



I piaffen kan du lege lidt med holdningen og gøre hesten mere eller mindre rund.

## Alle heste kan lære at

# piaffere

Piaff er den mest samlede og sværeste øvelse i dressuren, som alle heste kan lære og have gavn af – selvom den ikke går Grand Prix. Rune Willum og Joachim Thomsen giver her nogle tip til piaff-træningen.

■ Tekst og fotos Thomas Bisgaard.

Jeg synes piaff er den flotteste øvelse. Når hesten sætter sig, løfter sig foran og sænker bagparten og halen står sådan fuldstændig roligt. Ved de heste, der er virkelig gode til at piaffere, der kan man se, at halen bare står, så det ustråler fuldstændig harmoni. Det ser rigtig flot ud,” siger Rune Willum og tilføjer:

“I gamle dage talte man jo om de 3-4 internationale heste, der virkelig kunne piaffere. I dag taler man mere om de 3-4 heste, der ikke piaffere så godt. Det siger lidt om, hvordan udviklingen er gået.”

Dressurhestene har fået mere blod, og mekanikken er væsentligt bedre, men det ændrer ikke på, at piaff er en udfordring. En udfordring man skal sørge for at få hjælp til i træningen.

“Piaff er den mest samlende og en af de sværeste øvelse vi har. Og så er der alligevel så mange måder at gøre det på, og så mange måder at piaffere på – det kommer jo an på hesten.”

### INGEN FAST TRÆNINGSPPLAN

Hos Joachim Thomsen og Rune Willum er der ikke et fast system for, hvordan hestene lærer at piaffere. Der er selvfølgelig en ramme for, hvordan de oftest lærer hestene at piaffere og udvikler det derfra. Som oftest kommer piaff dog før passage.

“Det kommer meget an på hesten. Det er ofte lettere at lære dem at piaffere først, for de kan godt blive forvirrede, hvis de først lærer passagens store rummelige skridt, for så at pille det rummelige ud og lave små skridt til piaffen. Vi synes, det er en fordel at begynde med piaff, men der er ikke nogen regler for, hvordan vi gør det, for det er simpelthen så forskelligt, hvordan hestene bedst forstår det,” forklarer Rune og fortsætter:

“Nogen står vi ved siden af, nogle sidder vi på og for andre heste virker det bedst i liner. Det er rigtig svært at sige; ‘sådan gør vi’. For det kommer simpelthen så meget an på hesten, og hvordan man lige får pejlet sig ind.”

“Det vi oftest gør, er at lege med det fra jorden. Hvis vi lige har redet, så hopper vi af og prøver at lege lidt med det. Mange gange er det nemmere at forstå for hesten, når du står ved siden af, end hvis du sidder der oppe,” supplerer Joachim Thomsen.

### PIAFF LEGEN BEGYNDER

Rune plejer at sige, at hesten skal forstå en halv parade, før man kan begynde piaff legen. “Du skal kunne anholde og kunne drive, derfor kan en fire-fem års hest godt have svært ved det, den skal jo forstå anholdningen samtidig med, der kommer drift. Det er jo det hjælpen er: En halv parade der bliver forstærket mere og mere. Sådan tænker vi i hvertfald,” fortæller Rune og følges op af Joachim:

“Vi vil begynde i 5-6-års alderen, når de forstår den halve parade – og vi vil helt sikkert begynde, mens vi sidder i sadlen, for at se hvordan den reagerer. Begynder den at stå og trampe af sig selv, når vi lægger pisken på? Kommer den ønskede reaktion ikke, så leger vi videre fra jorden med at få den til at løfte benene et ad gangen.”



13-årige Wembley viser særdeles gode takter i piaff-træningen.



Joachim Thomsen og Rune Willum giver flere træningstips. I dette nummer kan du lære hesten piaff, mens passage følger i næste nummer. De to kompetente herrer er flankeret på sommerbilledet af 14-årige Dørr's Nevil. Til træningsbillederne måtte vi desværre rykke indenfor en efterårsdag.

Fra jorden gælder det altså om, at få hesten til at løfte det ene bagben, og holde det lidt – derefter det andet bagben – og holde det lidt. Derefter handler det om at få den til at skifte ben hurtigere og hurtigere. Og så kommer forbenene nærmest med af sig selv.

#### DE KREATIVE IDÉER

Piaff træning er i sig selv en kreativ proces og ikke en på forhånd fastlagt vej. Det gælder om at være opmærksom på, om hesten reagerer, som den skal og forstår, hvad det er, man vil have den til at gøre. På den måde kan man hele tiden tilpasse sin træning og tilgangen til træningen, for hvad der virker på en hest, er ikke nødvendigvis det, der virker på en anden.

En hest lærer det bedst fra sadlen. En anden hest skal have det fra jorden, og så er der forskel på, om piaffen kommer før passage eller omvendt, og om piaffen indlæres fra skridt og ind i piaff, eller fra trav og ind i piaff.

Kreativiteten er også med til at holde hesten motiveret og glad for at yde, det der forlanges af den, for hvis hesten først lærer at sige nej til piaff, så er det virkelig svært at få den tilbage på sporet.

“De skal finde glæden ved det svære, synes vi, så får du det også med ind på banen. Hvis du tvinger det for hårdt igennem under træningen, så kommer det jo ikke inde på banen. Det skulle gerne komme frem på en god måde og en let måde. Selvfølgelig skal man trykke til hesten, så den arbejder, men den skal gøre det på en let måde,” fortæller Rune.

## Toucheringen

Pisken er et nødvendigt værktøj, når hesten skal lære at piaffere – og en hjælper på jorden er også en rigtig god idé – og det bør selvfølgelig være en professionel, for det kræver hjælp at lære en hest at piaffere.

Men for at komme tilbage til pisken, så bruges den først fra jorden til at lære hesten at løfte et ben ad gangen.

Når hesten bevæger sig, så gælder det, at jo længere nede ad bagbenene, du bruger pisken, desto mere vil hesten sætte sig. Bruger du pisken over halen, kan du øge og sænke rytmen, og samtidig får du løft bagtil.

Ved forbenene kan du hjælpe hesten, hvis den bliver for understillet med forbenene. Så kan du markere over forknæet. Er du på udkig efter lidt mere løft fortil, så kan det virke, hvis du markerer med pisken omkring gjordlejet.



Hvor på hesten du bruger pisken afhænger af, hvilket resultat, du gerne vil have. Jo længere nede på bagbenene du bruger pisken, desto mere vil hesten sætte sig.

#### HESTEN MÅ IKKE FØLE SIG OVERPRESSET

Hos Joachim og Rune bliver de fleste heste introduceret til piaff fra skridt, og mens rytteren sidder i sadlen. Hvis det ikke giver det ønskede resultat, så findes der på noget andet.

“Vi har en 6-års der slet ikke forstår, hvad jeg vil have den til – den bliver bare sådan helt stresset. Så er der ikke andet at gøre end at vænne den stille og roligt til pisken fra jorden, og få den til at reagere uden at lade sig påvirke af, at piske ligger på den – der er ikke andet at gøre end at blive ved,” fortæller Joachim Thomsen.

Det er altid en god idé, at arbejde med heste fra jorden, når den har lidt svært ved at komme i gang med piaffen.

“Hvis introduktionen til piaff ikke fungerer fra skridt, kan man også tage udgangspunkt i traven, hvor man tænker sådan lidt julle-trav eller ponytrav. Hesten tøffer lidt afsted. Så udvikler man det den vej, hvor den lærer at forstå, at den skal blive ved med at gå, selvom traven bliver mindre og mindre. Uden hesten føler sig overpresset og hele tiden får lov til at gå fremad,” forklarer Rune.



Den basale grundridning skal være på plads inden man begynder at lege med piaff. Fremadsøgning og ikke mindst nogle halve parader, der går igennem, er helt essentielle.

#### FØR DE FØRSTE TRIN

Inden man begynder med at lære hesten piaff, er der ifølge Rune Willum to væsentlige elementer fra grundridningen, som skal være på plads. I al ridning skal der være fremadsøgning – også selvom målet er at hesten skal 'trave på stedet', og for at opnå samling er den halve parade nød til at fungere. Fungerer den halve parade ikke, så bliver det bare en kamp om, hvem der er stærkest. Hesten på biddet eller rytteren på tøjlen. At holde den let fortil handler dog også om, at begrænse sig og kun bede om få skridt ad gangen, så man ikke beder om mere, end hesten kan klare.

Schenkelhjælpen er også vigtig, og man kan måske med fordel lægge en strategi, fordi det hænger sammen med passage.

“På nogle heste fungerer det bedst, hvis man bruger schenklene skiftevis i takt, mens andre fungerer bedre, hvis du trykker med begge schenkler samtidig,” forklarer Rune og fortsætter: “Du kan markere forskellen mellem piaff og passage, ved at give forskellig schenkelhjælp. Til eksempel kan du give skiftevis schenkelhjælp i piaffen og så fællestryk med begge schenkler i passage.”

## Du skal kunne anholde og kunne drive, derfor kan en fire-fem års hest godt have svært ved det, den skal jo forstå anholdningen samtidig med, der kommer drift.

#### DE FØRSTE TRIN

Første trin er, at få hesten til at træde med bagbenene, og så har du et fundament for at videreudvikle piaffen. Det handler jo i begyndelsen ikke om at rette på piaffen, men at få hesten til at forstå budskabet, og så kan du arbejde videre.

“Det er ligesom at lære hesten at change-re. Når den laver det første changement, bliver man jo bare sindssygt glad – og så begynder man først bagefter at udvikle det og gøre det flottere gennemsprunget,” forklarer Joachim.

“Får du et, to eller tre skridt, så er det jo fantastisk til at starte med, så du ligesom kan lege med det, og ikke bare siger – NU skal den bare piaffere – og det skal være 15 trin på stedet. Det skal bygges op trin for trin, uden man er alt for fokuseret på, om den eksempelvis slår fra. Vi arbejder tit med lidt versade overtrædning i piaffen, fordi det gør det lettere for hesten,” fortæller Rune.

Husk, det kræver rigtig meget styrke, når hesten skal piaffere, så det er klart, at får du bare få trin til at starte med, så er det godt. Og du kan hjælpe den, ved at lade halsen stå lidt lavt – det er sværere for hesten, hvis den skal stå oppe fortil, når den har halsen som balancestang. Så ved at sænke halsen og derved lette den lidt i overlinjen og bagtil, bliver det lettere for hesten at udvikle sig gennem især den gymnastiserende piaff fremfor konkurrencepiaffen. Rune og Joachim rider også ofte i let sæde når de træner piaff. Så lettes trykket ned i ryggen, og hesten er mere villig til at få ryggen med op.

“Man skal hele tiden være opmærksom på, hvor meget man kan trykke og samtidig mærke efter, hvor meget hesten kan byde ind med. Hvis du kigger i spejlet og ser et par piaff trin, hvor den virkelig sætter sig flot, så er det begrænset, hvor meget mere den kan – det er en virkelig hård øvelse. Vær tilfreds med lidt, for hesten skal jo også stadigvæk synes, det er sjovt. Du skal ikke piaffere en halv time, så den er lige ved at segne,” siger Rune.

Det er heller ikke så vigtigt, at den kan tage en masse trin i piaffen, det er meget vigtigt, at den kan komme ind og ud af piaffen – det giver point på banen, og det er med til at gøre hesten stærkere. Samtidig mærker du fremadsøgning. Selvom den står på stedet, skal den stadig tænke fremad, så du har fornemmelsen af, at det er dig, der holder den tilbage – men ikke ved bare at trække i tøjlen.

#### HVAD GØR PIAFF FOR HESTEN

Selvom man ikke selv skal ride grand prix, kan piaff være en øvelse, man kan lege med, for at træne hestens muskulatur.

“Det er ligesom i eksempelvis traversen; Du kan ride piaffen mere eller mindre frem, du kan ride den versadelignende, og du kan ride den i en hurtigere og en langsommere rytme og takt – du kan også lege med holdningen, om den skal ligge lidt lavt fortil, eller op og stå i korrekt holdning. Den skal forstå konceptet, inden man begynder at lege med holdningen – det kan være en fordel, at have den oppe, fremme og på biddet, når man starter, fordi man så ved, hvor man har den. Omvendt, så kan det også være lettere for

## Vidste du

I piaffen må hesten ikke stå og danse i en pendulbevægelse fra forben til forben, som en gammel firser-dans på diskoteket. Det er tegn på, at den ikke har styrke nok til piaffen. Den skal træde forbenene lodret op og ned og holde kroppen lige over tyngdepunktet. Lidt det samme gælder for rytteren, som skal holde det fremadgående tryk i sædet og ikke sidde og svinge med i hofterne fra side til side.

den at stå lidt lang, dyb og let fortil, og så begynder den forhåbentlig at trampe, når man lægger pisken på – det kræver lidt forberedelse og omtanke, så hesten ikke løber væk fra dig – den skal jo ikke løbe væk for pisken.

På den måde kan man sagtens bruge piaffen til både at styrke hesten og få den redet igennem, gjort smidigere og mere samlet, så det kan faktisk godt afhjælpe nogle andre problemer, du måske har i ridningen. Så man behøver ikke tænke, at piaff er det ypperste, og noget man aldrig kommer til at ride i konkurrence. Man kan godt lege med det alligevel.

#### UDVIKLINGEN AF PIAFFEN

“I en rigtig flot piaff springer den jo fra ben til ben og bruger hele kroppen – ikke den piaff, der mere ligner en urolig parade, hvor det er rytteren, der laver alt arbejdet,” siger Rune med en stort smil.

I hele udviklingen af piaff handler det ligeså meget om overgangene ind og ud af piaff, som det handler om selve piaff-trinene. Derfor giver det også god mening, at lade hesten trave ud af piaffen under indlæringen, så man sikrer sig, at hesten tænker frem.

Fremadsøgningen er i det hele taget vigtig for udviklingen. Derfor må hesten, ifølge Rune også hellere gå for meget frem i piaffen, mens den træder rigtig, end den skal blive for meget på stedet, hvis den så ikke bliver ved med at træde rigtigt.

Legen med tempo og rytme er vigtig, fordi det på sigt giver mulighed opnå den takt, harmoni og rytme, som dressuren handler om. At hesten holder samme takt og rytme fra passage over i piaff og tilbage i passage.

Alt dette efterlade blot et spørgsmål, og det er om alle heste kan lære at piaffere: “Ja jeg vil vove at påstå, at alle heste kan lære at piaffere. Så kan de gøre det med mere eller mindre kvalitet – men de kan lære det,” slutter Rune.

# Cushing

Videnskaben beskæftiger sig mere og mere med cushing-hestenes skæbne, og ernæringsmæssige mangler, kan bidrage til udvikling af Equine Cushing Syndrom. En målrettet fodring med specifikke næringsstoffer kan afhjælpe sådanne mangler.



#### EquiGard®

- kun 3,0% stivelse
- stabiliserer kulhydrat- og fedtstofskiftet
- afbalancerer tarmfloraen
- normaliserer insulinfunktionen
- længere mæthedsfornemmelse

#### GlandoGard®

- tilføjer specifikke vitalstoffer
- højeffektiv blanding af antioxidanter
- ved risiko for forfængelighed pga. ECS

#### LinuStar® (Gule, crackede hørfrø)

- højt indhold af Ω-3-fedtsyrer
- forbedrer blodcirkulationen
- beskytter mave-/tarmslimhinden
- sikrer optimal foderudnyttelse
- stimulerer hud og pels
- fjerner sand i tarmen



© Hippolyt Foto: Slavik



www.facebook.dk/StHippolytDanmark · www.hippolyt.dk · tel. +45 7020 5344