

# Hur långt är tre galoppsprång?

Vi är nog många som måste fråga tränaren om hjälp när vi ska bygga bana, hur långt ska det egentligen vara mellan hindren om det är tre galoppsprång? Med Häst & Ryttares guide i ridbyxans bakficka slipper du fråga varje gång. Tabellen kommer från boken "Strömsholmsmetoden".

## Avstånd mellan hinder

Obs! De här avstånden gäller om du hoppar i galopp på höjder i lätt klass. Om du hoppar lägre än så (en meter för stor häst, 90 cm för D-ponny, 80 cm för C-ponny, 70 cm för C-ponny och 60 cm för B-ponny) måste du i de flesta fall korta avstånden mellan hindren.

### 1 galoppsprång mellan hindren

<b>Stor häst</b>	6,50–7,00 meter
<b>D-ponny</b>	6,50–6,90 meter
<b>C-ponny</b>	5,90–6,30 meter
<b>B-ponny</b>	5,30–5,70 meter

### 2 galoppsprång mellan hindren

<b>Stor häst</b>	9,75–10,25 meter
<b>D-ponny</b>	9,50–9,90 meter
<b>C-ponny</b>	8,70–9,10 meter
<b>B-ponny</b>	7,80–8,20 meter

### 3 galoppsprång mellan hindren

<b>Stor häst</b>	13,50–14,00 meter
<b>D-ponny</b>	13,00–14,00 meter
<b>C-ponny</b>	12,00–13,00 meter
<b>B-ponny</b>	11,00–12,00 meter

### 4 galoppsprång mellan hindren

<b>Stor häst</b>	17,00–17,50 meter
<b>D-ponny</b>	16,25–17,25 meter
<b>C-ponny</b>	15,00–16,00 meter
<b>B-ponny</b>	13,75–14,75 meter

### 5 galoppsprång mellan hindren

<b>Stor häst</b>	20,50–21,00 meter
<b>D-ponny</b>	19,50–20,50 meter
<b>C-ponny</b>	18,00–19,00 meter
<b>B-ponny</b>	16,50–17,50 meter

### 6 galoppsprång mellan hindren

<b>Stor häst</b>	24,00–24,50 meter
<b>D-ponny</b>	22,75–23,75 meter
<b>C-ponny</b>	21,00–22,00 meter
<b>B-ponny</b>	19,25–20,25 meter

### 7 galoppsprång mellan hindren

<b>Stor häst</b>	27,50–28,00 meter
<b>D-ponny</b>	26,00–27,00 meter
<b>C-ponny</b>	24,00–25,00 meter
<b>B-ponny</b>	22,00–23,00 meter

## Avstånd mellan bommar

Obs! Om du har upphöjda bommar, till exempel på sockerbitens lägsta eller cavalettibockar, minska avståndet mellan bommarna med 10 cm. Gäller i både trav och galopp.

### Travbommar

<b>Stor häst</b>	1,10–1,30 meter
<b>D-ponny</b>	1,00–1,10 meter
<b>C-ponny</b>	0,90–1,00 meter
<b>B-ponny</b>	0,80–0,90 meter

### Galoppbommar

<b>Stor häst</b>	3,00–3,25 meter
<b>D-ponny</b>	2,75–3,00 meter
<b>C-ponny</b>	2,50–2,75 meter
<b>B-ponny</b>	2,25–2,50 meter

### Mellan travbom och hinder

<b>Stor häst</b>	Cirka 2,50 meter
<b>D-ponny</b>	2,30–2,40 meter
<b>C-ponny</b>	2,10–2,20 meter
<b>B-ponny</b>	1,90–2,00 meter

**Prata alltid med en tränare eller ridlärare om du känner dig osäker.**

## Visste du att?

Det finns mycket som påverkar hästens galopp. Skarpa svängar gör sprången kortare, liksom om du hoppar i ett litet ridhus. Ta hjälp av en tränare så att du får rätt avstånd för din häst och dina förhållanden.

## Visste du att?

Om du lägger galoppbommar mellan hinder är avståndet mellan hindret och den först bommen cirka 3,5 meter. De bommar som följer på den första bommen ska ha avstånd som i tabellen för avstånd mellan bommar.