

Sprangridning

Sprangridning er en god variasjon i hverdagen, og er også en egen **konkurransesgren**. I konkurransesammenheng består det av en bane med ulike hinder som skal hoppes feilfritt. Det finnes flere forskjellige bedømminger i sprang, men ofte skal man ri innenfor en maksimaltid. De som ikke rir sprang på konkurransenivå kan også ha god nytte av å ri sprang.



Man trenger ikke hoppe høyt eller ri fort for å få nytte av sprangridning. Det å hoppe er en god avveksling som enhver hest vil ha godt av, så lenge treningen er tilpasset den enkelte hest og dens nivå. Sprangridning krever en lydige hest, og et godt samarbeid mellom hest og rytter. Ved riktig tilpasset trening vil sprangridning kunne bedre koordinasjonen til hesten, og man kan gi seg selv og hesten mange ulike utfordringer ved hjelp av få hinder. I sprang finnes den en bedømming som heter *feil og stil*, der det er stort fokus på rytterens sits og god ridning.

Når man skal ri sprang er det lurt å søke hjelp hos en kyndig person, slik at man får tilpasset treningen til seg og sin hest, og får hjelp til å finne riktig avstand mellom hindrene. Når man skal ri sprang må man passe på at man rir på egnet ridebunn. Man skal ha på seg egnet rideutstyr når man rir sprang. På konkurranser er det påbudt med sikkerhetsvest for alle under 18 år. Se KR II.



Hentet fra

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