**ZÁKLADNÍ POMŮCKY JEZDCE NA KONĚ**

**Krokem vchod, ze zastavení**

* Zasednu
* Zmáčknu oběma holeněmi a držím 2s
* NEREAGUJE: přikopnu, domáčknu, držím 2s
* Jakmile se kůň rozejde pobízím střídavě holeněmi, pravá/levá
* Když je pravá noha koně vpředu, pobízí pravá holeň na podbřišníku a pak opačně

**Pomůcky na kruh a na zahnutí**

* Váha na vnitřní sedací kost = prošláplá pata
* Ramena natočím dovnitř do kruhu
* Vnitřní holeň pobízí do napnuté venkovní otěže. Venkovní ruka nepovoluje.
* Venkovní holeň se posune za podbřišník a tlačí, ohýbá koni záď.
* Dívám se mezi uši koně
* Vnitřní otěž koně přistavuje, popřípadě si pohrává, otěž je napnutá
* Nepředkláním se!

**Zastavit stát**

* Zasednu
* Zpevním záda, břicho a sed
* Zmáčknu koně koleny a holeněmi, paty prošláplé
* Nakonec přijde zádrž rukou
* Nepředkláním se!
* Jakmile kůň stojí ruka a holeň povolí.

**Pomůcky na naklusání**

* Zasednu, sedím na zadku
* Zmáčknu oběma holeněmi na podbřišníku, domáčknu, držím 2-3s
* NEREAGUJE: Přikopnu, domáčknu, držím 2-3s
* NEREAGUJE: Tušírka/bič na plec, čí za nohu (Ne přes zadek, nebo do třísla!!!)  
   Opět musí přijít pobídka – zmáčknu, domáčknu, držím 2-3s
* V klusu pobízím, když dosednu, není to přikopávání, ale plynulý pohyb holení ke koni až do zmáčknutí.

**Zpomalení**

* Zasednu
* Zpevním sed
* Zmáčknu koně koleny, ale holeně stále musí pobízet!
* Bez zádrže ruky, pokud NEREAGUJE - přijde zádrž rukou.
* Nepředkláním se!

**Zkrácení koně**

* Zasednu
* Zpevním sed
* Zmáčknu koně koleny, ale holeně stále musí pobízet!
* Přijde zádrž rukou! Napnutá otěž, může pohrát pravá/levá
* Nepředkláním se! Pata dole.

**Zrychlení/vyšlápnutí**

* Pobídky, které dávám v kroku/klusu/cvalu zvýrazním a prodloužím čas působení tlaku
* Paty dole!
* Otež, mohu lehce nabídnout, povolením sevření malíčků a prsteníčků.
* Otěže, ale musí zůstat napnuté!

**ČASTÉ CHYBY:**

* **NEZNALOST POMŮCEK!!**
* Okopávání koně, nepřijde domáčknutí
* Předklánění se
* Povolená/prověšená otěž
* Neklidná ruka, škubání koni v hubě
* Paty nahoře
* Nohy jinde, než by měly být (často obě moc vzadu)
* Váha mimo
* Trestání koně, bez následující správné pomůcky
* Povolená venkovní otěž. Tahání pouze za vnitřní otěž
* Pobízení mimo rytmus
* Nepřistavený kůň v rohu/na kruhu, „čumí ven.“