ferde vágta („foxi galopp”): gyakori hiba a vágta minden fajtájánál. A ló a hátsó résszel tér el befelé az első lábak patanyomától.

Okai: természetes ferdeség, a hátsórész feloldatlan merevsége, engedetlenségi kísérlet, stb.

Korrektciója: a belső csizma aktívan őrködjék a hátsórész fölött, egyidejűleg a ló elejét állítsuk a hátsórész elé (lovás érzés!), a támaszkodás legyen meg mindkét oldalon.

Végül – mint a „kincstári lovardák” volt oktatója, - tanúsíthatom, hogy az ott használatos „rövid vágta” nem volt „összeszedett vágta”, sokkal inkább a mai „munkavágta” fogalmával azonosítható.

Befejezésül annyit szeretnék még megjegyezni, hogy a vágta a lónak természetes mozgása. Tévhit az is, hogy a vágta a lovat tönkreteszi. Ésszerűen, fokozatosan kell ezt a munkát felépíteni, minden fajta sportlónak csak javára válik a napi 3-4 km-es folyamatos galopp.