

Aktuellt från Bokhandeln Blå Hästen

www.blahasten.se

Torsdag 20 maj 2010

Bombsäker Häst - Tips För Trygg Ryttare Och Säker Häst

Detta är en bok full av kunskap, humor och kärlek till hästen. Perry Wood har med denna bok gjort det lättare för oss hästmänniskor att skapa en närmare och tryggare relation till våra hästar! Inga mer nervösa, stressade och skvättiga hästar! Träna både dig och din häst trygg över alla hinder!

Perry Wood är en internationellt erkänd hästkarl, med många års erfarenhet av att träna både hästar och människor. Han är författare till sex hästböcker och figurerar flitigt i hästtidningar. För Perry är mjukhet, lätthet och förståelse nycklarna till en framgångsrik relation med hästen. Han anser också att alla kan uppnå kontakt, tillit och samling med hjälp av dessa nycklar. Hans filosofi är att man med empati och förståelse för hästen skapar en häst som lägger sin egen glädje och entusiasm i arbetet. Perrys arbete med hästar handlar om att utforska en djupare kommunikation och att lära sig hur häst och människa påverkar varandra. Målsättningen är att både häst och ryttare ska kunna njuta mesta möjliga av varandra oavsett inriktning och ambitioner.



Ett Med Hästen av Sally Swift

Ett med hästen är den första boken om centrerad ridning och handlar om hur man kan förbättra sin ryttarkänsla. Genom att behärska sin egen kropp och använda den på ett medvetet sätt kan man uppnå harmoni med hästen, menar författaren Sally Swift. Att rida centrerat handlar om att känna till sin egen kropp det handlar om att förstå hur hästen upplever ryttaren och vilka förutsättningar du som ryttare ger din häst. För att åstadkomma detta finns handfasta övningar. Många av dem är på marken, utan häst. Det gäller att föreställa sig och skapa en känsla som du sedan kan återkalla på hästryggen.



En stor del av svårigheterna för nybörjaren är att rörelsemönstret hos hästen ställer helt nya krav på balansförmåga och kroppskontroll hos ryttaren. Dessutom sitter man mer än en och en halv meter ovanför marken och den som under någon av sina första ridlektioner har varit nära att åka av eller rent av har ramlat i backen kan bli rädd och spänd. Det gör inte saken lättare. Sett ur hästens perspektiv är ett stort problem att många hästar inte får en optimal utbildning. Det är tyvärr så att många hästar får en rent undermålig utbildning. Detta medför att många hästar inte får en rättvis chans att bli framgångsrika på tävlingsbanan och utveckla sin potential men mycket värre att många hästar får skador som gör dem obrukbara för kortare eller längre tid. Här kommer centrerad ridning in i bilden. Sally Swift har skapat en metod och ett språk som just har till syfte att ge instruktörer och ryttare verktyg för att lära "ryttarkänsla".

Centrerad Ridning av Sally Swift

Centrerad ridning är Sally Swifts andra bok om centrerad ridning. I den förklaras i grova drag hur du kan förbättra hästens muskulatur och gång med hjälp av större förståelse och tillämpning av centrerad ridning. När din ridskicklighet ökar kan du inte undgå att förbättra din hästs kropp. De två faktorerna samverkar och kan resultera i ett härligt samspel mellan häst och ryttare. Boken handlar om hur man kan förbättra sin ryttarkänsla. Genom att behärska sin egen kropp och använda den på ett medvetet sätt kan man uppnå harmoni med hästen, menar författaren Sally Swift. Att rida centrerat handlar om att känna till sin egen kropp. Det handlar om att förstå hur hästen upplever ryttaren och vilka förutsättningar du som ryttare ger din häst. För att åstadkomma detta finns handfasta övningar. Många av dem är på marken, utan häst. Det gäller att föreställa sig och skapa en känsla som du sedan kan återkalla på hästryggen.

