



# Ezt még rosszul csinálni is nagyon nehéz

## AVAGY HOGYAN LEGYEK DÍJLOVAS?

A lovas életét teszi értelmessé, eredményessé a ló által az, aki jól választ szakágat – e mottó szellemében ezúttal a díjlovaglás világát szeretnénk közelebb hozni az érdeklődőkhöz a Pegazus szakágajánló sorozatában.

### **Mennyi idősen érdemes bekezdeni, s mennyi ideig lehet űzni ezt a sportot?**

Mindennemű szakirányválasztást előzőn meg átfogó és sokoldalú általános elméleti és gyakorlati képzés! A gyermekek lóhoz való szoktatása már kisgyermek korban elkezdődhet, de ez az időszak nem tévesztendő össze a lovasképzéssel. Az általános alapképzés kezdési időpontját 8 éves kortól ajánlom, mert akkor már a kis lovas értelmileg és fizikailag alkalmas az információk megértésére, értelmezésére és végrehajtására. Amennyiben a távlati cél a versenysport, akkor a képzést mindenféleképpen 14 éves kor előtt el kell kezdeni, mert a lo-

vaglásban oly fontos ügyesség, mint velünk született képesség 14 éves korig fejleszhető, utána már nem! A lovaglás művelésének időtartama nem korhoz kötött, annak határa csakis a lovas döntésétől függ, bár természetesen a túl-ig életkort befolyásolják a biológiai határok. Minden ezzel kapcsolatos elmékedést felülírnak a tények. Életkorban – és most csak kizárólag a három olimpiai szakág vonatkozásában az élsportot tekintve – utolérhetetlenül a lovasok a korelnökök! **Milyen előképzettség szükséges hozzá?**

A szakági specializálódás előfeltétele az alapos, mindenre kiterjedő alapképzés, amely elméleti és gyakorlati részből áll.

Elméleti: a lovas rendelkezzen a naprakész információk özönével a ló természetrajzáról, viselkedéséről (etológia), anatómiájáról, étletéről, idegrendszeri típusba tartozásáról; továbbá az edzéselméleti és módszertani szakmai irányokról, és tartsa szükségesnek a társtudományok, például a pedagógia, a menedzsment és a pszichológia fontosságát is.

Gyakorlati: a szakirányválasztás előfeltétele a makulátlan bázismunka! Aminek nincs időtartama és meghatározó prioritási pontja, az a helyes ülés elsajátítása. Csakis annak a lovasnak van lehetősége magas szintű, harmonikus együttműködést kialakítani lovával, aki helyesen tud ülni.

A korrekt ülés jellemzője: a lovas egyensúlyban, zártan, rugalmasan, alkatának megfelelő esztétikummal, és az ülésétől független kézzel tud elhelyezkedni a lóban! Nem ajánlom, sőt kifejezetten elharmarkodott, helytelen döntésnek tartom, hogy a lovas a lovaglás kezdeti stádiumától már specializálódik. Az a lovas tudja igazán megmutatni a vele született képességeit, aki a többi szakág gyakorlati kihívásainak is könnyedén eleget tud tenni. Leegyszerűsítve, csak kengyelhossz kérdése, hogy a lovas idomít, ugrat vagy terepen lovagol. Aki erre nem képes, óvatos legyen a sportcélok megjelölésében! A helyes ülés elsajátítását azért tartom a lovaglástanulás legfontosabb elemének, mert csak ebben a pozícióban érzékeli a lovas a ló mozgásának ütemét, és a ló csakis a megfelelő előkészítés után, az ütemben adott segítségadási jelre tud reagálni. A korrekt ülés elsajátítása időhatárokat nem ismerő készségfejlesztő feladat, amely általában tökéletesíthető és javítható.

### **Milyen kilátásaik vannak a versenyzőknek, milyen szintre mennyi idő alatt tudnak felfejlődni?**

Minden ló és lovas egyéni adottságokkal születik a versenysportra. Az élsportra a művelők csak elenyésző százaléka alkalmas a világ összes sportága vonatkozásában és ez tény, így kell elfogadni. A sikerélmény azonban relatív, mert aki a maga elé támasztott reális célt eléri önmaga legyőzése által, az boldog bajnoknak érezheti magát!

Hogy ki milyen szintet célozhat meg, illetve mennyi idő alatt juthat oda, azt befolyásolja a vele született tehetség, a vele született és a tanulással szerzett intelligencia, a koncentrált szorgalom, a motiváltság, a türelem és az alázat; továbbá, hogy van-e a szakmai célra alkalmas kiváló karakterű, egészségű és adottságú lova.

A ló a legjobb tanítómester, aki adott határon belül sok mindenben segíti a lovasát, kompenzál, de ezzel a jószágával ne éljünk vissza. Az edzéseken tartsuk be az oly fontos fokozatosság elvét, és ne felekedzünk el az edzésméret és edzésmódszertan napi edzésekre vonatkozó intelmeiről: a rendszeresség, a tudatosság, a tervszerűség és a következetesség szigorú betartásáról!

Az eddig leírtakból egyértelműen következik, hogy valamilyen szintre való felfejlődés kizárólagosan egyed- (ló) és egyén- (lovas) függő.

### **Mennyi elfoglaltsággal jár ez a sport heti, havi szinten?**

A sportcélú lovaglást csakis a lovaglás minél gyakoribb művelése által lehet elsajátítani. Ez a sportszakmai tétel minden technikai sportágra érvényes. Minél többször van átélésünk, érzékelésünk, értékelésünk egy adott mozdulatról, mozgássorról, feladatról, annál biztosabban magasabb



FOTÓ: SOMOGYVÁRI ANETT

színvonalon, készségszinten jutunk el a kijelölt cél megvalósításához. Az élsport vonatkozásában a ráfordított idő egész napon át hivatásként folytatott tevékenység, amely órában kifejezve átlag 6-8 óra. Amatőr lovasok vonatkozásában a polgári tevékenységtől – tanuló vagy dolgozó – függően heti 4-5 alkalommal kalkulálhatunk, az óraszám a lovak számának függvénye.

### **Hol „kopogtathat”, aki el szeretné kezdeni?**

Lovaságazatunk – mind infrastrukturálisan, mind a művelők számát tekintve – folyamatosan és intenzíven fejlődik. Az, hogy a lovagolni vágyó „hol kopogtathat”, az kizárólag az egyén döntési kompetenciájába tartozik! A döntést megkönnyíti az a tény, ha a lovagolni vágyónak tiszta elképzelése van arról, hogy voltaképpen milyen aspektusból szeretne elkezdni lovagolni vagy versenyezni. Az eljárás hasonló a tanulók iskolaválasztásához. A diák oda iratkozik

be vagy felvételizik, amely iskola a lakóhelyéhez a legközelebb esik és a minősítése, híre az országos besorolásban számára kedvezőbb, megnyerőbb. Ajánlom, hogy csakis a lovas válasszon lovardát és edzőt, és ne a megélhetési szándékkal egymás ellen konkuráló „edzők” csábítgassák egymástól a lovasokat. Azt az edzőt válassza a lovas, akit hitelesnek tekint, és akitől reméli sportcéljainak megvalósulását.

### **Milyen befektetéssel jár elkezdni ezt a sportot, milyen felszerelésre lesz szükség?**

A lovaglás önmagában is átlagon felüli költségekkel jár, a versenysport pedig néha erőn felüli kiadásokat igényel. A ló a versenysportok világában az anyagilag megelőzött emberek státusza, lehetősége. Ez a csodálatos világ, amelyben a központi szerep a lóé, valamint a ló és lovasa közötti magas szintű harmonikus együttműködés, nem viseli el az anyagi nélkülözést! Természetesen a felszerelések vonatkozásában a praktikumokat, a szakma igényeinek, követelményeinek megfelelő szolid és nem kirozó dolgokat válasszuk, hiszen nem a ruha teszi az embert, nem a kulcsin a fontos, hanem a belbecs.

A szakág eredményességének vonatkozásában a meghatározó három erővonal a kiemelkedő képességgel, intelligenciával és alázattal rendelkező lovas; a kiemelkedő karakterrel, egészséggel és adottsággal megáldott ló; valamint az életnek az a nemes ajándéka, hogy ez a két kiváló teremtettség egymásra találhasson.

### **Összességében kinek ajánlott ez a sportág?**

Ez a nagy kihívást jelentő sportág mindazoknak ajánlott, akik a lóval való tevékenységüket a ló szeretetére, tiszteletére választották, átlagon felüli intelligenciával, empátiával, célratöréssel rendelkeznek és képességük van a legmélyebb helyzetekből is újra győztesse válni. Ezt a szakágat még rosszul csinálni is nagyon nehéz! Ajánlásom a következő: lovasok, önmagukat valószínűsíthetően meg a lovaitok által, és hozzátok helyzetbe magatokat alkotó tudásotokkal, elért eredményeitekkel, hittel, hitelesen a magyar díjlovaglással.

**Dallos Gyula**

mesteredző, örökös magyar bajnok