



Charlotte Dujardin på Springbank II VH, vinnare av Breeders Trophy för 4-åriga dressyrhästar, Flyinge 2018. Foto: Pressbild Breeders Trophy.

# Den 4-åriga Dressyrhästen

KAMPEN MELLAN TÄVLINGSBANAN OCH ATT BARA FÅ VARA UNGHÄST

*Lena From*

Fördjupningsarbete i B-tränarkurs 2018-19  
Handledare: Eva-Karin Oscarsson

Datum  
2019-03-02



Fruktstund för 4-åringarna Joost & Joep. Foto: Privat.

# INNEHÅLL

INLEDNING .....	3
Syfte .....	4
Frågeställning .....	4
MATERIAL OCH METODER .....	5
RESULTAT .....	5
DISKUSSION .....	10
SLUTSATS .....	12
REFERENSER .....	13



Hästarna på Skantefjäll ute i snön. Foto: Privat.

## INLEDNING

Den 4-åriga dressyrhästen har idag fler tävlingstillfällen, framförallt i form av olika championat. Antalet kvaltävlingar till de olika championaten är obegränsade. Tidigare fanns det kvalitetstävling med regionala kval samt riksfinal på Flyinge i de olika disciplinerna. Det var en tävling med bedömning i olika delmoment såsom exteriör, gångarter för hand, veterinär, löshoppning och gångarter och hoppning under ryttare, framförallt skapad för att främja aveln. Mellan 1973 och år 2000 deltog över 16 000 hästar i denna tävlingsform.<sup>i</sup> Kvalitetsbedömning av 4-åriga hästar var till just för att bedöma hästens kvaliteter vid den tidpunkten, och därigenom blev den ett redskap i den fortsatta träningen och avelsvärdering. Kvalitetsbedömningen var inte en tävling för den unga hästen med risk för överträning.



I samma skede som tävlingschampionaten sker behöver den unga hästen stärkas både fysiskt och mentalt genom träning, då andning, cirkulation, skelett och muskler behöver belastas. Detta görs genom att gradvis öka belastningen vilket gör hästen stark och i kondition. Maxkapaciteten hos unghästen visas tidigt i livet, då hjärta och lungor svarar snabbt på träning. Då fysisk aktivitet är viktigt för ett starkt skelett, bör man påbörja träningen innan hästen växt färdigt. Vid 4-års ålder är mankhöjden skelettmässigt färdig, medan ryggkotpelaren är klar vid ca 6 års ålder.

Gällande hästen anatomi finns det en önskan hos Försäkringsbolaget Agria om att öka välfärden hos våra hästar och stoppa hältan, då den står för 50 procent av alla skador på hästen enligt Agrias statistik. Därför har Agria startat kunskapsprojektet #stoppahältan.<sup>ii</sup> Agria menar att många ryttare mitt uppe i tävlingssäsongen känner press att kvala till rätt tävlingar. På Agria ser de att kraven ökar på hästarna och istället för att skynda långsamt för en hållbar, långsiktig grund.

Det finns dessutom en oro i luften och det skrivs allt oftare på sociala medier, både av amatörer och av professionella ryttare och tränare, att de unga hästarna tränas och drivs fram för snabbt och för hårt. Det uppkommer dessutom oftare i artiklar och debatter åsikter från olika djurrättsorganisationer som inte vill att hästar skall användas i tävlingssyfte.<sup>ix</sup>



Med ovannämnt som grund vill denna rapport fördjupa sig i den 4-åriga hästens situation när antalet tävlingar har ökat. Hur påverkar förberedelsen och tävlandet den 4-åriga hästens hållbarhet?

### **Syfte**

Syftet med denna undersökning är att väcka medvetenheten och kunskapen om den 4-åriga hästens hållbarhet inför det utökade tävlingsutbudet som uppkommit.

### **Frågeställning**

Hur påverkar tävlandet och hästhållningen den 4-åriga hästens hållbarhet? Är det ett steg i rätt riktning med fler, och mer specialiserade tävlingar för 4-åriga hästar?



4-åringarna Joost & Joep i gräshagen. Foto: Privat.

## MATERIAL OCH METODER

Ingående material består av artiklar samt inhämtad information från internet.

Besök har genomförts på föreläsningar med några av de mest framgångsrika ryttarna i världen, samt studiebesök på Falsterbo unghästtävlingar, Breeders Trophy på Flyinge samt Elmia har genomförts. Dessutom har skribenten intervjuat erfarna tränare samt tagit med sig egna erfarenheter från 20 års utbildning av unga hästar från 2 års ålder upp till Grand Prix.

Metoden för att besvara frågeställningen har skett genom att en fördjupning gjorts i det nya dressyrprogrammet för 4-åriga hästar som togs fram 2008. En jämförelse har även utförts på hur kval genomförts under perioden mars till september på Svenska ridsportförbundets tävlingar, SWBs unghästtester. Diskussioner om unga hästars utbildning och tävlande har genomförts med erfarna tränare.



Baltzar på Kvalitetstävlan, Halmstad 2003. Foto: Privat.

## RESULTAT

Unghästbedömningen har ett mycket stort värde i svenskt avelsarbete. Av de hästar som varit framgångsrika som tre, fyra och femåringar är det många som nått hela vägen till Grand Prix.

En unghäst kan komma efter i sin utbildning, bland annat på grund av bristfälliga förhållanden vid uppväxten, fel foder, nervöst temperament, brist på tillit eller ohälsa. I unga år (0–2 år) bygger hästen upp sin fysik. Under denna period bör hästen vistas mycket ute, gärna dygnet runt om vädret tillåter, på stora ytor och gärna i kuperad terräng, tillsammans med andra hästar. Detta för att bygga upp och stärka leder, ligament och skelett. Brosket bildas endast upp till 2 års ålder, därefter avstannar den tillväxten.

Hos Patrik och Malin, som är professionella ryttare får hästarna gå ute i hagar och röra sig naturligt och vara just ”hästar”.<sup>iii</sup> Alla deras tävlingshästar går ute i hagar. Carl Hester som också är en professionell ryttare utbildar sina fyraåringar genom 20 minuters ridpass per dag. Alla går ute dygnet runt i ”flock”, tas in på morgonen och rids och släpps därefter ut i hagen. De är redan rastade och också mer avspända innan de rids i jämförelse med om de hade stått i sin box.

Om hästen ska börja tränas grenspecifikt för att förberedas inför tävling måste den vara konditionerad för den typ av arbete den skall utföra. Viktiga faktorer för att få en hållbar häst är att träna hästen utifrån dess förutsättningar, skynda långsamt, variera träningen, underlaget och intensiteten. Patrik Kittel och hans beridare, tävlingsryttare Malin Wahlkamp Nilsson, anser att många unghästar ”hetsas” för mycket på grund av alla unghästtävlingar.<sup>iii</sup> I Holland till exempel måste unghästarna genomgå fyra kval och två större tävlingar för att kunna kvala till unghäst-VM (utöver vanliga tävlingar som de också deltar i). Detta blir ibland för mycket och efter ett tag har de fått nog och vill inte mer.



Baltzar hemma på travbanan,  
Skantefjäll 2003. Foto: Privat.

Carl Hester höll clinic på Strömsholm i oktober 2018 där fokuset var unga hästar samt unga ryttare.<sup>iv</sup> Han menar att championaten inte är ett självändamål, hästen måste vara mogen för det, annars får den vänta tills den är det. Långsiktiga målet är Grand Prix, så ingen ”brådska” uttrycker han.

För att förbereda den 4-åriga hästen mentalt kan det vara bra att låta den börja åka transport och vistas i olika miljöer. Carl anser det är viktigt att tidigt ge unghästen trygghet och rutin, för att därefter utvidga sin hemmiljö. När unghästen lugn i ridhuset under ryttare rids den ut i sällskap av äldre trygga hästar. Därefter kan det vara bra att den unga hästen får åka med till andra anläggningar, tävlingsplatser mm.





4-åringar på sommarbete. Skantefjäll, juli 2018.  
Foto: Privat.

En grundförutsättning är att hästen inte är byggd för att bära ryttare. Nedan presenteras bra övningar och viktiga byggstenar att ha med sig när ryttaren tränar sin unghäst för att öka hästens hållbarhet.

- Galopparbete är att föredra innan du travarbetar då hästen är mer genom kroppen och avspänd, traven blir sällan bättre av att du ”travar mer”.<sup>iv</sup>
- Vid uppvärmning samt stretching, minst 10–15 min, ska fokuset ligga på att få en fysiskt och psykiskt avspänd häst. Hästen ska bli mer elastisk, avspänd och i balans. Målet är att ha hästen lika avspänd i början av passet som i slutet.
- Det är ett bra facit om du kan växla med lätttridning på lång tygel när som helst i passet. Viktigt är att hästen vilar på bettet och att den söker en jämn kontakt. Många skrittpauser är bra om hästen vill bli kort, krullig i halsen, då får den lära sig att sträcka fram nosen. Undersidan bör se ut som ett U, då kan den gå framåt utan att öka tempot. Vid stretching blir halsmuskeln mjuk och ”fladdrar” i hästens steg.
- Balansen kommer först och därefter framåtbjudningen. För att rida hästen där den är i balans, är övergångar ett bra hjälpmedel för att öva balansen. 60–70 st. övergångar per pass rekommenderas. Rid inte för fort, då hamnar

hästen ur balans. Rid istället långsamt tills du har balans, då kommer framåtbjudningen.

- Lär hästen att gå i kontakt med självbärighet. Tänk framåt med handen, håll handen framför sadeln. Halvhalt, skall vara under ett steg och i rörelse framåt, då du samlar upp den framåt drivande energin.



Baltzar och Donner Kaiser på tävling i Lidköping, april 2007. Foto: Privat.

Att ha tålamod är en viktig byggsten. Vänta på din häst, var konsekvent för att befästa rätt gensvar. Det kan ta månader att få en häst lösgjord. Charlotte Dujardin uppmanar att man dels stretchar den unga hästen i slutet på arbetspasset (som tidigare nämnts) samt att man skall ta rösten till hjälp, även när du tävlar. <sup>v</sup> För unga hästar hjälper det till att få en reaktion. Charlotte Dujardin poängterade att det är även viktigt att den unga hästen går utan spö - hästen måste ta din skänkel.

Hästens temperament och ridbarhet har blivit extra viktiga aspekter att lyfta upp gällande förberedelse för tävling. Patrik Kittel säger att nu söker ryttarna snälla, heta hästar och tror att det i framtiden blir allt viktigare med hästens temperament. <sup>iii</sup> De måste tycka det är roligt att arbeta, vara ambitiösa, ha en ärlig bjudning, men samtidigt tåla en publik som är lite ”levande”. Charlotte var testryttare vid Breeders Trophy 2018, där hon gav en 10: a i ridbarhet till den svenskfödde godkände hingsten Springbank II VH. <sup>v</sup> Hon ansåg att hästen hade alla de kvaliteter som

krävs för att nå den absoluta toppen. Charlotte själv föredrar hästar som är framåt, lata hästar kan få bli polishästar. Hon föredrar ston och valacker eftersom de har lättare att koncentrera sig på jobbet på banan. Charlotte Dujardin uttrycker sig att ”Det är ändå alltid vi tränare/ryttare som bär ansvaret att avgöra vad som är det bästa hästen kan göra just nu”.

Görel Nyman, professor SLU och veterinär ser inga problem att tävla den unga hästen, så länge vi brukar hästen utan att förbruka den.<sup>vi</sup> Det är viktigt att hästen skall hålla både psykiskt och fysiskt. Även veterinär Karl-Henrik Heimdahl anser att hästarna inte får den tid de behöver, oavsett om det handlar om att läka en skada eller att bygga upp och utveckla styrka och kapacitet.



Gemensam utfodring. Skantefjäll, september 2018. Foto: Privat.

## DISKUSSION

Grundarbetet är viktigt för en hållbar utveckling för den 4-åriga hästen. Då hästar inte alltid betar sig som det står i böckerna, och då de inte heller talar om hur man gör bör man ta del av andra framgångsrika erfarna ryttares system för att fylla på sin egen verktyglåda.

Ämnet som försäkringsbolaget Agria lyfter upp gällande att många ryttare är mitt uppe i tävlingssäsongen och känner press att kvala till rätt tävlingar stämmer överens med Patrik Kittel och Malin Wahlkamp Nilsson uttalande om att den anser ”att många unghästar ”hetsas” för mycket på grund av alla unghästtävlingar”. Vart kommer pressen/hetsen ifrån? Är det vinstintresset i ridsporten från uppfödare, hästförmedlare, tränare, sponsorer, ägare med mera



som trycker på detta? Pressen att ständigt kvala till rätt tävlingar leder till att hästens välbefinnande kommer oftast i andra hand. Den unga hästen hinner inte växa, stärkas och utvecklas i lagom takt genom omväxlande arbete som bland annat Patrick Kittel och Carl Hester lyfter upp.<sup>iii iv</sup> Istället får den för lite vila och för lite hagvistelse. Resultatet av detta leder till att uttrycket ”hästen har gått in i väggen”, ”hästen är utbränd” eller den har ridits ”ända in i kaklet” används. Dessa tre uttryck används även om det pratas om en människa som arbetar eller tränat för mycket. Förutsättningarna att hamna i den sitsen kan inte skilja så mycket mellan oss och hästen?



Baltzar, Falsterbo Scandinavian Open för 6-åringar 2005. Foto: Privat.

Kunskapsprojektet #stopphältan, som Agria startade är ett bra initiativ.<sup>ii</sup> Men vad händer då, när hästen får en ledinflammation och skulle behöva vila från arbete några veckor? Hur hanteras den situationen när tävlingskalendern är planerad? Vem eller vilka bär ansvaret för hästen? När är hästen i tävlingsmässigt skick?

Det finns en poäng i det som djurrättsorganisationer trycker på att hästar inte borde användas i tävlingsyfte. Då våra hästar faktiskt inte har valt att bli tävlingshästar, eller överhuvudtaget bära ryttare.<sup>x</sup> Därför bör ödmjukhet och kunskap vara i fokus inför detta fantastiska djur. Om hästen ställer upp på människans alla olika påfund om vad vi vill att den skall utföra så bör den ju också i första hand få vara just häst under tävlingssäsongen.

Görel Nymans uttalande om att hon inte ser några problem att tävla den unga hästen, så länge vi brukar hästen utan att förbruka är ett sunt uttryck som förmedlar att vikten av vila efter hård ansträngning inte kan överskattas.<sup>vi</sup> Även veterinären Karl-Henrik Heimdahls uttalande om att han anser att hästen inte får



den tid den behöver, oavsett om det handlar om att läka en skada eller att bygga upp och utveckla styrka och kapacitet är också värt att ta i beaktande.<sup>vii</sup> Stress medför på-sikt givetvis sämre hållbarhet.

Lisa Lidbäck, landslagsveterinär – fälttävlan föreläste om hästens välbefinnande.<sup>xi</sup> Vila och återhämtning var i fokus, där balansen mellan träning och vila är viktig för hästens hållbarhet. Hon menar att om detta uppnås, med kortare och längre viloperioder, blir det färre förslitningsskador och då behövs inte jag som veterinär.

Vid utbildning av den 4-åriga hästen krävs det bra övningar och viktigt byggstenar för att öka hästens hållbarhet. Fyraåringens dressyrprogram är utformade med nedsittning i trav, kanske lätttridning vore ett mer hästvänligt alternativ?

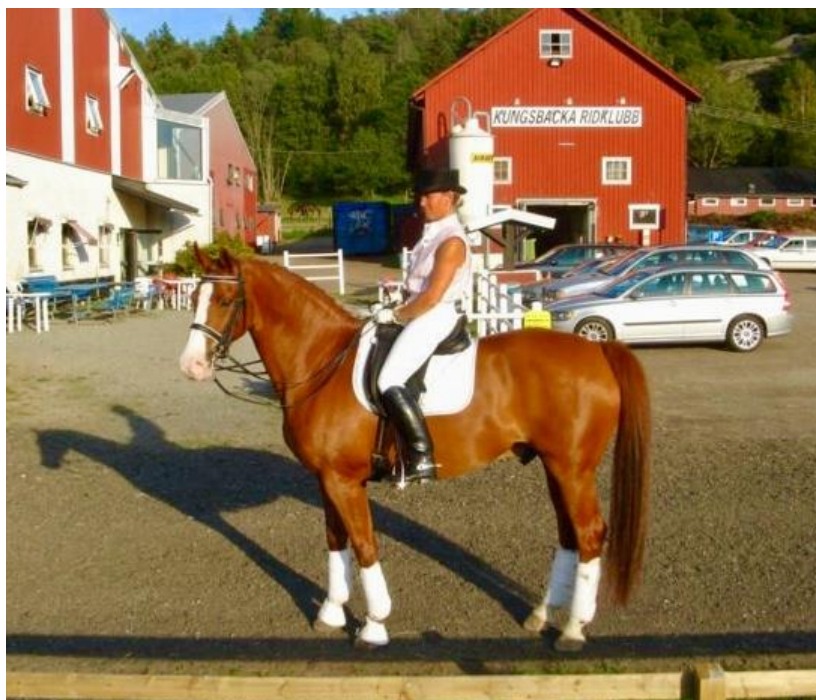
Åsikter har framförts på sociala medier om att det i framtiden inte är självklart att vi får använda hästen i tävlings syfte, därför bör vi ställa oss frågan om det är acceptabelt att vi börjar tävla våra dressyrhästar i allt lägre ålder?



Joost f.2014 & Jamaro f.2008. Jamaro får vara läromästare för unghästen. Foto: Privat.

Med Championat enligt dagens modell blir det lätt en uppvisningsform istället för en uppbyggnadsform. Det visas ofta filmer på Instagram och Facebook med kända ryttare på talangfulla hästar som ofta går i en uppvisningsform och rör sig maximalt. Är det så vi vill att den unga hästen skall visas – innan den är färdigväxt och mentalt redo? Det kan lätt bli en förebild för hur hästar i den åldern skall gå. De professionella ryttarna bör fundera på vilka signaler detta ger. Uttrycket ” Barn gör inte som vi säger utan som vi gör” återspeglar den stora massan av såväl vuxna som barn. Detta lägger ett extra ansvar på våra förebilder i hästvärlden att leva som de lär gällande tävling- och hästhållning av unghästar. En oerfaren, mindre rutinerad ryttare kan försöka göra likadant som dessa förebilder oavsett om hästen eller dess ryttare är redo.

Det finns mycket kunskap att hämta och troligtvis är de allra flesta som är erfarna rörande överens om hur en 4-åring bör utbildas och växas upp. Den rätta och viktiga kunskapen behöver dock marknadsföras mer på sociala medier så fler får ta del av det.



Baltzar, Kungsbacka RK 2006. Foto: Privat.

## **SLUTSATS**

Om slutmålet är Grand Prix bör unghästchampionatet finnas och vara ett delmål för de hästar som är redo för uppgiften. En 4-årig häst som god fysik och bra psyke kan mycket väl delta i tävlingar/championat om hästen trivs med arbetet. Det är dock viktigt med en jämn och kontinuerlig belastning där tidig anpassning till framtida arbete anses vara bäst för hästens hälsa och hållbarhet.

## REFERENSER

- <sup>i</sup> Åsa Gelinder, Emma Thorén, Elisabeth Olsson & Jan Philipsson. Inst. för husdjursgenetik, SLU: *Unghästbedömningars värde för prestation och hållbarhet* [http://www.vaxteko.nu/html/sll/stiftelsen\\_lantbruksforskning/rapport\\_slf/RSLF66/RSLF66AT.PDF](http://www.vaxteko.nu/html/sll/stiftelsen_lantbruksforskning/rapport_slf/RSLF66/RSLF66AT.PDF)
- <sup>ii</sup> Agria Djurförsäkring: *#stoppahältan* <https://www.agria.se/hast/stoppahaltan/>
- <sup>iii</sup> Tidningen Ridsport: *Framtidens dressyrhäst: Det här tror avelsprofilerna på* <https://www.tidningenridsport.se/framtidens-dressyrhast-det-har-tror-avelprofilerna-pa/>  
Även publicerad i pappersupplagan 2018-11-28.
- <sup>iv</sup> Redaktion, Hippson: *Balans är Carl Hesters mantra: "Du förbättrar inte traven genom att trava, trava, trava"* <https://www.hippson.se/artikelarkivet/dressyr/balans-ar-carl-hesters-mantra-du.htm>
- <sup>v</sup> Frida Bank, Hippson: *Charlotte Dujardin: "Repetition utvecklar en häst – inte att skälla på den"* <https://www.hippson.se/artikelarkivet/dressyr/charlotte-dujardin-repetition-utvecklar-en-hast.htm>
- <sup>vi</sup> Görel Nyman, Professor, SLU: *Ridsport på hästens villkor* Föreläsning, Strömsholm: 2018-11-07
- <sup>vii</sup> Agria Djurförsäkring: *Skynda långsamt för en hållbar häst* <https://www.agria.se/hast/artiklar/aktivering-och-traning/skynda-langsamt-for-en-hallbar-hast/>
- <sup>ix</sup> Carina Sundström, Krönika, Hippson: *"Vi måste börja ta kritiken mot hästsporten på allvar"* <https://www.hippson.se/artikelarkivet/kronikor/kronika-vi-maste-borja-ta-kritiken.htm>
- <sup>x</sup> Natalie Lindholm, Hippson: *Sophie Lindström: "Det är inte de som väljer livet som tävlingshästar"* <https://www.hippson.se/artikelarkivet/dressyr/sophie-lindstrom-det-ar-inte-de.htm>
- <sup>xi</sup> Lisa Lidbäck, landslagsveterinär fälttävlan: *Hästens hållbarhet och välbefinnande* Tränarkonvent 2018-03-04



Foto: Privat.