

Afstappen

Voordat je kan afstappen is het van belang dat je net als bij het opstappen naar het midden stuurt en stil gaat staan op de A-C lijn. Het is belangrijk als je met meer mensen rijdt om de veiligheid in de gaten te houden, vandaar dat in de manege op het midden van de rijbaan wordt opgestapt en



afgestapt. Houd je teugels vast en steun met beide handen op de voorkant van je zadel. Hierna haal je je rechervoet uit de beugel en kun je het rechterbeen over de rug heen zwaaien. Let op dat je het paard niet per ongeluk schopt bij het over zwaaien van je been. Zwaai je been dus hoog over. Blijf zo kort mogelijk aan de linkerkant van het zadel hangen. Verplaats je rechterhand als dat nodig is naar de achterkant van het zadel, haal je linkervoet uit de beugel en laat jezelf naar beneden glijden. Let op dat je tijdens het afstappen altijd je teugels vasthoudt. Steek je beugels op, met je arm door de teugel. Je hebt nu je

handen vrij en toch kan het paard niet weglopen. Bij het verlaten van de rijbaan roep je 'deur vrij' zodat de andere ruiters ook weten dat je de rijbaan verlaat en er geen botsingen ontstaan. Nu kun je terug naar de stal, waarbij je ruime bochten maakt zodat je paard zich niet stoot.



Beugels opsteken