

# **Naputak za jahače!!!**

## **Kako biti što bolji jahač?**

Da li vaš trener bježi glavom bez obzira i zaključava se u ured čim vas vidi da izlazite iz auta?

Da li školski konji bježe u brda i vješto se skrivaju kad vas vide da im se približavate s ularom?

Kad bi vas trener ocjenjivao, koju bi vam ocjenu dodjelio, 5 ili 1?

Kako bi vam pomogli da u nastojanju da postanete što bolji jahač, prilažemo nekoliko naputaka koji se trebaju svi pridržavati da bi treninzi bili na obostrano zadovoljstvo i jahača i trenera.

1. Koristite pravilnu odjeću za jahanje. Ako se namjeravate ozbiljno baviti jahanjem, zamolite roditelje da vam nabave jahače hlače ako ste u mogućnosti. Jahanje u trapericama može vam našuljati noge.
2. Pravilna obuća jer također važna, uložite u par jahačkih cipela i čepseva ili možda u jahače čizme. Važno je da je obuća čvrsta i da ima malu petu koja će spriječiti da vam noga zapne u uzengiju.
3. Par rukavica su dobra ideja jer sprečavaju nastanak žuljeva
4. Ako se mislite nastaviti baviti jahanjem, investirajte u jahaču kacigu jer na kraju krajeva kapa glavu čuva. Vaš klub bi trebao imati na raspolaganju klupske kacige jer je kaciga najosnovniji dio opreme.
5. Ukoliko ste mlađi od 16 godina, važno je i nositi zaštitni prsluk.

Pojavite li se u preporučenoj opremi, vaš trener će znati da se ozbiljno mislite baviti jahanjem.

---

Budite iskreni o svojim jahačim sposobnostima kad vas trener upita da bi vas mogao smjestiti u pripadajuću grupu za jahanje. Nemojte reći da znate skakati ili galopirati ako ne znate.

Dobra je ideja odraditi vaš prvi sat u školi jahanja kao individualni tako da se trener može upoznati s vašim mogućnostima i da se vi upoznate s trenerom i konjima koje ćete jahati.

---

Dođite na pola sata prije vašeg treninga da imate dovoljno vremena očistiti i zasedlati konja kojeg ćete jahati.

Jako je nepoželjno kasniti na sat, svi u grupi ispaštaju zbog pojedinca koji kasni.

Ukoliko trebate na WC, obavite to prije treninga. Ostali jahači neće biti oduševljeni ako se sat prekine jer netko mora ići na WC.

Nemojte se ljutiti ili biti razočarani ukoliko niste dobili konja kojeg ste htjeli. Jašući veliki broj različitih konja učiniti će od vas boljeg jahača.

Možete trenera zamoliti za konja, ali nemojte zahtijevati. Konji su raspoređeni u najboljoj namjeri da trening bude kvalitetan i siguran te da se konji ne iscrpe.

Za vrijeme tuđih treninga, nemojte zasuti trenera s hrpom pitanja. Nemojte ometati tuđi trening osim ako je to zaista nužno.

Roditelji mogu gledati trening s tribina, ukoliko imaju prijedloge, primjedbe ili pitanja, trebaju se posavjetovati s trenerom nakon treninga na samo.

Ako se nečega bojite tijekom treninga ili imate kakvih pitanja, ne ustručavajte se povući trenera za rukav, stojimo vam na usluzi.

**Nakon treninga, nemojte odmah pobjeći, pobinite se za vašeg konja, očistite ga i pospremite opremu.** Nagradite konja kojeg ste jahali s malom poslasticom u znak zahvale. Konji obožavaju mrkve, jabuke i kocke šećera.

Pomognite drugima prije, za vrijeme i nakon treninga, i slobodno zamolite ukoliko vama treba nešto pomoći oko konja.

Ohrabrujte jahače koji jašu s vama u grupi, čestitajte im na dobro obavljenom treningu, stvorit ćete ugodnu radnu atmosferu.

Ne pričajte za vrijeme sata, pričanjem ometate druge jahače i trenera. Ovo je na kraju krajeva ipak škola, morate biti u mogućnosti čuti što vam trener govori da bi trening bio kvalitetan i siguran.

Uložite truda u vaš trening, ni treneri ni konji ne mogu jahati umjesto vas. Uz puno truda, brzo ćete vidjeti rezultate u svom jahanju.

Na kraju i najvažnije pravilo: Konj je vaš prijatelj, pazite na njih jer bez njih trening ne bi bio moguć.