



## Kom til "Garrocha kursus" med Ute Lehmann!

### Alle kan være med!

Kom og vær med til en ny, spændende og motiverende måde at træne dressurøvelser med din hest!

En Garrocha er en lang stang som oprindeligt blev brugt til at drive tyr i Spanien. Senere hen udviklede sig en dressurkunst ud af denne tradition, med elegante vendinger og cirkler rund om Garrochaen.

## INFO

### Dato og tid:

25.5.2017  
Kl. 9.00 – 17.00

### Sted og arrangør:

Maja Caspersen  
Horseballevej 18  
5672 Broby  
Tlf. 27 21 80 47

### Tilmelding:

[www.livsidekunst.dk](http://www.livsidekunst.dk)



### Ridning med Garrocha...

- Er meget motiverende for hest og rytter
- Skærper fokus og opmærksomhed hos hest og rytter
- Bevirker at stilling og bøjning kommer naturligt
- Er en velkommen afveksling i hverdagstræning
- Betyder træning af balance og styrke

# Garrocha kursus med Ute Lehmann

---

Praktiske informationer omkring arrangementet:

---

## Kursusindhold:

- Teori og træning af håndtering af Garrocha uden hest
- Håndpositioner, vendinger, balanceøvelser uden hest
- Tilvænnning af hestene – fra jorden og fra sadlen
  
- Tøjleføring i én hånd: stop og vendinger
- Ridning med Garrocha: store og små cirkler, vendinger på 180° og 360°
- Balanceøvelser, flydende side- og retningskift

---

**OBS: Alle ryttere skal selv have en trænings-Garrocha med!**

Længde 350 – 380cm, diameter ca. 3-4cm

---

Et godt og billigt sted at starte, er et teleskop-kosteskæft 2-4m (fra kr. 179,- på nettet eller i byggemarkeder) som er nemt at transportere.

Ellers kan man erhverve rundstokke i forskellige træsorter.

Deltagere uden hest er også velkommen til at deltage aktiv i håndtering af Garrocha fra jorden – dette kræver så ligeledes en trænings-Garrocha her.

---

## Forudsætninger og udstyr:

Ekvipagen er rutineret i skridt og trav på banen.

Tempoet tilpasses hestens og rytterens træningsniveau.

Det er en fordel, hvis i allerede har redet lidt med én hånd i tøjlerne, men ingen betingelse. Brug gerne hestens vante sadel og hovedtøj under kurset. Kandarbid såvel som bidløs hovedtøj med vægtstang effekt (alle former for hackamore, hjul mm.) er uegnet, med mindre at hesten allerede er trænet til at kunne styres på små volter med én hånd. Best egnet til introduktionen er kapsun, side-pull, staldgrime eller trensebid.