

Obsah

Předmluva	11
I. CO JE TO LONŽOVÁNÍ	12
1. Obecné zásady	12
2. Proč koně lonžujeme	13
3. Pozitivní a negativní motivace koně	14
a) Pozitivní motivace	14
b) Negativní motivace	15
c) Jak kůň reaguje na zátěž	18
4. Pár slov o anatomii a fyziologii pohybu koně	19
a) Hřbet koně	19
b) Chody a ruchy koně	27
c) Přirozená křivost koně	33
II. ZÁKLADNÍ PRINCIPY LONŽOVÁNÍ	35
1. Místo vhodné k lonžování koně	35
a) Umístění lonžovacího kruhu	35
b) Ohraničení lonžovacího kruhu	36
c) Velikost lonžovacího kruhu	37
d) Povrch lonžovacího kruhu	38
2. Základní výstroj pro lonžování	39
a) Lonž	40
b) Lonžovací bič	41
c) Uzdění	42
Připnutí lonže	45
d) Obříšník nebo sedlo	49
e) Poprsní postroj	51
f) Chrániče končetin	51
g) Výstroj lonžujícího	52
3. Komunikace lonžujícího s koněm	52
a) Lonž	54
Udělování pomůcek lonží	57
b) Bič	60
c) Pozice těla lonžujícího vůči koni	64
d) Hlas	66
4. Změna směru	68
5. Kombinace jednotlivých signálů a pomůcek při provádění různých úkonů na lonži	71
6. Chyby při lonžování	73

III. PŘÍPRAVA MLADÉHO KONĚ NA LONŽOVÁNÍ	75
1. Jak porozumět tomu, co nám kůň říká	79
2. Práce s koněm ze země jako příprava na lonžování	84
a) Začínáme s prací na ruce	84
b) „Hrajeme“ si s mladým koněm	89
c) Procházky	92
d) Konečně začínáme lonžovat	93
3. Příprava koně na lonžování, když nebyl čas si s ním „hrát“	95
IV. LONŽOVÁNÍ MLADÉHO KONĚ JAKO PŘÍPRAVA NA OBSEDNUTÍ	99
1. První lekce na lonži	101
a) Průběh prvních lekcí	101
b) Co může dělat kůň špatně	106
2. Lonžování s další výstrojí	106
a) Navykání na udidlo	107
b) Navykání na obříšník	108
c) Navykání na sedlo	109
d) Navykání na otěže	109
3. Základy práce na dvou lonžích	111
V. LONŽOVÁNÍ KONĚ V ZÁKLADNÍM JEZDECKÉM VÝCVIKU	113
1. Pomocné otěže	114
a) Princip působení a používání pomocných otěží	116
b) Jednoduché vyvazovací otěže	117
Délka a výška vyvazovacích otěží	120
Postup při lonžování na jednoduchých vyvazovacích otěžích	122
Základní princip práce na vyvazovacích otěžích	125
Pevné nebo pružné vyvazovací otěže?	126
Kombinování různých pomocných otěží	127
c) Dvojité vyvazovací otěže	128
d) Trojúhelníkovité otěže	129
e) Chambon	131
Jak chambon působí	133
Jak lonžovat se chambonem	135
Kdy chambon rozhodně nepoužívat	138
f) Pružný chambon („gumy“)	139
g) Nezávislá gogue	142
h) Nárazová otěž	144
i) Vzprímovací otěž (obršek)	145

j) Lonžovací postroje	146
k) Tabulka, kdy použít jaké pomocné otěže	148
2. Vysvětlení pojmů výcvikového stromu	150
a) Názorné schéma fází a podfází výcvikového stromu	150
b) Stručná charakteristika jednotlivých fází a podfází výcvikového stromu	151
Takt	151
Uvolnění	151
Přilnutí	152
Kmih	152
Narovnání	152
Shromáždění	153
Prostupnost	153
3. Práce s koněm v základním výcviku na lonži	154
a) Jednotlivé fáze výcvikové škály při lonžování	156
Navykací fáze	156
Fáze rozvoje posuvné síly	158
Fáze rozvoje nosné síly	158
b) Obecné schéma výcvikové hodiny na lonži	162
Nastrojení koně	162
Vývedení koně na lonžovací kruh	163
Příprava koně na lonžování	163
Uvolnění na lonži	164
Vlastní práce na lonži	165
Ukončení práce na lonži	168
4. Různé cviky na lonži pro koně v základním výcviku	171
a) Přemístění kruhu	171
b) Kruh zmenšit a zvětšit pomocí zkracování a prodlužování lonže	171
c) Kruh zmenšit a zvětšit na zkrácené lonži	173
VI. LONŽOVÁNÍ PŘES KAVALETY A SKOKOVÁ PRŮPRAVA KONĚ NA LONŽI	174
1. Jak má vypadat lonžovací kruh	175
2. První lekce lonžování přes kavalety	177
3. Vlastní práce na lonži přes kavalety	180
a) Soustředění koně na práci	182
b) Uvolnění koně a práce hřbetem	183
c) Dosažení a udržení pravidelného a energického pohybu nad kavaletami	186
d) Posilování hřbetních a břišních svalů	187
e) Zlepšování prostornosti chodů	189
f) Shromáždění koně a zlepšení výrazu jeho pohybu (akce)	190

g) Klusová gymnastika přes kavalety, uklidnění či naopak vybuzení koně	192
h) Cvalová práce přes kavalety, průprava koně na skákání a skokové řady na lonži	193
VII. LONŽOVÁNÍ NA DVOU LONŽÍCH	199
1. Výstroj pro práci na dvou lonžích	200
2. Držení a vedení dvou lonží	201
3. Začínáme na dvou lonžích	204
a) Příprava koně na práci na dvou lonžích	204
b) Lonžování na dvou lonžích	206
První použití dvou lonží na nezkušeném koni	206
Další lekce lonžování nezkušeného koně na dvou lonžích	208
Změna směru lonžování na dvou lonžích	209
Náplň práce při lonžování mladého koně na dvou lonžích	211
c) Vodění koně na dvou lonžích	211
4. Pokročilejší práce na dvou lonžích	213
a) Další způsoby zapínání a vedení dvou lonží	213
b) Popis lekce pokročilejšího lonžování na dvou lonžích	215
Uvolnění koně	215
Další práce	216
c) Další poznámky k práci na dvou lonžích	217
DOPLNĚK: NĚKOLIK TIPŮ PRO PRÁCI S KOŇMI, KTERÍ MAJÍ NA LONŽI PROBLÉMY	220
Literatura	229
Příloha	231