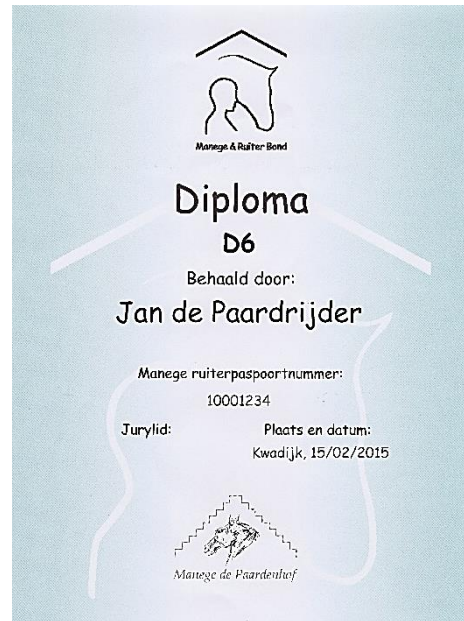


## D-proeven rijden

Tijdens het leren paardrijden gaat het voornamelijk om het plezier en het onder de knie krijgen van de rijvaardigheid. Als je de basis geleerd hebt, is het leuk om te laten zien wat je allemaal geleerd hebt. Tijdens de lessen ga je bepaalde dingen oefenen, zoals bijvoorbeeld het rijden van figuren zoals de volte. Tijdens het rijden van een proef op de proevendag kun je beginnen aan een echte wedstrijd carrière! Vraag in de les eens aan de instructeur wat je allemaal moet kunnen om te beginnen met het rijden van deze proeven.

Wat is een proef precies? Het rijden van een proef wil zeggen dat je een aantal voorgeschreven oefeningen en figuren rijdt. Een deskundige jury zal vervolgens naar je kijken en beoordelen hoe je de proef hebt gereden. Iedere ruiter zal beginnen met dressuur proeven, als je wat verder bent kun je ook springen en western gaan proberen.

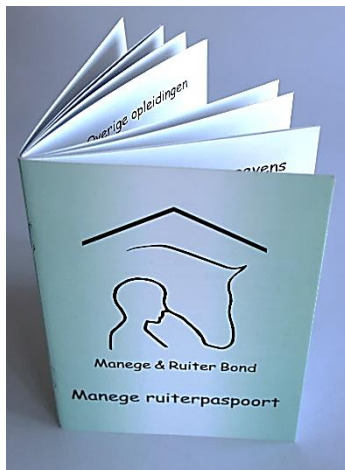
Bij het rijden van wedstrijden hoort ook het leren van theorie. Zodra je genoeg punten hebt behaald en je bent geslaagd voor de theorie krijgt je een diploma als bewijs. Deze kun je mooi naast de rozetten en prijzen bewaren die je misschien gaat winnen!



## Beoordeling

In de proeven van de Manege & Ruiter Bond wordt er voornamelijk gekeken naar de ruiter en niet zozeer naar het paard. Er wordt voornamelijk naar de houding en zit gekeken maar ook hoe de ruiter de hulpen geeft. Natuurlijk wordt er wel een beetje gelet op het paard anders is het geen wedstrijd. Maar als jij je hulp op de juiste plaats en op het juiste moment geeft krijg je wel een voldoende. Zo kan het zijn dat jij de juiste hulp geeft voor het verruimen van de stap maar dat het paard dit erg moeilijk vindt. Zo wordt er dus rekening gehouden met wat jij kan en wat het paard kan.

Voordat je gaat beginnen aan deze wedstrijden is het handig om te vragen aan je instructeur in welke klasse je kan beginnen. Soms voelt het allemaal heel goed aan en wil je hoog beginnen maar zegt je instructeur dat het verstandig is om lager te beginnen. Het is beter om iets te laag te beginnen en dan te leren en door te groeien, dan dat je te hoog begint. Het is namelijk leuker om goede punten te rijden en zo misschien de beste te worden in jouw klasse!



Je hebt je paard mooi verzorgd en ingevlochten en je wedstrijd gereden. De jury heeft gekeken hoe jij gereden hebt en geeft hier punten voor. Deze worden opgeschreven op een blad papier, het protocol. Na je wedstrijd krijg je deze mee naar huis en kan je zien hoeveel punten je voor welk onderdeel behaald hebt. Behalve je cijfers staan hier ook opmerkingen op. Misschien vind je een opmerking niet terecht maar onthoud dat het er soms anders uitziet dan dat het voelt. Neem deze opmerkingen dus wel serieus en vraag hier anders naar bij je instructeur.

Voor elk onderdeel kan je maximaal 10 punten halen. Zodra je voor elk onderdeel een 6 gehaald hebt heb je een punt behaald. Gaat er een onderdeel in je proef niet lekker en krijg je een 4 of een 5? Geen

zorgen want je kan ook ergens een 7 of een 8 of misschien wel hoger halen. Dan komt het gemiddeld toch nog goed en haal je gewoon je promotiepunt binnen! Een promotiepunt krijg je zodra je 168 punten gehaald hebt. Er zijn 5 niveaus met in elk niveau 4 proeven. In elk niveau moet je voor de eerste 3 proeven twee punten halen en voor de laatste proef drie punten. Zodra je die punten behaald hebt mag je (het moet niet!) door naar de volgende klasse zodat je door kunt groeien en meer diploma's kunt halen. Natuurlijk wordt dit allemaal bijgehouden in je manege ruiterspaspoort.



De voorpluk kun je ook invlechten, dat staat heel mooi.

Verskillende manieren om manen te vlechten en een mooie staartvlecht.



Een voorbeeld van een cijferlijst staat hiernaast. Links staat waar iets moet worden gedaan, dan volgt wat moet worden gedaan en in welke gang het paard moet bewegen tijdens die oefening. Dan de maximaal te halen punten.

Onder de cijferlijst die we in de paardenwereld "protocol" noemen, de uitleg van het proeven rijden en de puntentelling.

Op al onze proeven staat de volgende tekst om duidelijk te maken dat wij deze proeven zelf ontwikkeld hebben.

**Bronvermelding:**

De proeven zijn eigendom van de M&RB.

Bron en copyright van alle proeven zijn van de M&RB.

Er is geen commercieel belang, alleen een toetsing van de vorderingen van de ruiters.



Manège & Ruiters Bond

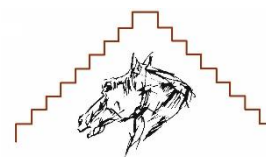
## Niveau 1 / D2

Datum:

Naam:

Paard / Pony:

Jury:



Manège de Paardenhof

### Alles lichtrijden

|                    |  |                 | Cijfer | Opmerkingen van jury |
|--------------------|--|-----------------|--------|----------------------|
| <b>Opbouw</b>      |  | <b>Maximaal</b> |        |                      |
| 1. A               | Afwenden in arbeidsstap                    | 10              |        |                      |
| 2. Tussen X en G   | Halthouden                                 | 10              |        |                      |
| 3.                 | Groeten                                    | 10              |        |                      |
| 4. Voorwaarts<br>C | Arbeidsstap<br>Linkerhand                  | 10              |        |                      |
| <b>Oefeningen</b>  |  |                 |        |                      |
| 5. Tussen H en E   | Arbeidsdraf                                | 10              |        |                      |
| 6. F-X-M           | Gebroken lijn 10 meter                     | 10              |        |                      |
| 7. C-X-C           | Grote volte                                | 10              |        |                      |
| 8. Tussen H en E   | Arbeidsstap                                | 10              |        |                      |
| 9. E               | Afwenden                                   | 10              |        |                      |
| 10. B              | Rechterhand                                | 10              |        |                      |
| 11. Tussen B en F  | Arbeidsdraf                                | 10              |        |                      |
| 12. A-X-A          | Grote volte                                | 10              |        |                      |
| 13. K-X-H          | Gebroken lijn 10 meter                     | 10              |        |                      |
| 14. tussen C en M  | Arbeidsstap                                | 10              |        |                      |
| 15. Tussen M en F  | Halthouden                                 | 10              |        |                      |
| 16.                | Voorwaarts arbeidsstap                     | 10              |        |                      |
| 17. Tussen F en A  | Arbeidsdraf                                | 10              |        |                      |
| 18. K-X-M          | Van hand veranderen                        | 10              |        |                      |
| 19. Tussen C en H  | Arbeidsstap                                | 10              |        |                      |
| 20. Tussen H en E  | Arbeidsdraf                                | 10              |        |                      |
| <b>Afbouw</b>      |  |                 |        |                      |
| 21. A              | Afwenden en tussen D en X Arbeids-<br>stap | 10              |        |                      |
| 22. Tussen X en G  | Halthouden                                 | 10              |        |                      |
| 23.                | Groeten                                    | 10              |        |                      |
| 24.                | Verzorging van<br>paard / pony / ruiter    |                 |        |                      |
| <b>Algemeen</b>    |  | Sub =           | =      | × 1,0 max 240        |
| 25.                | Beenhouding en beenhulpen                  | 10              |        |                      |
| 26.                | Handhouding en teugelhulpen                | 10              |        |                      |
| 27.                | Lichaamshouding en zit                     | 10              |        |                      |
| 28.                | Tempo                                      | 10              |        |                      |

|     |                 |               |   |                          |
|-----|-----------------|---------------|---|--------------------------|
| 29. | Algemene indruk | 10            |   |                          |
|     |                 | Sub =         | = | × 1,5 max 75             |
|     |                 | <b>TOTAAL</b> |   | max 315 / 189 + = 1 punt |

### Uitleg

Er zijn 5 niveaus. Binnen elk niveau zijn er 4 verschillende proeven die een aantal keren gereden dienen te worden. Minimaal wordt er 9 keer gereden binnen een niveau. Voor iedere keer rijden kan maximaal 1 punt worden behaald.

| Niveau 1                          | Minimaal aantal keer rijden | Totaal aantal benodigde punten |         |
|-----------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|---------|
| D1                                | 2                           | 2                              |         |
| D2                                | 2                           | 2                              | Theorie |
| D3                                | 2                           | 2                              |         |
| D4                                | 3                           | 3                              | Theorie |
| Totaal gereden proeven (minimaal) | 9                           |                                |         |
| Totaal behaalde punten            |                             | 9                              |         |

Na het behalen van de laatste punt in niveau 1 D4 mag worden gestart in niveau 2 D5.

| Niveau 2                          | Minimaal aantal keer rijden | Totaal aantal benodigde punten |         |
|-----------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|---------|
| D5                                | 2                           | 2                              |         |
| D6                                | 2                           | 2                              | Theorie |
| D7                                | 2                           | 2                              |         |
| D8                                | 3                           | 3                              | Theorie |
| Totaal gereden proeven (minimaal) | 9                           |                                |         |
| Totaal behaalde punten            |                             | 9                              |         |

Zo verder tot niveau 5 D20, na niveau 3 D10 stopt de theorie.

Binnen een niveau wordt minimaal 9 keer een proef afgesloten met 1 punt om door te kunnen naar het volgende niveau.

### Proeven

Iedere proef bestaat uit 4 delen. Te weten het opbouwdeel, het oefeningendeel, het afbouwdeel en het algemene deel. Ieder deel heeft een weegfactor. De opbouw heeft weegfactor 0,5, de oefeningen hebben weegfactor 1, de afbouw heeft weegfactor 0,5 en het algemene deel heeft weegfactor 1,5. De hele proef bestaat uit 29 onderdelen. De opbouw telt 5 onderdelen, de oefeningen bestaan uit 15 onderdelen, de afbouw bestaat uit 3 onderdelen en het algemene deel bestaat uit 6 onderdelen. Per onderdeel wordt een waardering tussen 1 en 10 gegeven. Het maximaal aantal te behalen punten is 280. Bij 168 punten of meer wordt een punt voor die betreffende proef verdiend.

Dit resulteert in de volgende tabel:

|                   | <b>Waardering</b> | <b>Weegfactor</b> | <b>Totaal punten</b> |
|-------------------|-------------------|-------------------|----------------------|
| <b>Opbouw</b>     |                   |                   |                      |
| Onderdeel 1       | 0 tot en met 10   | x 0,5             |                      |
| Onderdeel 2       | 0 tot en met 10   | x 0,5             |                      |
| Onderdeel 3       | 0 tot en met 10   | x 0,5             |                      |
| Onderdeel 4       | 0 tot en met 10   | x 0,5             |                      |
| Onderdeel 5       | 0 tot en met 10   | x 0,5             |                      |
| <b>Oefeningen</b> |                   |                   | max 25               |
| Onderdeel 6       | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| Onderdeel 7       | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| Onderdeel 8       | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| Onderdeel 9       | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| Onderdeel 10      | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| Onderdeel 11      | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| Onderdeel 12      | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| Onderdeel 13      | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| Onderdeel 14      | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| Onderdeel 15      | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| Onderdeel 16      | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| Onderdeel 17      | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| Onderdeel 18      | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| Onderdeel 19      | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| Onderdeel 20      | 0 tot en met 10   | x 1               |                      |
| <b>Afbouw</b>     |                   |                   | max 150              |
| Onderdeel 21      | 0 tot en met 10   | x 0,5             |                      |
| Onderdeel 22      | 0 tot en met 10   | x 0,5             |                      |
| Onderdeel 23      | 0 tot en met 10   | x 0,5             |                      |
| <b>Algemeen</b>   |                   |                   | max 15               |
| Onderdeel 24      | 0 tot en met 10   | x 1,5             |                      |
| Onderdeel 25      | 0 tot en met 10   | x 1,5             |                      |
| Onderdeel 26      | 0 tot en met 10   | x 1,5             |                      |
| Onderdeel 27      | 0 tot en met 10   | x 1,5             |                      |
| Onderdeel 28      | 0 tot en met 10   | x 1,5             |                      |
| Onderdeel 29      | 0 tot en met 10   | x 1,5             |                      |
|                   |                   |                   | max 90               |
| <b>Maximaal</b>   |                   |                   | 280                  |
| <b>1 Punt</b>     |                   |                   | 168 of meer          |
|                   |                   |                   |                      |