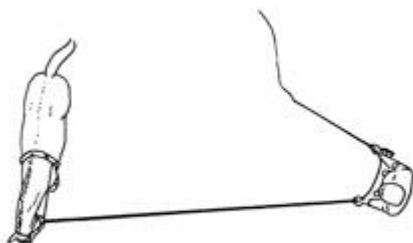


## Longering og tømmekjøring

Både longering og tømmekjøring er noe som kommer i tillegg til ridningen. Men hvis det skal være oppbyggende for hesten, må det utføres korrekt og uten risiko for skade. For å beherske det, må du ha gode kunnskaper om hvordan du longerer.



*Hesten, du og piskan danner en trekant når du longerer korrekt.*

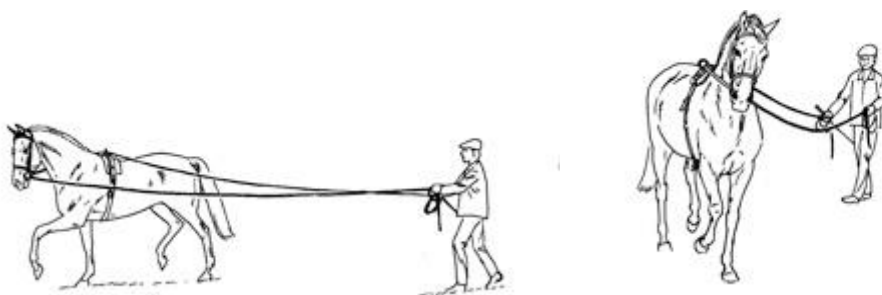
### Longering

Longer innendørs, eller på en inngjerdet ridebane med godt, ikke glatt underlag. Helst bør det være bare deg og hesten i ridehuset eller på utebanen ved longering. Det virker både forstyrrende, men er også en sikkerhetsrisiko, dersom flere longerer samtidig eller det befinner seg flere ryttere på banen mens du longerer. Bruk alltid hodelag på hesten når du longerer, ikke grime, og hesten bør være lett innspent.

Longelinen skal være av mykt naturmateriale, ikke nylon. Ha alltid hansker, kraftige sko og hjelm på deg når du longerer. Hesten, du selv og piskan skal danne en trekant hvis du longerer riktig. Legg aldri piskan fra deg på bakken, men holde den i hånden. Du skal ha god oversikt og full oppmerksomhet på hesten når du longerer. Hvis du ikke har longert før, eller er usikker, skal du be en kyndig person om hjelp noen ganger, helt til både du og hesten lærer hvordan det skal gjøres.

### Tømmekjøring

Mange av rådene som er nevnt ovenfor, gjelder også for tømmekjøring. Hvis du ikke vet hvordan det skal gjøres, må du be om hjelp av en som kan det. En elementær ting å tenke på ved tømmekjøring, er imidlertid at du har stor nok avstand – sikkerhetsavstand – mellom hesten og deg selv. Husk at kraften i tømmene når du står på bakken, blir mye større enn innvirkningen din på tøylene når du sitter til hest.



Hentet fra

<http://www.rytter.no/Hestensvelferd/Kunnskapsbibliotek/Treningavhesten/Longeringogtømmekjøring.aspx>