

---

## Vänta - signalen



**Målet med övningen:** Med denna härliga övning lär sig både du och hästen hur ni kan koppla av i en potentiellt stressande situation, som ofta lätt leder till irritation och frustration. I det stora hela kommer vänta - signalen att hjälpa dig säga "nej" till din häst, på ett sätt som hästen förstår. Många gånger blir hästarna frustrerade när vi säger nej för vi hindrar dem från att få något de verkligen vill ha. Men när vi kan träna på begränsningar som dessa så visar vi hästen att det LÖNAR sig att lyssna på oss, även när vi ber den vänta. När vi bromsar eller tar i grimskaftet brukar hästar ofta vilja gå emot, här ser vi till att göra det så trevligt som möjligt. Tryck i grimman / grimskaftet = godis! Det viktiga är att fortsätta andas och ha tillit till att din häst kommer att vilja vara kvar med dig, trots att det finns något den vill ha längre fram.

### Gör såhär:

<https://player.vimeo.com/video/256810421>