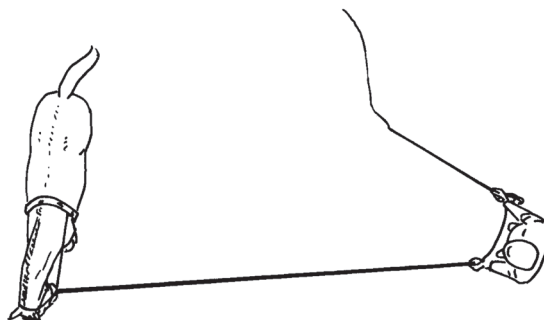


Linlöpning och tömkörning

Linlöpning och tömkörning är ett komplement till ridning. Men för att det ska vara uppbyggande för hästen och utföras på ett korrekt sätt, utan skaderisker, måste du ha kunskap om hur du ska longera.

Du bör longera inomhus eller på en inhägnad bana med halkfritt underlag. Helst ska det bara vara du och hästen som vistats i ridhuset/på utebanan vid longering. Det är både störande och större säkerhetsrisk om fler ryttare longerar eller rider samtidigt. Du longerar hästen i träns, inte i gramma och hästen bör alltid vara lätt inspänd.



Longerlinan ska vara av ett mjukt naturmaterial och inte av nylon. Du bör ha handskar, kraftiga skor och hjälm på dig när du longerar. Hästen, du och piskan bildar en triangel om du longerar rätt. Du ska aldrig lägga piskan på marken utan håll den i handen. Du ska ha full uppsikt över hästen när du longerar den. Har du aldrig longerat en häst, be om hjälp av en kunnig person de första gångerna så att både du och hästen lär er det rätta sättet att longera.

Tömkörning

Många av de tips du fick i longeringstycket gäller även vid tömkörning. Vet du inte hur du ska göra, be en kunnig person om hjälp. Viktigt att tänka på vid tömkörning är att du har ett tillfredsställande säkerhetsavstånd från hästens bakdel. Tänk på att kraften i ditt tömtag när du står på marken blir mycket större än din inverkan med tygel när du sitter till häst.

