

# **Bescherming van de paardenrug : maximum ruitergewicht !**

Op onze manège hebben we een aantal geweldige manègepaarden en –pony's.

We doen er alles aan om ze blij, gezond en in balans te houden.

Ook dankzij jullie, ruiters, worden onze paarden fijn en lief behandeld (denk maar aan de vele knuffels en poetsbeurten bijvoorbeeld ...)

Waar echter niet iedereen bij stilstaat is dat ons gewicht als ruiter ook een direct gevolg heeft op het welzijn van deze paarden en pony's. Dankzij correcte training en een goede verzorging kunnen ze gelukkig best veel verdragen en zijn ze sterk, maar daar zit een grens aan.



Op basis van onze praktijkervaring (wat de paarden laten zien in gedrag en beweging voor, tijdens en na de les) gecombineerd met wetenschappelijke studies hebben we besloten te gaan werken met **een maximum ruitergewicht**.

We zijn er ons van bewust dat dit een gevoelig onderwerp is, daarom geven we een stukje achtergrondinformatie :

Een paard is in eerste instantie geen lastdier. De paardenrug kan gemiddeld ongeveer 15% van zijn eigen gewicht dragen. Door het gewicht van de ruiter ontstaat een kracht die naar beneden werkt. Je kan de rug van het paard vergelijken met een soort touwbrug waarop we zitten. Een paard is dit in de natuur niet gewend en het moet getraind zijn om die neerwaartse druk op zijn wervelkolom om te kunnen zetten naar opwaartse druk. Een brug heeft namelijk de meeste draagkracht als hij omhoog gebogen is. Datzelfde geldt dus ook voor de paardenrug. Het paard moet jouw gewicht opwaarts kunnen duwen om jou te kunnen dragen zonder nadelige gevolgen voor zijn lichaam. Het maakt daarbij geen verschil of het gaat om een recreatiepaard, manègepaard of een wedstrijdpaard.

Naast de draagkracht van het paard is een nog belangrijkere rol weggelegd voor de ruiter.

Een gevorderde ruiter die mee zit met de beweging van het paard, belast de paardenrug veel minder dan de onervaren ruiter die de bewegingen van het paard niet kan volgen en dus te laat, te vroeg, te hard of verkeerd in het zadel landt.

Gewicht is natuurlijk een gevoelig onderwerp.

Toch vragen we iedereen zich bewust te zijn over de combinatie ruitergewicht en belasting van de paardenrug. Van de paarden en pony's wordt verwacht dat ze iedereen plezier laten beleven tijdens het rijden, van de ruiter wordt verwacht het als zijn verantwoording te zien zichzelf als sporter te beschouwen.

Als voorbeeld : voor een paard als Mauritz betekent dit gemiddeld 85 kg maximum. Maar let op : dit is niet alleen het gewicht van de ruiter. Hierbij komt nog het zadel met alles erop en eraan, plus de uitrusting van de ruiter, met andere woorden al gauw 7 kg extra.

Een hoog vetpercentage werkt extra nadelig : spieren kun je controleren, vetmassa komt altijd achter de beweging aan.

**Overmatig ruitergewicht kan ernstige rugproblemen veroorzaken bij paarden.**

**In functie van het welzijn van onze paarden hanteren we een maximum gewicht van 85 kg bij volwassenen, dit afhankelijk van het paard dat ter beschikking is (ieder paard heeft zijn gewichtslimiet).**

**Een blij en gezond paard = een goede relatie tussen paard en ruiter op lange termijn !**

