



Connecting Gaits

# Flexibiliteit & Onbalans

bij gangenpaarden



CONNECTING GAITS PRESENTEERT

Wist je  
dat?

**Een gangenpaard  
heeft een zeer  
goede coördinatie  
& is zeer flexibel.**

# Wist je dit van jouw paard?

DOOR HUN FLEXIBILITEIT  
(HYPERMOBIEL):

Lopen ze of heel stijf (lateraal) of ze zijn zo los in hun lijf (ik noem ze slangenpaarden).

Als ze goed getraind zijn, lopen ze goed door hun lijf, van achter naar voren.

DANKZIJ HUN FLEXIBILITEIT  
HEBBEN ZE:

Zachte vloeiende overgangen & vlakke gangen

DOOR HUN FLEXIBILITEIT WISSELEN  
ZE SNEL IN HUN GANGEN

Ze kunnen veel moeite hebben met hun balans

# WAT HEEFT FLEXIBILITEIT MET ONBALANS TE MAKEN?

OM HET ALLEMAAL BETER TE  
SNAPPEN ZAL IK EERST DE  
GANGEN KORT UITLEGGEN

A photograph of a person wearing a black riding helmet and a patterned orange and brown sweater, standing next to a dark brown horse in a field. The person is holding the horse's lead rope. The background shows a green field and trees under a clear sky.

FLEXIBILITEIT



## LATERAAL (Schweinen)

Er worden 2 hoeven aan 1 zijde tegelijkertijd opgetild en neergezet. Met een zweefmoment

## DIAGONAAL

1 hoef achter en (schuin) tegenover voor word er 1 hoef opgetild en neergezet. Met een zweefmoment





## VIERTAKT

Er worden 4 hoeven onafhankelijk van elkaar opgetild en neer gezet

## LATERALE VIERTAKT

Het laterale benenpaar staat nét iets langer op de grond dan de rest. Hierdoor ontstaat er een lichte 'pauze'. Geen zweefmoment.

## DIAGONALE VIERTAKT

Het diagonale benenpaar staat nét iets langer op de grond dan de rest. Hierdoor ontstaat er een lichte 'pauze'. Geen zweefmoment.

## Een diagonale of laterale viertakt kan een vorm zijn van onbalans.

Echter ligt het aan het paard/ras of dat het gewenst is of een onbalans.

## Er zijn diverse vormen van onbalans

Ongeacht het ras zijn er ook vele vormen. Ik heb ze even op een rij gezet voor je. De meest voorkomende benamingen met uitleg



BALANS





**Herken jij al een paar vormen van onbalans bij jouw paard?**

## ROLLING

Het paard zal in zijn gang een extra galophuppel (vaak rolt de voorhand) maken om bijv het tempo bij te houden. Het voelt ook alsof het paard naar galop wil gaan maar toch in zijn gang blijft. Het paard rolt als het ware in deze gang.

## WISSELEN (VAN GANG)

Wanneer het paard in gang loopt kan het wisselen (een hups) naar een laterale of diagonale beweging (telgang of draf) Of alles tussen telgang en laterale viertakt bijv. Het wisselen is typerend doordat er vaak de achterhand in de lucht gegooid wordt.

## TRIBOLIEREN

Een achterbeen blijven in de lucht. Het paard komt niet helemaal uit met de voetvolgorde



## DRIBBELEN - EILEN

Het paard is haastig. Maakt korte en snelle passen

## DRAVERIG - ZACKELN

De voetvolgorde van de passen gaan richting draf in staptempo

## ZICH VERBERGEN

De hoofdlijn komt achter de loodlijn bij het teugel aannemen. Alsof het paard zich verstoopt

## HOOFD SCHUDDEN

Zodra de ruiter de teugel aanneemt begint het paard met het hoofd te schudden





**Herken jij al een paar vormen van onbalans bij jouw paard?**

## TEUGELONBALANS - TEUGELKREUPELHEID

Het ene achterbeen treed verder onder dan de andere. Zo maakt hij links een kortere pas dan rechts (of andersom)

## SLOFFEN

Het paard loopt niet energetisch, slentert

## STRUIKELEN

slentert, valt, struikelt.

## AANTIKKEN VAN HOEVEN


De achterhoeven tikken tegen de voorhoeven aan

Na onbalans komt balans!

# ONBALANS ZORGT VOOR GROEI

JE KUNT ER IETS AAN DOEN

CONNECTING GAITS



Na onbalans  
komt balans

## Onbalans zorgt voor groei

Dit is gek eigenlijk he? Als jij een aantal vormen hebt ontdekt (die bij jouw paard passen) dan kan je gerichter gaan trainen en/of gerichte begeleiding zoeken.

Als jouw paard in de tussenfases juist allerlei onbalans laat zien, wordt ik vrolijk! Je paard probeert te veranderen. Te zoeken naar een manier wat wél heel fijn loopt. Heerlijk idee toch!

CONNECTING GAITS

# Hey! Ik ben Temba

Gangenpaardentrainer en -instructeur

- ☾ Gedreven door passie
- ☾ Moeder van 2 meiden
- ☾ Natuurliefhebber
- ☾ Dol op Darkchocolade en Rooibos thee



TEMBA  
BURRILL

# En nu?

Weet je nog niet wat je gaat doen?  
Dat is niet gek. Ga rustig verkenne  
wat er aan mogelijkheden zijn.

## HULP NODIG?

Ik help je met bepalen welk  
product het beste aansluit bij  
jouw kennis en/of ervaringen.  
Plan een gratis inspiratiesessie bij  
me en dan denk ik graag met jou  
mee. Stuur mij even een mail naar  
[temba@connecting-gaits.nl](mailto:temba@connecting-gaits.nl)

