

# Guide i terrænbanebygning

## Formål

Nærværende dokument er oprettet på baggrund af en række workshops påbegyndt i januar 2023. Guiden skal ses som en guide til, hvordan arbejdsgruppen forestiller sig, at en god terrænbane bygges. Det er således ikke tænkt som et regelsæt, og man må forvente, at banebyggerne vil afvige på nogle punkter ind imellem.

Der er dog dele af guiden, der ikke kan afviges. Dette beror på nuværende viden fra diverse forskningsområder og er således et spørgsmål om at minimere risikoen for styrt. De afsnit, der er at betragte som et regelsæt, vil være markeret således - men gælder i udgangspunktet afsnittene om forhindringernes opbygning.

Formålet med udarbejdelsen af guiden er at give et mere ensartet niveau på de forskellige baner - en P80 bør have samme niveau, uanset hvilken bane man rider på. Guiden kan anvendes som baggrund for snakken omkring godkendelse af banen, så punkter, hvor banebyggeren vælger at afvige fra guiden, bør tages op under gennemgangen af banen, så det kan diskuteres, hvorvidt afvigelsen er passende for niveauet.

## Generelle betragtninger gældende for alle niveauer

For at uddanne heste og ryttere og for at sikre, at niveauerne holdes, bør alle enkeltstående forhindringer være i maxmål. I krævende terræn og ved kombinationer bør det overvejes, om man med fordel kan have enkelte lavere forhindringer.

En terrænbane er opbygget af tre faser: En startfase, en mellemfase og en afslutningsfase. Startfasen består som oftest af 4-5 forhindringer, der tilskynder til positiv rytme, giver hesten tillid og ekipagen selvtillid til at gennemføre banen. I mellemfasen vil kombinationerne og de lidt sværere forhindringer findes. Det er her, ekipagen testes for, om den har opnået tilstrækkelig uddannelse til at begå sig på niveauet. Afslutningsfasen består af 2-4 spring og er designet til at give en "feel good" fornemmelse, så de sidste par spring giver mod på næste opgave. Det er således ikke passende at afslutte med kombinationer eller tilsvarende.

Ikke alt kan fældes ned på papir, og det er vigtigt, at banebyggeren tager højde for vejr og bundforhold, når banen designes. Området og banens terræn har stor indflydelse på, hvordan hesten oplever banen, og for at undgå, at hesten kommer hjem med ringere selvtillid, end den

ankom med, bør banebyggeren tilsigte, at hesten altid har tilstrækkelig tid til at gennemskue opgaven. På lavere niveau tager det længere tid, men en hest bør altid have 2-3 galopspring til at se forhindringen, før den kan forventes at kunne springe den.

Tilsvarende bør banebyggeren overveje om terrænet der bygges i giver ekstra sværhedsgrad i sig selv. Forhindringer placeret med landing op ad eller ned ad bakke, giver en anden springkurve, ligesom det at galopere ned ad bakke i det hele taget udfordrer balancen. Galop og spring på tværs af skråninger (med det ene benpar lavere end det andet), bør i hovedreglen ikke finde sted, mindre niveauforskelle kan og skal ikke undgås. Især på de lavere niveauer kan ridning på tværs af en bakke gøre det endnu sværere for rytteren at holde hesten i balance, hvormed den ønskede læring i at finde rytme og få fornemmelse for galoppen besværliggøres.

Nogle forhindringstyper har en iboende risiko, fordi de er svære for hesten at læse. At male den øverste kant og grundlinjen i samme farve, og vælge at lade denne være en kontrast til resten af forhindringen og omgivelserne, gør oftest, at hestene springer bedre. Tilsvarende kan udsmykning af forhindringerne med blomster i hele dybden eller på både for- og bagkant hjælpe hesten til at forstå opgaven. Dette er især vigtigt på hjørner og brede borde.

## Statistisk signifikante risikofaktorer

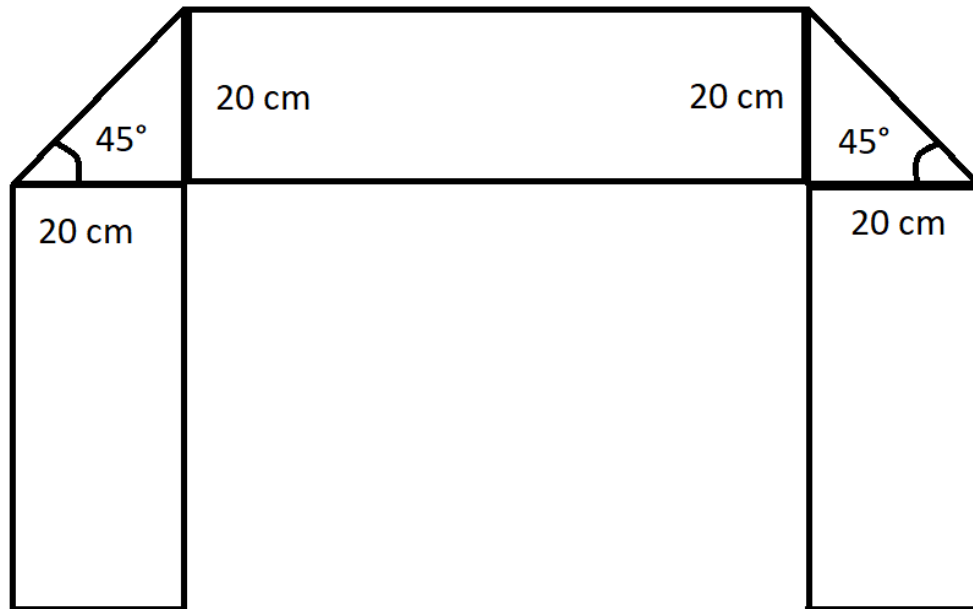
FEI har i samarbejde med Tim Parkin og Euan Bennet udarbejdet statistisk analyse af hvilke faktorer, der har indflydelse på, om en ekvipage ender med et fald eller styrt. Nogle af de vigtigste at have med i overvejelserne er følgende:

Jo længere tid siden en rytter har startet sidst, des større risiko er der for fald/styrt. Tidligt på sæsonen vil flere ryttere have haft en pause, og det er derfor tilrådeligt at være opmærksom på, at nogle forhindringstyper også giver øget risiko, hvorfor disse måske bør optræde i større grad senere på sæsonen. Dermed ikke sagt, at man skal undgå disse forhindringer, men man bør være opmærksom på, hvordan de placeres for at minimere risikoen.

## Opbygning af forhindringer

Nedenstående afsnit skal læses som et regelsæt. Det er således ikke tilladt at bygge forhindringer, der ikke overholder nedenstående regler. I 2023 vil der være en overgangsordning, så alle eksisterende forhindringer kan anvendes, som de har været opbygget hidtil, mens nye forhindringer skal overholde nedenstående. Fra sæsonen 2024 må der ikke længere findes forhindringer på banerne, der ikke overholder nedenstående regler.

Forkanten på faste forhindringer skal altid have en skrånende top således, at de øverste 20 cm skråner med 45 grader for at minimere risikoen for, at en hest, der efterlader et forben, hænger fast i forkanten.



Ønsker man at anvende en helt lodret profil, skal der være gennemslag på mindst de øverste 20 cm, og gennemslaget skal være så let, at hesten ikke bremses af gennemslaget, hvis den efterlader et forben.

Havelåger eller andre opretstående lodrette er undtaget fra ovenstående, men skal udstyres med MIM eller tilsvarende, hvis de ikke har gennemslag.

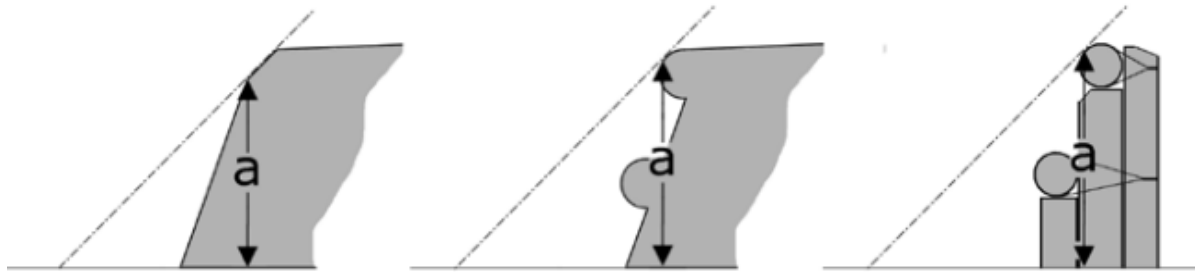
## Grundlinjer

Nedenstående afsnit skal læses som et regelsæt. Kravet om grundlinjer er gældende fra sæsonen 2023, og her er altså ikke en overgangsordning.

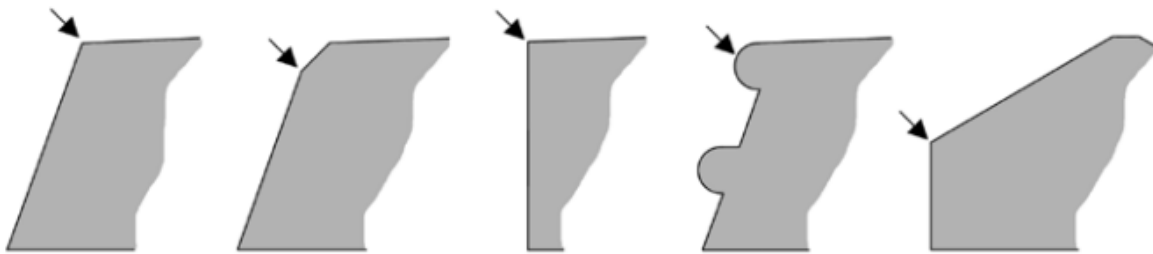
Alle forhindringer uden gennemslag eller udløsningsmekanisme (MIM-clips), hvor højden på forkanten overstiger 60 cm, skal være udstyret med grundlinjer - dette gælder også opspring fra vand, hvor grundlinjen bør placeres i vandspejlet og være tydeligt markeret.

Det anbefales, at også forhindringer med gennemslag og udløsning anvender nedenstående.

Forkantens højde måles som vist herunder:

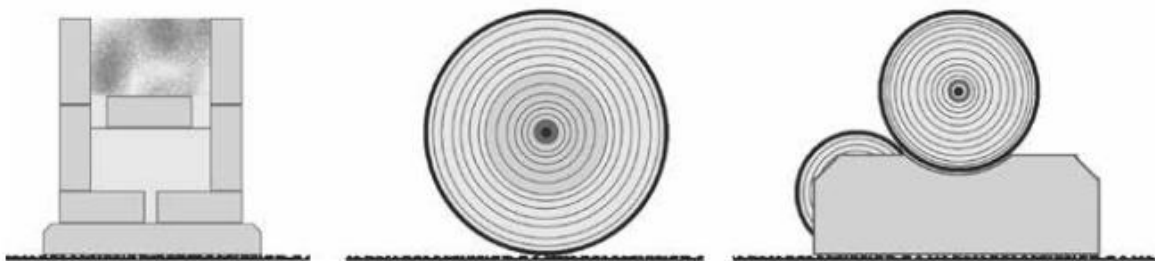


Forskellige profiler har "næsen" på de punkter, der er vist herunder:

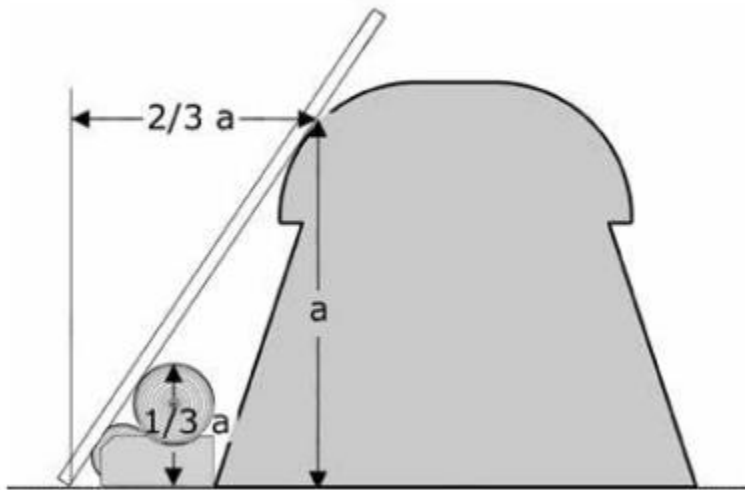


Formålet med grundlinjer er at forhindre hesten i at komme for tæt på forhindringen. Derfor skal de have højde og være konstrueret, så hesten ikke træder dem i stykker.

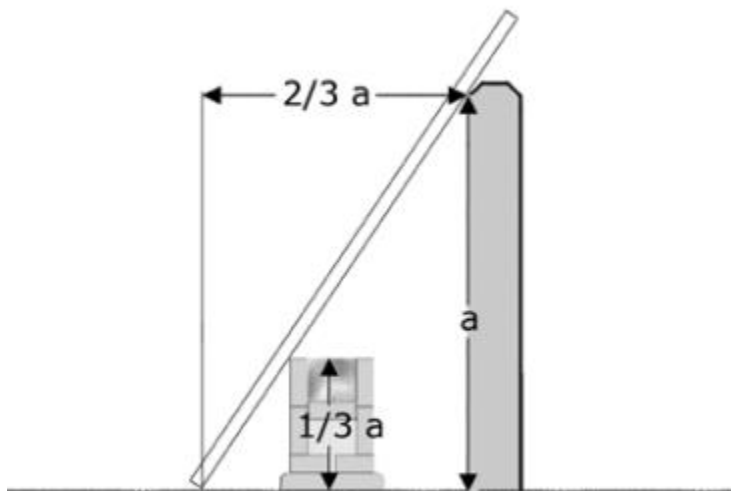
Eksempler på grundlinjer ses herunder:



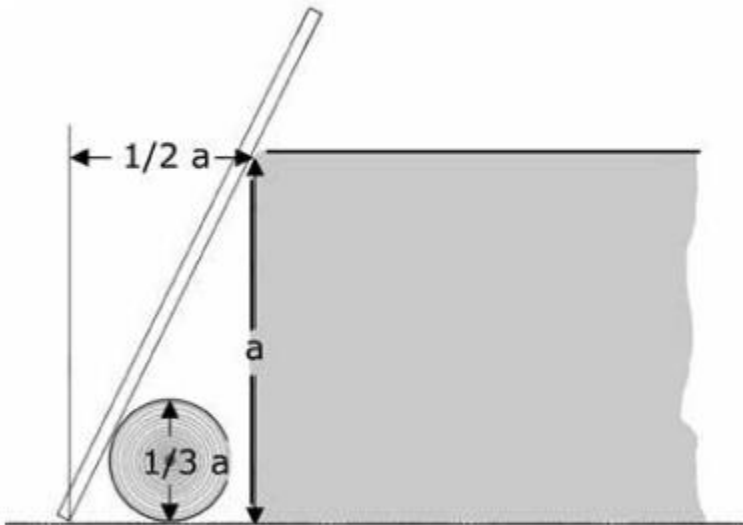
Generelt for opretstående forhindringer gælder følgende regel for, hvor en grundlinje skal placeres:



Samme princip anvendes ved lodrette forhindringer:



Ved opspring kan grundlinjen ligge tættere på, da det er en anden springbue, man forventer, at hesten skal have:



Når forhindringer bygges på skråninger, anvendes samme princip. Det vil sige, at der anvendes en stok til at måle, hvor langt ud fra forkanten grundlinjen skal ligge. Ved spring opad bakke anvendes samme princip som ved opspring, hvor der ved forhindringer nedad bakke anvendes samme princip som på flad mark.

## Vandforhindringer

Det er vigtigt, at vandforhindringer er indbydende og giver hesten en god oplevelse. Hvis ikke hesten tidligt i forløbet får tillid til at gå ud i vandet, vil dette ofte blive et problem, når hesten skal introduceres til forhindringer i relation til vandet i de større klasser.

For at give hesten en god oplevelse bør vandspejlet aldrig være mere end 35 cm, under normale omstændigheder betragtes 10-15 cm som værende tilstrækkeligt, og især på lavere niveauer er en lavere dybde at foretrække.

Vandspejlet bør være så langt, at hesten ikke er i tvivl om, at den skal lande i vandet og ikke forsøge at springe over det. Hvis hesten blot skal igennem vandet, er en minimum anbefalet længde på vandspejlet 6 m

Hvis hesten skal springe en forhindring i vandet eller springe ud af vandet, bør der være plads til mindst to galopspring i vandet, før hesten skal springe.

## Betragtninger omkring de enkelte niveauer

Herunder er beskrevet, hvordan arbejdsgruppen forestiller sig, at de enkelte niveauer bør bygges. Alle niveauer har en beskrivelse af de færdigheder, arbejdsgruppen forestiller sig, man som ekipage skal have for at få succes med at ride på niveauet. Derudover vil der være et afsnit omkring, hvilke færdigheder, det forventes, bliver udviklet ved at ride på niveauet. Niveauerne vil endvidere være forsynet med en liste over forhindringer, der kan anvendes og hvilke, der er upassende på niveauet, samt en beskrivelse af, hvordan arbejdsgruppen forestiller sig, at forhindringerne bedst kan placeres i terrænet for at give de ønskede færdigheder på niveauet.

### H80/P70 og lavere

#### Om niveauet

H80 og P70, samt klasserne under, må betragtes som hovedparten af rytternes og hestens indgang til militarysporten. Derfor må man forvente en stor andel af ryttere og heste, der har svært ved at balancere i galop hele banen rundt og derfor vælger at trave eller måske endda skridte på nogle passager. Det stiller krav til, at banebyggeren sikrer, at der er tid til, at ekipagen kan finde balancen og forcere forhindringerne på en sikker måde efter skift i terræn.

Formålet med niveauet er, at alle skal have en god tur. Det er derfor vigtigt, at banen giver mulighed for, at alle kan komme hele vejen rundt. Der må gerne være ryttere med fejl på tid eller et enkelt eller to stop. Men udgangspunktet på disse niveauer er, at alle bør nå i mål.

#### Indgangsfærdigheder

For at kunne opnå succes i sin første start i military på de lavere niveauer er følgende færdigheder nødvendige:

- Ekipagen bør være i stand til at springe en bane i ridebanespringning på det tilsvarende niveau og føle sig komfortabel ved det.
- Ekipagen bør være i stand til at ride fra én forhindring til den næste uden besvær.
- Rytteren bør bestemme tempoet, så hesten ikke løber hurtigere eller langsommere, end rytteren er i stand til at balancere den.
- Ekipagen bør være i stand til at finde balancen, så forhindringerne kan forceres sikkert - uanset om det er i trav eller galop.
- Det er en fordel at have redet friskere skovture og sprunget i terrænet inden stævnestart, og her er decideret terræntræning at foretrække, så ekipagen har mødt de forskellige forhindringstyper før start.

## Læringsmål

Når man rider komfortabelt rundt på de lavere niveauer, bør man have opnået følgende færdigheder:

- At galopere alene rundt i terrænet.
- At galopere i let sæde med sædet ude af sadlen uden at være afhængig af at tage støtte i tøjlen.
- At galopere til alle de forskellige forhindringstyper og i det let kuperede terræn, som niveauet foreskriver.
- Have en fornemmelse af, hvordan tempoet påvirker, hvordan en forhindring springes.
- At balancere hesten i tilridningen.

## Forhindringstyper

I de lavere klasser er det vigtigt, at heste og ryttere bliver præsenteret for et bredt udsnit af forhindringer og forskelligt terræn. Forhindringerne bør være indbydende og have en tilgivende profil. Dermed er lodrette forhindringer og kasser eller borde med 90 graders profil aldrig tilrådelige, og bagkanten på breddeforhindringer bør således altid være højere end forkanten. Frontbredden på forhindringerne bør aldrig være mindre end 400 cm. Det behøver ikke at være hele fronten, der er springbar. Frontbredden kan således også opnåes ved at placere buske eller andet ved siden af springet. Selve den springbare del bør dog ikke være mindre end 220 cm, og majoriteten af forhindringerne bør have en springbar del på mindst 350 cm.

Følgende liste er eksempler på gode forhindringer på niveauet, og der bør generelt altid være mindst 6 af følgende forhindringstyper repræsenteret, heraf skal mindst 1 være af de typer markeret med fed:

- Bord/kasse i maxmål
- Forskudt okser
- Triplebar
- **Trakhener**
- **Åben grav**
- **Vand**
- Træstamme
- Gennemslag
- Opspring
- Nedspring

Følgende forhindringer er ikke passende for niveauet:

- Triplebrush
- Hjørner
- Forhindringer, hvor man tvinger hesten til at springe på skrå
- Spring placeret i vand
- Indspring eller udspring af vand



Da vand ofte er en af de forhindringstyper, som mange ekipager på niveauet har svært ved at forcere, bør der aldrig være forhindringer i relation til selve vandet. Det er en stor nok opgave at ride igennem det. Ved stævner, hvor man har åbnet for banegennemgang til hest og lader hestene skridte igennem vandet, kan man lade vandet være en decideret forhindring, og her anbefales det, at flagene sidder ved udridningen, samt at der ikke dømmes for tilridning mod forhindringen, før hesten er i vandet.

Ved stævner, hvor hestene ser vandet for første gang ved gennemridning af banen, bør det optræde som en port, således at der ikke dømmes ulydighed for, at hesten tripper for længe rundt på bredden.

## Kombinationer

Kombinationer er i udgangspunktet ikke en forhindringstype i de lavere klasser. Hvis der introduceres kombinationer, bør disse være opbygget, så hesten naturligt ledes til at springe b-elementet. Et eksempel på dette kan være banket med både op- og nedspring på lige spor.

## Forhindringernes placering

Forhindringerne bør placeres på en måde, så de altid kan springes i flow og opfordrer til positiv ridning i rytme. Dette opnås ved at have forhindringerne stående på vej ud af sving, så rytteren får hjælp til at holde hesten i balance i selve springet. Alle forhindringer bør placeres således, at rytteren har god mulighed for at præsentere hesten for forhindringen igen, såfremt de skulle have fået en refusering.

Spring ned ad bakke er sværere at holde balance og rytme til, hvorfor det bør overvejes nøje, hvilke typer af forhindringer der placeres på denne måde. Forhindringer i forbindelse med bakker kan med fordel være op til 20 cm lavere, end niveauet ellers foreskriver.

Forhindringer på lige stræk er svære for rytteren at holde hesten i balance til, hvorfor det bør undgås.

Hvis terrænet er kuperet, er det en fordel at lade hestene galopere op og ned ad bakke - også uden nødvendigvis at skulle springe hver gang - jo lavere niveau, des lavere hældning.

Skarpe sving og u-vendinger er svære at navigere i flow og bør derfor i videst muligt omfang undgås. Er det nødvendigt med skarpe sving, bør der være mindst 4 galopsspring (16-18 m), fra hesten er ligeudrettet, til den skal kunne forcere en forhindring.

## H90/P80

### Om niveauet

H90 og P80 er de højeste klasser man må melde i uden at have opnået kvalifikationer ved stævner inden. Det betyder, at der er stor spredning på ekvipagernes erfaring, og det må forventes, at der både er ryttere til start på urutinerede heste, urutinerede ryttere på rutinerede heste, ryttere med erfaring fra anden ridesport på heste med erfaring fra anden ridesport, ryttere med adskillige starter i lavere klasser og alle kombinationer af ovenstående. Dette stiller særligt høje krav til banebygningen, da det både skal være sikkert og udviklende for ovenstående kombinationer af heste og ryttere. Banebyggeren bør ikke føle, at niveauet har været for lavt baseret på andelen af fejlfri ryttere indenfor tiden.

### Indgangsfærdigheder

For at kunne opnå succes i sin første start i P80 eller H90 er følgende færdigheder nødvendige:

- Ekvipagen bør være i stand til at galopere alene i naturen. Rytteren i let sæde, hvor sædet og sadlen ikke har kontakt, og vægten er placeret i bøjlen. Dette kan med fordel trænes ved at galopere i det lette sæde med en kortere bøjle.
- Ride en flydende runde i ridebanespring i hhv 95 cm for hest og 85 cm for pony uden at ekvipagen synes at være på deres maksimale niveau.
- Have erfaring med at springe forhindringer i naturen, hvor hesten kan bibeholde balance og rytme i tilridning, spring og afridning af forhindringen. Her forventes det, at man har deltaget i træning eller tilsvarende, hvor man har fået hjælp til at opnå en passende balance, når forhindringerne forceres.
- Ridefærdigheder svarende til LC-dressur, således at hesten reagerer for både den anholdende og den fremadrivende hjælp.
- Kondition svarende til at ekvipagen kan galopere 2 km uden at blive træt.

### Læringsmål

Når man rider komfortabelt rundt i H90/P80, bør man have opnået følgende færdigheder:

- At være i stand til at navigere forskellige forhindringstyper placeret i terrænet i en rytme og galop svarende til det tempo, klassen fordrer.
- At tilpasse galopspringenes længde og dermed hestens tempo til terrænet og de forskellige forhindringstyper uden at tabe rytmen og balancen.
- Disponere energi og tempo, således at der ikke skal rides unødigt frem eller bremses unødigt sidst på banen for at ramme optimaltiden.
- At være i stand til at ride banen rundt for lette hjælpere.

## Forhindringstyper

I H90 og P80 er det vigtigt, at heste og ryttere bliver præsenteret for et bredt udsnit af forhindringer og forskelligt terræn. Forhindringerne bør være indbydende og have en tilgivende profil. Dermed er lodrette forhindringer og kasser eller borde med 90 graders profil aldrig tilrådelige, bagkanten på breddeforhindringer bør altid være højere end forkanten.

Frontbredden på forhindringerne bør aldrig være mindre end 400 cm. Det behøver ikke at være hele fronten, der er springbar. Frontbredden kan således også opnåes ved at placere buske eller andet ved siden af springet. Selve den springbare del bør ikke være mindre end 220 cm, og majoriteten af forhindringerne bør have en springbar del på 350 cm.

Følgende liste er eksempler på gode forhindringer på niveauet, og der bør generelt altid være mindst 6 af følgende forhindringstyper repræsenteret, heraf skal mindst 1 være af de typer markeret med fed:

- Bord/kasse i maxmål
- Forskudt okser
- Triplebar
- **Trakhener**
- **Åben grøft**
- **Vand**
- Træstamme
- Gennemslag
- Opspring
- Nedspring

Følgende forhindringer er ikke passende for niveauet:

- Triplebrush
- Hjørner
- Forhindringer, hvor man tvinger hesten til at springe på skrå

## Kombinationer

Kombinationer og forhindringer relateret til hinanden kan med fordel introduceres i H90 og P80. Forhindringerne bør være placeret på et let buet spor og have mindst 5 galopspring imellem. Ved 5 galopspring må man forvente, at ekipagen er i stand til at dreje ca 20 grader. I forbindelse med vand bør der aldrig placeres en forhindring tættere på end tre galopsspring fra vandkanten. Her kan man med fordel lade hestene vade ud i vandet første gang, de passerer, og så introducere den yderligere sværhedsgrad anden eller tredje gang. En lille forhindring ud af vandet kan være et fint spørgsmål på niveauet. Forhindringen kan være en kant eller en forhindring placeret i vandkanten. Igen bør man overveje, hvordan banen inden har været

udformet, så man sikrer, at hesten har tilstrækkelig tillid til at holde galop og rytme gennem vandet for at få et godt spring ud.

Der bør aldrig være forhindringer placeret i vandet. Hvis vandspejlet er kortere end tre galopspring, bør der ikke være forhindringer på vej ud, da hesten så ikke har tid til at finde balancen i vandet.

## Forhindringernes placering

Forhindringerne bør placeres på en måde, så de altid kan springes i flow og opfordrer til positiv ridning i rytme. Dette opnås ved at have forhindringerne stående på vej ud af sving, så rytteren får hjælp til at holde hesten i balance i springet. Alle forhindringer bør placeres, så rytteren har god mulighed for at præsentere hesten for forhindringen igen, såfremt de skulle have fået en refusering.

Spring ned ad bakke er sværere at holde balance og rytme til, hvorfor det bør overvejes nøje, hvilke typer af forhindringer der placeres her. Forhindringer på lige stræk er svære for rytteren at holde hesten i balance til, hvorfor de bør undgås. Hvis terrænet er kuperet, er det en fordel at lade hestene galopere op og ned ad bakke - også uden nødvendigvis at skulle springe hver gang. Skarpe sving og u-vendinger er svære at navigere i flow og bør derfor i videst muligt omfang undgås.

## H100/H1\*/P90

### Om niveauet

H100, H1\* og P90 er det første niveau, hvor der stilles krav til, at rytteren kan holde en linje og er i stand til at ramme en forhindring på skrå eller en smallere forhindring. Det er det første niveau, hvor der for alvor introduceres kombinationer, og banen bør bære præg af dette, således at der er tilstrækkeligt med enkeltstående forhindringer til at finde rytmen imellem de sværere elementer.

Ekvipager på dette niveau kan have en del spredning - langt de fleste vil dog have været til start som ekvipage ved militærstævner før. Andelen af fejlfri ekvipager indenfor tiden vil være stor, og det skal ikke opfattes, som om banen har været for nem, blot fordi en stor del af ekvipagerne når rundt uden fejl.

## Indgangsfærdigheder

For at kunne opnå succes i sin første start i P90 eller H100/H1\* er følgende færdigheder nødvendige:

- Læringsmålet for P80/H90 bør være opfyldt.
- Ekvipagen er i stand til at springe forhindringer i forbindelse med vand.
- Ekvipagen er i stand til at forcere forhindringer i kuperet terræn og forblive i balance.
- Være i stand til at holde skuldrene så meget på plads, at en smallere forhindring, et hjørne eller en forhindring på skrå kan forceres.
- Være i stand til at ride en relateret afstand i balance og rytme.
- Derudover bør ekipagen have forbedret sin kondition, således at både hest og rytter kan galopere i tempoet over den maksimale distance uden at blive trætte.

## Læringsmål

Når man rider komfortabelt rundt i H100/H1\*/P90, bør man have opnået følgende færdigheder:

- Ekvipagen springer modigt og ærligt på alle de forhindringstyper, der kan mødes på niveauet.
- Holde rytmen men regulere tempoet således at det passer til de forhindringer, der skal forceres.
- Være tro mod linjen og være i stand til at planlægge riderute og afstand således at kombinationer kan rides i flowet.
- Springe ind og ud af vand.
- Springe forhindringer i forbindelse med op-, nedspring og dybe landinger.
- Opnået et indblik i egen formåen, således at man vælger den sikre beslutning på dagen.

## Forhindringstyper

I H100, H1\* og P90 er det vigtigt, at hestene fortsat introduceres til et bredt udsnit af forhindringer. På dette niveau introduceres smalle forhindringer for første gang, og det er således vigtigt at understøtte ekipagens udvikling ved at placere passende indfangere, så det er let for hesten at læse spørgsmålet. Det betyder også, at ingen forhindringer bør stå gemt, og at hesten altid bør have mindst tre galopspring til at se, hvad den skal.

Forhindringer må ikke være smallere end 190 cm på den springbare del, og der må maksimalt være fire smalle forhindringer. Da en vigtig del af introduktionen til de højere niveauer er at lære at have tillid til vandforhindringer, er dette en **obligatorisk forhindring** på niveauet. Den er derfor ikke nævnt i nedenstående liste.

Hjørner bør ikke overstige 45 grader og bør være med mindre vinkel i H100 end i H1\*. Hjørner med kort bagkant betragtes som værende for svære for niveauet.

Følgende liste er eksempler på gode forhindrenger på niveauet, og der bør generelt altid være mindst 5 af følgende forhindringstyper repræsenteret, mens to forhindrenger skal have max bredde:

- Max bredde-forhindrenger (Borde, kasser, oksere, triplebar, ... på max bredde)
- Forhindrenger med gennemslag
- Nedspring/spring med dybe landinger
- Sunken road - mindst to galopspring i bunden
- Trakehner og/eller åben grav (grav med palisade eller hæk bag)
- Coffin (forhindring, grav, forhindring i kombination) - mindst to galopsspring mellem hvert element
- Hjørne/smål – ikke mere end 4 på dette niveau.

## Kombinationer

Buede spor bør ikke være skarpere end svarende til en 20 m volte og bør ikke svinge mere end 7 galopspring på 90 grader, 6 galopspring på 60 grader, 5 galopspring på 45 grader.

Ved sunken road kan der placeres en forhindring inden eller efter med mindst tre galopspring til sunken road.

Hvis vandspejlet er kortere end tre galopspring, bør der ikke være forhindrenger på vej ud, da hesten så ikke har tid til at finde balancen i vandet.

## Forhindringernes placering

Ved opspring og sunken road bør der tages hensyn til, at ekipagerne endnu ikke har stor erfaring. Derfor bør tilridningen tegnes således, at ekipagen hjælpes til at have en galop med godt spring og opadbakke-tendens. Det er ikke tilrådeligt at have denne slags forhindrenger efter en lang, lige galopstrækning. For at fremme positiv ridning og få rytteren til at holde galoppen, anbefales det, at relaterede afstande altid bygges, så den gode grundgalop belønnes, og rytteren ikke skal korte galopspringenes længde unødigt.

## **H2\*/P1\***

## Om niveauet

H2\* og P1\* er fortsat et uddannelsesniveaue. Banebyggerne kan med fordel hente inspiration ved de større stævner, men skal huske at sænke både niveau og højde. Man kan således ikke

forvente, at man i H2\*/P1\* er i stand til at springe en 5\*-linje, blot fordi den er sænket til 110/100 cm.

Da dette også er det niveau, der oftest er ekipagens introduktion til de internationale stævner, lægger guiden sig her op ad de internationale regler. Det er vigtigt, at ekipagen oplever, at en 2\* i Danmark har samme sværhedsgrad som en 2\* i England eller Brasilien. På den måde sikres det, at ekipagerne er vel forberedte til deres første internationale start.

Man må forvente at ekipagerne til start i H2\* og P1\* har en del erfaring fra militarysporten, og man kan derfor som banebygger tillade sig at stille større krav til uddannelsesniveaet.

## Indgangsfærdigheder

For at kunne opnå succes i sin første start i P1\* eller H2\* er følgende færdigheder nødvendige:

- Læringsmålet for P90/H100/H1\* bør være opfyldt.
- Ekipagen er i stand til at forcere forhindringer i det tempo, niveauet foreskriver.
- Ekipagen forstår, hvordan tempoet reguleres for at være i stand til at springe de kombinationer, niveauet foreskriver på en sikker måde, uden at tabe rytmen.
- Ekipagen er i stand til at springe smalle forhindringer og hjørner på et let buet spor.
- Ekipagen bør være i stand til at forcere forhindringer i balance i kuperet terræn.

## Læringsmål

Når man rider komfortabelt rundt i H2\*/P1\*, bør man have opnået følgende færdigheder:

- Ekipagen tilpasser galopspringenes længde til den forhindring eller kombination af forhindringer, der mødes på niveauet.
- Er i stand til at kontrollere tempoet, så tiden holdes uden at hesten udtrættes.

## Forhindringstyper

I H2\* og P1\* er det vigtigt, at hestene fortsat introduceres til et bredt udsnit af forhindringer. På dette niveau bør hestene have nogen rutine i at springe smalle forhindringer og hjørner, men det betyder ikke, at indfangere helt kan udelades. Hvis en smal forhindring eller et hjørne er placeret på et buet spor, bør der altid være indfangere, hvor de oftere kan udelades, hvis forhindringen er placeret på et mere lige spor.

Ingen forhindringer bør stå gemt, og hesten bør altid have 3 galopspring til at orientere sig, før den forventes at kunne springe en forhindring. Forhindringer må ikke være smallere end 165 cm på den springbare del, og der må maksimalt være fire smalle forhindringer.

Da en vigtig del af introduktionen til de højere niveauer er at lære at have tillid til vandforhindringer, er dette en **obligatorisk forhindring** på niveauet. Den er derfor ikke nævnt i nedenstående liste.

Hjørner bør ikke overstige 55 grader. Hjørner med kort bagkant bør ikke have en kortere bagkant end 3 m.

Følgende liste er eksempler på gode forhindringer på niveauet. Der bør generelt altid være mindst 5 af følgende forhindringstyper repræsenteret, og der skal være 3 forhindringer på max bredde og mindst én smal forhindring:

- Max bredde-forhindringer (Borde, kasser, oksere, triplebar, ... på max bredde)
- Forhindringer med gennemslag
- Nedspring/spring med dybe landinger
- Sunken road med forhindring enten før eller efter
- Trakehner og/eller åben grav (grav med palisade eller hæk bag)
- Coffin (forhindring, grav, forhindring kombination) - mindst 2 galopspring mellem hvert element
- Hjørne/smål – ikke mere end 4 på dette niveau
- Opspring/nedspring i relation til anden forhindring
- Dybe landinger
- Åbent hjørne
- Åben okser

## Kombinationer

Der skal være mindst 4 kombinationer med relaterede afstande på dette niveau.

Buede spor bør ikke være skarpere end svarende til en 20 m volte og bør ikke svinge mere end 6 galopspring på 90 grader, 5 galopspring på 60 grader, 4 galopspring på 45 grader.

Hvis vandspejlet er kortere end 3 galopspring, bør der ikke være forhindringer på vej ud, da hesten så ikke har tid til at finde balancen i vandet.

## Forhindringernes placering

Det er vigtigt at huske, at dette stadig er et uddannelsesniveau, og det er således nødvendigt at have lettere forhindringer spredt ud over banen mellem kombinationerne, således at ekipagen får mulighed for at finde rytmen og genvinde selvtillid, når den har været testet på sine evner. Den direkte vej bør altid svare til niveauet, så hvis man som banebygger føler sig nødsaget til at sætte en alternativ forhindring ind, er den direkte rute med stor sandsynlighed for svær.



Alternativer kan dog være nødvendige for det tilfælde, at det er svært at genpræsentere hesten for et delelement af en forhindring ved refusering.

## Skematisk oversigt

Nedenstående skema skal ses som et supplement til - ikke som en udtømmende forklaring af - ovenstående tanker.

I skemaet betyder bogstaverne følgende:

J - God på niveauet

M - Acceptabel på niveauet

N - Ikke acceptabel på niveauet

Forhindringstyper på de forskellige niveauer	H80/P70 og lavere	H90/P80	H100/H1*/P90	H2*/P1*
Okser	J	J	J	J
Triplebar	J	J	J	J
Bord/kasse	J	J	J	J
Træstamme	J	J	J	J
Opspring	J	J	J	J
Nedspring	J	J	J	J
Trappe	M	M	M	J
Åben grav	J	J	J	J
Trakhener	M	J	J	J

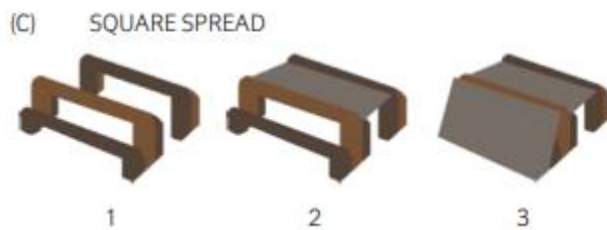
Forhindringstyper på de forskellige niveauer	H80/P70 og lavere	H90/P80	H100/H1*/P90	H2*/P1*
Grav med palisade/hæk	M	M	J	J
Gennemslag	J	J	J	J
Triplebrush	N	N	M	J
Hjørne	N	N	M	J
Forhindring, hvor hesten er tvunget til at springe på skrå	N	N	M	J
Spring i vand	N	N	M	J
Indspring på vand	N	N	M	J
Udspring af vand	N	M	M	J
Gennemridning af vand	J	J	J	J
Sunken road	N	M	J	J
Havelåge/lodret	N	N	M	M

Smalle forhindringer og hjørner	H80/P70	H90/P80	H100/H1*/P90	H2*/P1*
Minimumsfrontbredde på forhindringer	220 cm	220 cm	190 cm	165 cm
Maksimum vinkel på hjørne	-	-	45°	55°

Buet spor	H80/P70	H90/P80	H100/H1* /P90	H2*/P1*
4 galopsspring	-	-	20°	45°
5 galopsspring	-	20°	45°	60°
6 galopsspring	-	45°	60°	90°
7 galopsspring	-	60°	90°	

### Forhindringers indvirkning på risikoen for fald:



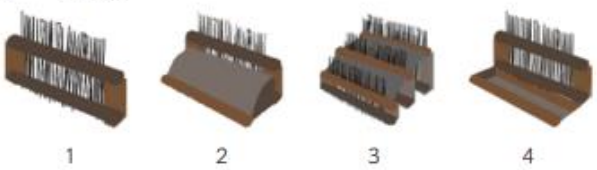

De specifikke forhindringstyper er sammenlignet med nedenstående:











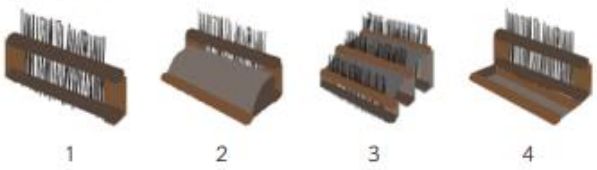
Risikoforøgelsen og risikoreduktionen i de yderste kolonner skal læses som en forøgelse i forhold til den risiko der i forvejen er.


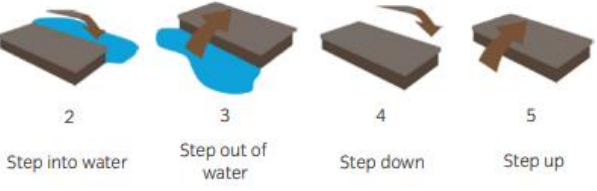

Således at hvis der i forvejen var 10 ud af 1000 ekipager der ville have et fald på en forhindring, hvis forhindringen i stedet havde stået ned ad bakke, ville der være 13-14 ekipager der ville have et fald ( $10 * 1,35 = 13,5$ ).

Risikofaktor	Reference	Risikoforøgelse	Risikoreduktion
Tilridning ned ad bakke	Fladt eller op ad bakke	1,35	
Landing ned ad bakke	fladt	1,42	
Landing op ad bakke	fladt		0,80

Risikofaktor	Reference	Risikoforøgelse	Risikoreduktion
Landing i vand	Landing på tør mark	1,82	
Forhindring I forbindelse med vand	Intet vand	1,46	
(A) POST & RAILS 	Se ovenfor	1,32	
B2 (B) PALISADE 		1,49	
E4 (E) BRUSH 		2,02	
G1 (G) CORNER 		1,91	

Risikofaktor	Reference	Risikoforøgelse	Risikoreduktion
<p>G2 (G) CORNER</p>  <p>1                      2                      3</p>		2,09	
<p>G3 (G) CORNER</p>  <p>1                      2                      3</p>		2,44	
<p>H1 (H) TRAKEHNER</p>  <p>1                      2                      3</p>		1,49	
<p>H2 (H) TRAKEHNER</p>  <p>1                      2                      3</p>		2	

Risikofaktor	Reference	Risikoforøgelse	Risikoreduktion
<p>H3 (H) TRAKEHNER</p>  <p>1                      2                      3</p>		1,98	
<p>D (D) ASCENDING SPREAD</p>  <p>1                      2                      3                      4</p>			0,84
<p>D2 (D) ASCENDING SPREAD</p>  <p>1                      2                      3                      4</p>			0,73
<p>D3 (D) ASCENDING SPREAD</p>  <p>1                      2                      3                      4</p>			0,69
<p>E (E) BRUSH</p>  <p>1                      2                      3                      4</p>			0,90

Risikofaktor	Reference	Risikoforøgelse	Risikoreduktion
<p>F2 (F) ROUND</p>  <p>1 2</p>			0,77
<p>J (J) STEP</p>  <p>2 3 4 5</p> <p>Step into water Step out of water Step down Step up</p>			0,78
<p>K (K) WATER</p> 			0,42

Note til tabellen: Hvor et bogstav er efterfulgt af et tal, er det kun for denne specifikke variation at risikoen har ændret sig signifikant. Hvor et bogstav står alene, er det hele gruppen af forhindringer, der tilsammen giver den givne afvigelse - man har altså ikke nødvendigvis kunne se noget specifikt for hver af de givne forhindringstyper.