

---

## Longering



**Longering**

Vi har nog alla en ide om att hästar behöver röra på sig och longering är ett sätt att göra det på. Självklart avstår vi inom Relationsbaserad Hästträning från traditionell longering och använder inga inspänningstyglar eller longerspö. Att springa i en relativt liten cirkel är inte så jättebra för hästens kropp, så detta är inget som bör göras överdrivet mycket. Men när vi får hästen att röra på sig på ett sätt som för just den hästen är gynnsamt, så kan vi dra stor nytta av träningen på cirkel.

När hästen lärt sig gå i en cirkel runt oss kan vi till exempel öva på våra signaler för dem olika gångarterna: skritt, trav, galopp, halt, backa. Dessa signaler kan då senare användas vid ridningen också. Det är en bra ide att använda en signal som både fungerar när vi vill öka en gångart men även när vi vill sänka en gångart. Många har ljudsignaler för "snabbare" och "långsammare" som då tyvärr inte specificerar i vilken gångart hästen ska gå (till exempel smacka - whoo).

I filmen till denna övning visar vi lite olika exempel på hur man kan lära hästarna att longeras. Vi använder inte ett enskilt sätt utan anpassar träningen och longeringen efter hästen och den miljö som finns tillgänglig. Filmerna är därför skapade som en inspiration och du inspireras att själv se vilket sätt som passar just dig och hästen.

I Modul 3 tog vi longering runt koner som exempel när ni lärde er om kriteriesättning. Gå gärna

---

tillbaka dit om du vill ha mer konkret hjälp på hur du kan gå till väga.

Det är viktigt att vara medveten om att det kan ta olika lång tid för alla hästar att faktiskt vilja börja röra på sig. I många fall jobbar vi med att motbeta en förgiftad aktivitet. Ge dig och din häst den tiden ni båda behöver.

?