



*Sony, en ung hingst på ett år som Svante her arbeider med for andre gang. – På bildet begynner jeg å kjøre hesten på en stor volte til venstre. Jeg vil inspirere hesten til å gå så bra som mulig. Etter bare kort tid, uten at den blir blokkert eller det oppstår konflikt, viser den en fin og trivelig bydning fremover. Når hesten er såpass ung «jobber» jeg ikke mye med hesten, men forsøker å gi den trivelig opplevelse på bare et par minutter. En opplevelse av å følge min energi. Om vi lykkes å beholde dem så villige og følsomme mens vi fortsetter utdannelsen har vi vunnet mye, sier Svante.*

# Longere hesten

Hester longeres av ulike grunner. Øvelsen kan styrke, forbedre, utdanne og etterutdanne hesten. Longering kan varme opp, eller brukes til å se på hestens bevegelser og også til elevs sits-trening. En kan også bruke longeringen til å løse opp i enkelte problemer.

>>>





Når jeg har fremoverbydning og jeg synes timingen er god forsøker jeg å gå fra kjøreposisjon (bak), til å lede, ved å passere hesten, men beholde energien fremover.



I det Svante passerer hesten, er han ikke lenger i en kjørende posisjon, men beholder fortsatt den samme energien. Det som gjør at hesten forsetter er at den følger Svante og hans energi og samtidig beholder slakket i tauet.



Svante er i en ledende posisjon. Svante leder, hesten følger Svante og slakket. Her forbereder Svante å sende hesten til venstre. – Det er viktig at det blir en stund rett frem i den ledende posisjonen for begge før du sender hesten i en annen retning (posisjon), sier Svante.

Av Anja Aa Guerrera

Og selvsagt kan du bruke longeringen til å mosjonere hesten.

– Jeg synes allikevel at det finnes bedre mosjonsformer for hesten enn å bli longert, sier Svante.

– Om det er noen verdi i arbeidet, og ikke at det er destruktivt og stressende, kommer an på utførelsen, sier han

#### Ikke snakk i mobilen

– Under all trening må du fokusere på hesten din. Du skal respektere den tiden dere har til trening og du skal inspirere hesten. Hold høyeste kvalitet og konsentrasjon på den tiden dere har sammen. Om det er slik at du absolutt må snakke med tilskuere, eller i mobiltelefonen, er det

bedre at du trener en annen dag. Det er bedre for treningen, sikrere for deg og mer respektfullt overfor hesten, sier Svante.

På noen få dager skal Svante og unghesten få på plass noen grunnleggende ting og forberede seg best mulig slik at den første rideturen blir behagelig, god og trygg.

– Ofte når en skal vise frem longering benytter vi en velskolert hest. Nabu er derimot en ung og uskolert hest. Vi skal lære ham det grunnleggende i ridningen på en så lett og logisk måte som mulig. Jeg ønsker meg en samarbeidsvillig og lydhør partner. Derfor forsøker jeg å unngå press og stress. Jeg vil ha en rolig og pålitelig hest som samtidig ser framover og er oppmerksom. Longeringsarbeidet jeg viser her kan gjøres i

alle gangarter, sier Svante.

#### Hold slakket

I tidligere artikler i Hesteliv har Svante beskrevet hvordan du beholder «slakk» mellom deg og hesten. Altså hvorfor det er så viktig at du ikke drar i hesten.

– Grunnen til at det viktig å vite noe om både «slakk», og om det å «lede opp» (følge slakket i tauet) er at jeg ønsker at hesten vet hvordan den gjør dette. Det er ikke noe den gjør naturlig. Det naturlige for hesten er at dersom du drar, vil hesten forsøke å dra tilbake mot ethvert press fra et leietau (eller tøyte). Det ønsker jeg ikke, forklarer Svante.

Skal hesten følge slakket, og forholdet mellom deg og hesten skal være lett, må du «sette» tauet der du

ønsker at det skal være for at hesten skal kunne følge slakket, og du skal kunne følge hesten. Sett tauet, eller slakket, i den retningen du ønsker at hestens skal. En hest som skal lære seg å lede opp vil vi at skal flytte sine høver og forme seg, for å beholde slakket, uansett om det er longerings-tau eller tøyte. Og i prinsippet har du samme jobb.

– Det skal være som en dans, og forhåpentlig er det du som leder dansen. Ved hjelp av din energi, kroppsspråk og posisjon, vil dette fortone seg som en slags dans mellom deg og hesten, forteller Svante.

Vi skal forsøke på en enkel måte å forklare hvordan Svante arbeider med longeringen. Dette kan gi deg noen ideer og inspirasjon om hvordan du kan jobbe med din hest. Husk at du

må inspirere hesten. Dette kan sammenlignes med at du kan tvinge en skoleelev til å sitte stille en hel dag og lytte, men du kan ikke tvinge ham til å høre etter hva du sier. Hvordan kan du inspirere isteden?

– Denne måten å arbeide med longering på kan jeg egentlig skrive en hel bok om, sier Svante.

#### Lede, sende, kjøre

Denne formen for longering er kanskje ikke slik du tradisjonelt har lært å longere. Her kreves det mer samhandling mellom deg og hesten. Det kreves også at det er et forhold mellom hesten og tauet (din hånd) som senere skal hjelpe deg i ridningen. I denne arbeidsformen veksler du mellom å lede, sende og kjøre hesten, til å gå forbi, til å lede og

#### Kurs med Svante

28. – 30. juni 2013 kommer Svante til Norge, nærmere bestemt Trondheim, Den første kurshelgen blir på gården og kurscenteret «Hestebente» og det gis også privatundervisning 1,2 ev 3. juli. 5. - 7. juli vil Svante være i Østfolddistriktet. For detaljer og påmelding til alle Svantes kurs i Norge se: [www.hestebente.no](http://www.hestebente.no) eller [www.svanteandersson.com](http://www.svanteandersson.com)

Longere  
hesten





– Nå er hesten på den nye volten til høyre. Han er stabil, rolig, fremad, oppmerksom og klar over hva jeg ber om. Og gjør det med glede, forklarer Svante. (Legg merke til den ledende hånden) Alle foto: Anja Guerrero

til at hesten følger deg. På denne måten blir utdanningsarbeidet mer interessant for hesten.

Fra posisjonen der hesten følger deg skal du sende hesten forbi deg for så å komme opp i kjøreposisjon igjen. (Du kjører hesten foran deg og du følger hesten, i dette tilfellet på en volte.) Disse øvelsene kan du så skifte på slik at det blir letthet, flyt og variasjon i longeringen.

Den første gangen jeg observerte Svantes arbeid med dette, var det nytt for meg. Jeg så ikke med det samme hva han gjorde, eller hva hesten gjorde. Men så plutselig så jeg et forhold, en rytme og et språk som gjorde at hesten hele tiden var 100 % oppmerksom på Svantes føring av tauet (hånd), hvilken retning han sendte

hesten i, Svantes plassering, om han kjørte den foran seg en halv runde, vendte igjennom banen, ledet den ut og rundt seg, eller bak seg. En kunne se at hesten formet seg og oppmerksomt fulgte anvisninger og energi, lett og uanstrengt.

– I prinsippet har du en posisjon hvor som helst i 360 grader rundt hesten, og du kan befinne deg hvor som helst innenfor disse 360 gradene. Ved hjelp av kroppsplassering, eller fokus på hvor din kropp «peker», vinkel og tauets vinkel og energi skaper hesten form eller bevegelse. Alle deler på hesten kan du i prinsippet sende i fra deg, be inn til deg, be nedover, be fremover og oppover slik Svante gjør på bildene.

Hvis du ber hesten å gå frem må du

ikke blokkere med din plassering, eller posisjon. Ei heller må du blokkere eller hindre hesten i gjøre det du ber om ved at du drar eller holder stramt. Det viktigste er at om du gjør mindre og passer på din posisjon, vil du til slutt merke at du ikke behøver å gjøre så mye. Jo mer presis du er med deg selv, jo mer presis vil hesten være. Om du bare ikke blokkerer hesten. Når dette flyter, som når du danser og det ikke «koster» noe og dere er i balanse, da stemmer det sannsynligvis også. Når det er for mye «jobb» er det noe som ikke stemmer. Da bør du ikke gjøre enda mer, eller øke presset. Da er det sannsynligvis noe du skal slutte å gjøre, eller gjøre mindre av, istedenfor å øke presset.



Her sender Svante hesten forbi seg i andre retningen på en volte til høyre, og Svante har funnet det nye sentrum på den nye volten. Fokuset er bak hesten, den høyre hånden er lav og retningsgivende og det er ikke noe som blokkerer hesten fra å gå fremover. Legg merke til slakket og hvordan hestens oppmerksomhet er vendt mot Svante.

#### Plassering

Om du kan tenke deg en rett linje gjennom hestens bog, kan du litt forenklet si at bak denne linjen er du i posisjon til å kjøre hesten fremover.

Unge hester er ofte lettere å kjøre enn å lede, og det kan du bruke til å lære hesten bedre å «lede opp». Hesten har vanskeligere for å forstå energi når du befinner deg foran enn når du er bak. Begynn derfor bak så kan du overføre den energien til en ledende posisjon.

Forsøk så å øke og korte trav, se hvor lite du faktisk må gjøre for å gå ned i skritt, opp i trav igjen. Lek med å ta opp og ned energien i hele ekvipasjen. Gjør mindre neste gang og hesten vil formodentlig gjøre mer.

Du kan ha mye energi i deg selv om du fysisk står stille og omvendt.

Lærer du deg dette får du veldig mye gjort og kan håndtere alle hester med effektiv letthet. Husk at når du jobber med hesten skal du ikke jobbe lenge.

– Dette er ikke mosjonering. Da er det bedre med en joggetur. Det du jobber med er å få hesten bevegelig og myk, med å få en likesidig hest. Når hesten går bra, som best, da skal du slutte. Gå fra hesten med følelsen av at den vil ha mer, forklarer Svante.

#### Fakta

Svante Andersson er jevnlig hos faste oppdragsgivere og hesteeiere. Hesteliv var med på forberedelsene av unghostene, og den aller første rideturen til Nabu, tre år. Under en stekende het Italia-sol arbeidet Svante i løpet av noen få dager med hester som var mer eller mindre håndtert. Ett, to og treårs gamle hester. Her viser Svante hvordan han jobber med longering av Nabu som snart skal under sal og rytter for første gang. Dette bakkearbeidet, eller longeringen forbereder hesten nøye for videre arbeid og ridning.

# Longere hesten