

Početni tečaj

Početni tečaj škole jahanja traje pet tjedana, a režim samih treninga je dva puta tjedno po 45 minuta sa sljedećim programom rada:

1. SAT

- Upoznavanje s konjem (osnovne konjske osobine, pasmine konja, boje konja, anatomija),
- Pravila ponašanja u štali i oko konja (prilaženje konju, čišćenje konja),
- Upoznavanje s osnovnim dijelovima opreme za konja i jahača,
- Prikaz sedlanja i uzdanja konja.

2. SAT

- Samostalno sedlanje i uzdanje konja,
- Pravila ponašanja u hali i manježu za jahanje,
- Vođenje konja na ruku,
- Priprema za pojahivanje,
- Pojahivanje i sjahivanje.

3. SAT

- Stav jahača na konju,
- Teoretsko objašnjenje vrsta kretanja konja i djelovanje jahača listom, sjedištem i dizginom,
- Kretanje, zaustavljanje i upravljanje konjem.

4. SAT

- Rad u hodu s vježbama za ravnotežu
- Priprema u hodu za lako jahanje, demonstracija lakog jahanja
- Osnovne manješke radnje
- U hodu (veliki krug, mali krug, na lijevo nazad, na desno nazad, promjena u krugu, promjena iz kruga, promjena po dijagonali).

5. SAT

- Prelazak iz hoda u kas i iz kasa u hod,
- Lako jahanje u kasu na lonži,
- Vježbe za ravnotežu u kasu.

6. SAT

- Prelazak iz hoda u kas i iz kasa u stoj,
- Vježba polu sjedećeg stava u hodu i kasu na lonži,
- Vježba sjedećeg stava jahača u kasu na lonži,
- Prelazak iz lakog jahanja u polusjedeći stav iz polusjedećeg stava u lako jahanje.

7. – 10. SAT

- Lako jahanje u kasu bez lonže,
- Jahanje u polusjedećem kasu bez lonže,
- Osnovne manješke radnje u kasu (veliki krug, promjena u krugu, promjena iz kruga),

- Ponavljanje svih odrađenih cjelina u početnom tečaju.

Literatura koja se koristi za obuku jahača je slijedeća:

1. Udžbenik za polaganje Natjecateljske licence, odabrana poglavlja – izdavač Hrvatski konjički savez
2. Udžbenik za polaganje Trenerske licence, odabrana poglavlja - izdavač Hrvatski konjički savez
3. Skripte s odabranim poglavljima o osnovama jahanja – izdavač Škola jahanja Hipodrom Zagreb

Praktični dio tečaja demonstriraju licencirani treneri Škole jahanja Hipodrom Zagreb
