

II. A pályaépítés céljai – a pályaépítő feladatai

Ahogy csak egy zseniális zeneszerző képes az utókor számára maradandó művet alkotni, ugyan így van ez a jó pályaépítővel is. Csak átlagon felüli képességekkel tud valaki versenyről-versenyre úgy pályákat tervezni, hogy a versenyző lovasok és lovaik folyamatosan fejlődjenek és minden pálya valamilyen szinten újabb kihívást nyújtson számukra. A felkészült edzők és lovasaik pedig a zenészekhez hasonlóan az elkészült művet profi szinten legyenek képesek lejátszani. Ha ez megvalósul, a díjugrató sport nagyon sok örömet és boldogságot fog szerezni lovasnak, nézőnek egyaránt.

A pályaépítő feladata, hogy olyan ugrópályákat tervezzen és alakítson ki, amelyek lehetővé teszik a versenyszámok egységes szellemű elbírálását, valamint biztosítják a díjugrató sport fejlődését és népszerűsítését. A szakszerűen és jól felkészített lovak ugorjanak jókedvvel, és legyenek a szakág jó cégérei.

A jól felépített ugrópályák – lóból és a lovasból – felkészültségük legjavát hozzák felszínre, ne pedig azt, amit nem tudnak.

Egy jól megtervezett és felépített díjugrató pályán vizsgáljon:

- a ló vágtamunkája,
- a ló átengedősége,
- a ló képzettsége és ügyessége,
- a lovas tudása.

FONTOS!

Nem a pályaépítő feladata, hogy olyan indulóknak kedvezzen, akik egy versenyszám nehézségi szintjét rosszul választották ki.

Tisztelt Olvasó!

Olyan szakkönyvet tart a kezében, amely régóta hiányzott a magyar lovas irodalom polcairól. Azt hihetnék, hogy csak pályaépítőknek szól, részükre nyújt segítséget ez a mű. Én úgy érzem azok a gondolkodó edzők,



lovasok, akik figyelmesen olvasák, hasznukra lehet a mindennapi munka és a versenyek során. Az igényes illusztrációk, a letisztult, lényegre törő fogalmazás, a témakörök precíz és részletes tárgyalása a könyv legnagyobb erénye. Egy mondatba összefoglalva idézném a költő örökérvényű szavait, „dolgozni csak pontosan, szépen, ahogy a csillag megy az égen, úgy érdemes.”, József Attila.

Köszönjük és gratulálok kedves Fefe.


Hevesi Barna

IV. Akadálypark és építőelemei

Az akadálypark sokféle különböző egységből áll, amelyeknek feladata, hogy belőlük lehetőleg sokszínűen és rugalmasan lehessen eltérő jellegű akadályokat felépíteni. Az akadályok alakja és megjelenési formája legyen „meghívó jellegű”, változatos és környezetbe illő. Maguk az akadályok és alkotóelemeik leverhetők legyenek, de nem lehetnek sem túl könnyűek, hogy a legkisebb érintésre is leessenek, sem túl nehezek, ami a lovak bukását vagy sérülését okozhatja. Az akadályok nem lehetnek sportszerűtlen építésűek és küllemükben sem okozhatnak a versenyzőknek kellemetlen meglepetéseket.

Akadálykitörők, -oszlopok

A kitörők és oszlopok magassága rendszerint maximum 30–50 cm-rel érjen túl az akadály legfelső elemének magasságán, ezzel, mint egy keret adva az akadálynak. A kitörők magassága és szélessége harmonikusan illeszkedjen a versenypálya nagyságához.

Fedeles versenyeken az 50–60 cm széles kitörőket részesítik előnyben, míg a kültéri nagyobb terjedelemmel bíró pályák esetén a 75–100 cm-esek dominálnak.

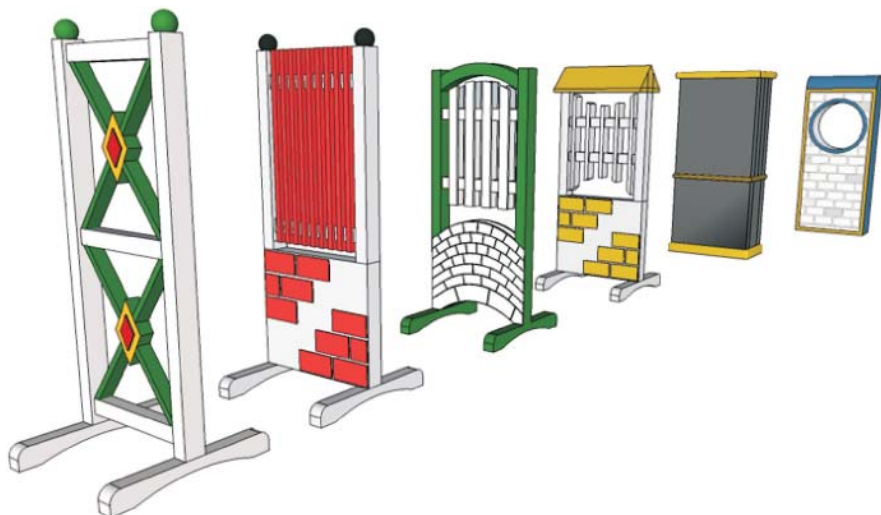
Súlypontjuk mélyen helyezkedjen el, és a megfelelő stabilitás érdekében 75–80 cm-es lábakkal legyenek ellátva. Szélsőséges időjárás (viharos szél) ellen homokkal töltött nehezékekkel tegyük stabilá. (9. ábra)



9. ábra

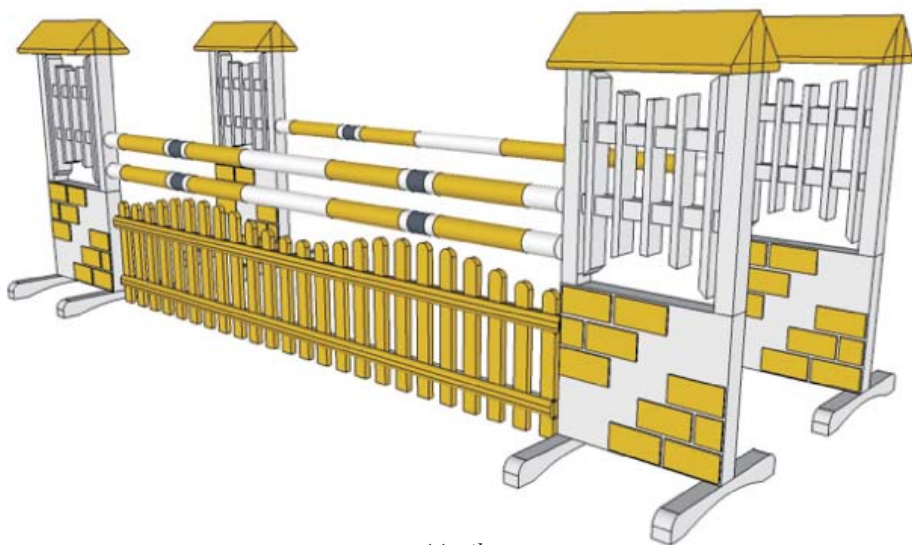
Formájuk, alakjuk és színezésük változatos legyen.

Széles akadályoknál a hátsó elem a rendelkezésünkre álló akadály-



10. ábra

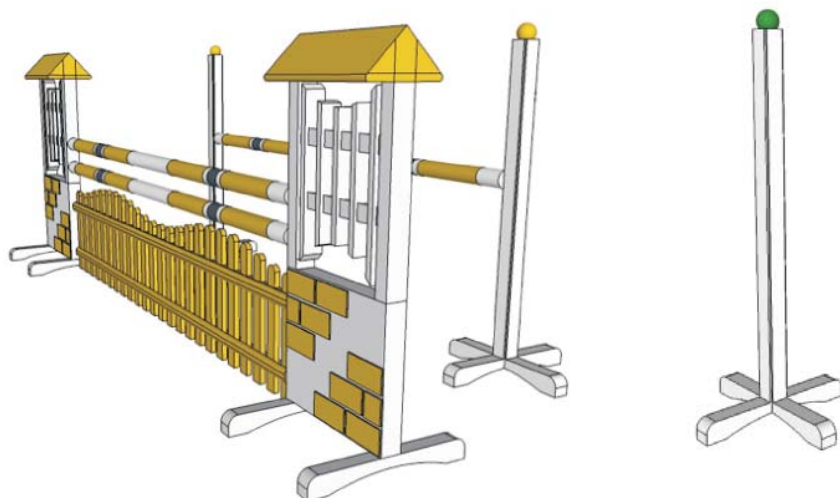
park minőségétől függően többféle megoldással építhető. A legszebb és természetesen legköltségesebb megoldás, amikor a hátsó elemek az akadály frontoldali kitörőiből vannak megépítve (11. ábra).



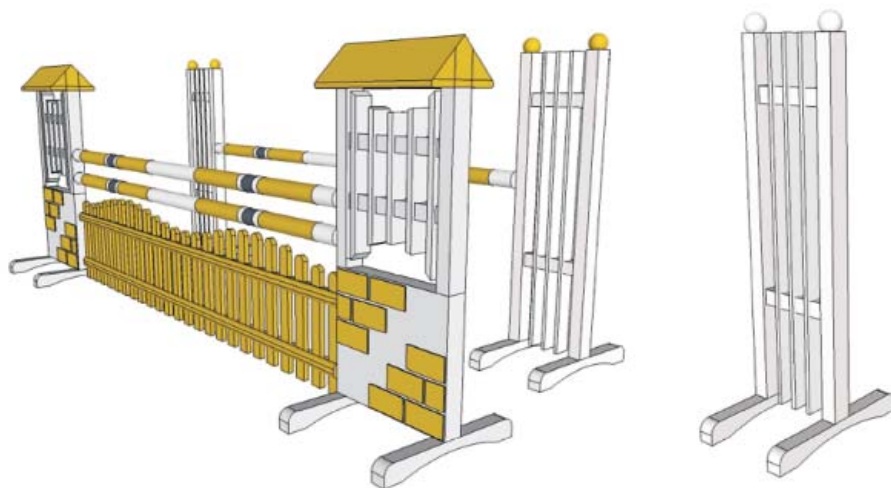
11. ábra

Költségtakarékosabb, de a céloknak teljesen megfelelő, ha az akadály hátsó elemeit akadálylábakkal építjük meg. (12. ábra)

Az elmúlt időszakban kezdett elterjedni az úgynevezett hátsó kitörő elemek használata (13. ábra). Ezek a kitörő elemek a szokásos kitörőkhöz képest kisebbek (50x170-180 cm), és egyszerűbb kivittel készülnek. Alakjuknál fogva szükség esetén egyes akadályok kitörő elemeiként is beépíthetjük.



12. ábra



13. ábra

A precíz méretek biztosítéka az akadálysín

Az akadály kitörők és oszlopok belső felére kerül felszerelésre, azzal a céllal, hogy a behelyezett kanalakkal együtt a betételemeket tartsa meg.

Lyukazása olyan legyen, hogy az 5 centiméterenkénti emelést tegye lehetővé.

Anyaga lehet fém vagy műanyag.

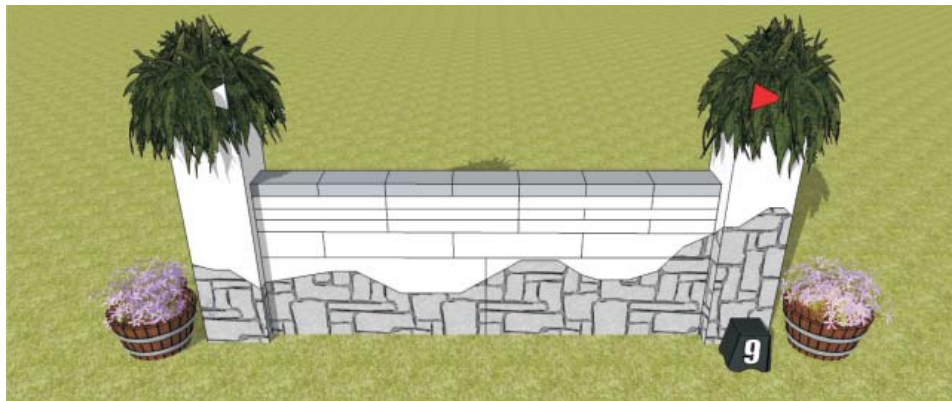


14. ábra

A kőfalak

A pályaépítés fejlődésével a kőfalak egyre érdekesebbek lettek. A klasszikus négyzetes vonalakat követő alakzatokat egyre másra váltották fel a legváltozatosabb formára és mintázatra festett kőfalak.

Mintázatuk és felépítésük, nagymértékben befolyásolják nehézségi fokukat.



23/a ábra

Egy jól megépített kőfalat az alábbi paraméterek jellemeznek:

- a normál kőfal szélessége az ugrás irányában 20–30 cm legyen. A pusiance kőfal szélessége 40 cm,
- az alsó fix rész magassága maximum 100 cm legyen,
- a kőfal alsó elemeinek hossza (pl. 1.5 m) tegye lehetővé a rudakkal történő kiegészítést (pl. 3 m),
- a kőfal leverhető elemeinek magassága alsó elemeken 20 cm, hossza 100, 50 vagy 40 cm,
- a felső elemek magassága 10 cm, hossza 40 vagy 20 cm.



23/b ábra

A szponzorakadályok

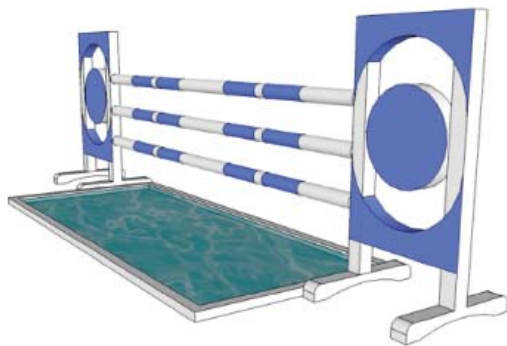
Olyan speciálisan megépített akadályok, melyen reklámanyag, valamely támogató terméke vagy termékének logója látható. A pályán levő erő kifejtések számának maximum 30%-a lehet szponzor akadály.



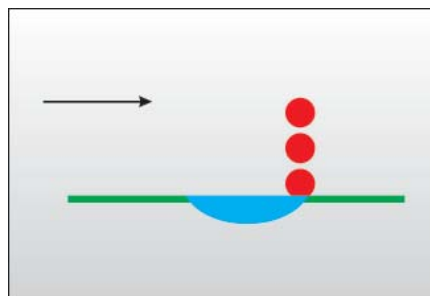
24/a ábra



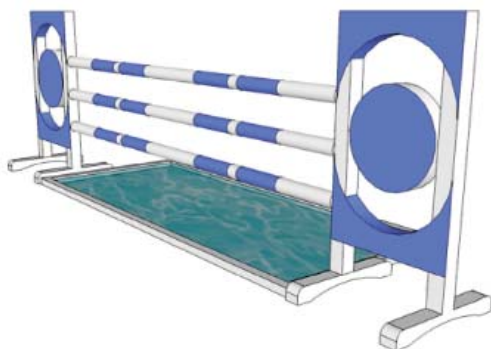
24/b ábra



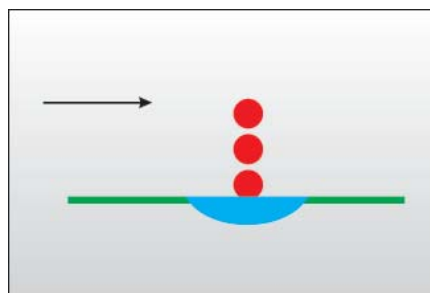
44|c ábra



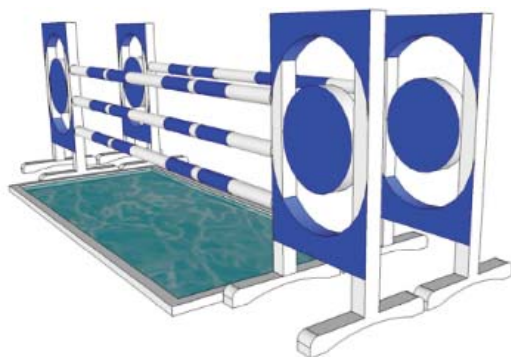
43|b ábra



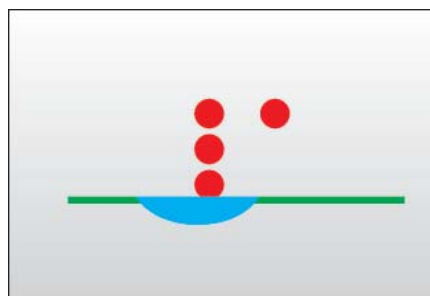
44|d ábra



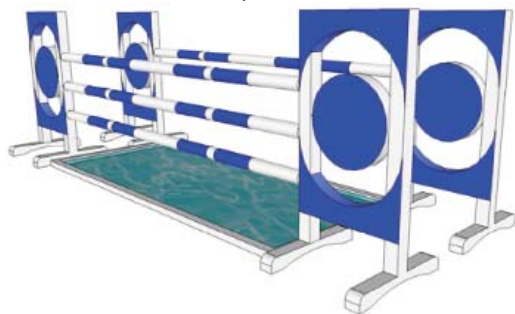
43|c ábra



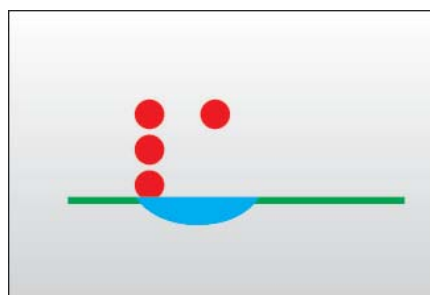
44|e ábra



43|d ábra



44|f ábra



43|e ábra

VI. A ló érzékszervei, és hatásuk az ugrás minőségére

Ebben a könyvben elsősorban a pályaépítéssel kapcsolatos ügyes-bajos dolgokról próbálok meg írni, és csak másodsorban az ugrólovak és lovasok felkészítéséről. Mindenki, aki ezekben a témakörökben érintett tisztában kell, hogy legyen a ló érzékszerveivel, azok alapvető működésével. Fontos tudni azt is, hogy az egyes információk, utasítások, környezeti ingerek hogyan befolyásolják viselkedésüket, és ezek milyen reakciókat váltanak ki belőlük.

Hogy egy akadály az adott lónak mennyire nehéz, vagy éppen könnyű, azt a ló képzettségi foka határozza meg. A ló érzékszervei a hallás és vele szoros összefüggésben az egyensúlyérzék, de legfőképpen a látás szoros kapcsolatban van/lehet azzal, hogy egy adott akadály mennyire, és milyen mértékben lesz számára teljesíthető.

Szándékos figyelemelterelés? Soha!!!

A pályán legyen az verseny, vagy éppen tréning, az akadályokat mindig úgy helyezzük el, hogy az adott ló képzettségi szintjének megfelelő követelményt támasszák koncentráció képesség és kiegyensúlyozottság tekintetében. Akarva, vagy akaratlanul ne vonjuk el a ló figyelmét a tényleges feladatoktól, nevezetesen a pálya akadályaitól. Ez fokozottan igaz a fiatal, kiképzés alatt álló csikókra. Ha ezt betartjuk lovaink kellő bizalommal lesznek a rájuk váró feladatokkal szemben.

A legkifinomultabb érzékszerv

A ló hallásának kifinomultsága préda- és menekülő állat mivoltából adódóan több ezer év alatt fejlődött ki. Mivel ilyen érzékeny hallással rendelkezik, a pályaépítőnek a következő dolgokra kell figyelemmel lennie:

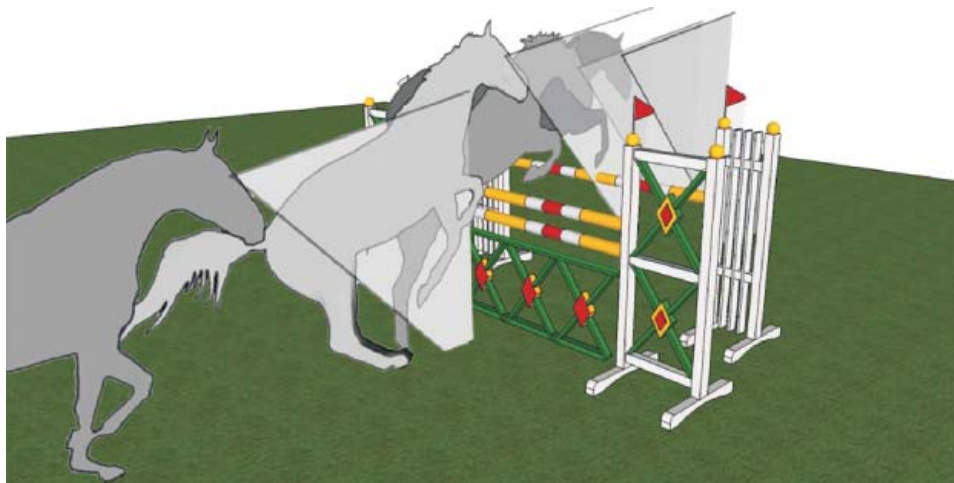
- A pálya területén belül olyan dekorációs anyag ne kerüljön elhelyezésre, ami hanghatás keltő lehet. Főleg kisebb versenyhelyszíneken előszeretettel kerítik be a verseny- és melegítőpályát műanyag szalaggal, mely szél hatására nagyon erős hangot ad, amitől a lovak megriadnak.
- A hangszórók telepítésénél ügyeljünk elhelyezésükre a pályán, illetve ve annak közvetlen környezetében, hogy zajhatása ne legyen zavaró.

A látás érzéke

A legtöbb tenyésztéssel kapcsolatos könyv foglalkozik a lovak látásával, a szem felépítésével, és egyáltalán azzal, hogy milyen irányokba, és mennyire lát jól vagy rosszul.

Ha a lovak látásáról beszélünk, ne az emberi látás képességéből induljunk ki. A lovaknak nagyon különleges, úgynevezett körkörös látása van, ami azt eredményezi, hogy „szinte” minden irányba lát. Ez alól csak a két picinyke holttér a kivétel.

Amikor egy lóval meg akarunk ugratni egy akadályt, a rálovaslás szakaszában két majdnem 180 fokos szöget lát, s emiatt a körülötte levő tárgyakat mindkét oldalon érzékeli, és természetesen látja is. E tulajdonságát kihasználva a kiválasztásnál előnyben részesítjük azokat a lovakat, melyeknek szemei nagyok, és inkább a fej oldalsó részén egymástól távolabb helyezkednek el. Ezen képességét kihasználva „ravaszkodnak” a pályáépítők, és helyeznek különböző érdekes és természetesen az adott környezetbe illő tárgyakat, virágszigeteket, tavacskákat stb. Csupán a fej előtt van egy kicsi terület, ahol mindkét szemével közösen lát, és ez által csak itt képes térlátásra (55. ábra).

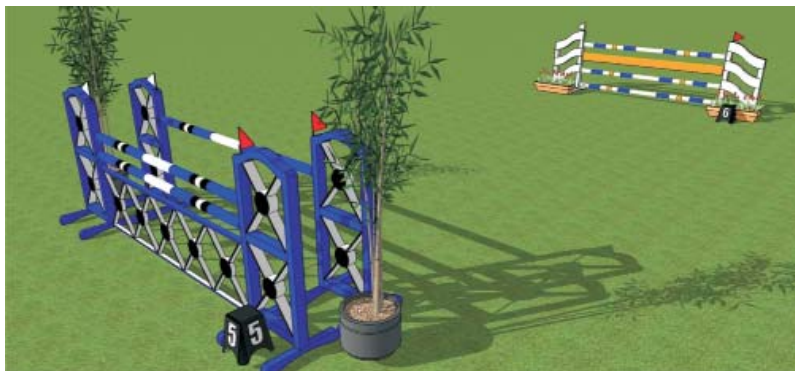


55. ábra

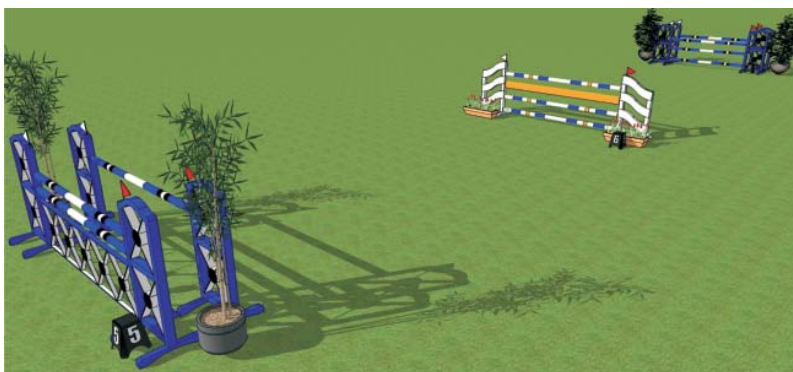
Sokszor halljuk, hogy legnehezebb ugrástípus a szintbe oxer. Vajon miért okoz problémát a legtöbb lónak? Hogy ezt megértsük, tudnunk kell azt, hogy a lovak szemmagasságának szögkülönbsége nem egyforma, ezért a térbeli formák felismerése hiányos, ami miatt a szintbe oxerok elülső részét rosszul látja. Többek között ezért ugorják nehezen az íves felső vonallal ellátott akadályokat is (56. ábra). Mindemellett az akadály másik nehézsége a sötét tónusú szürke színben rejlik.

IX. Az akadályvonalak

Az ugrópályák nélkülözhetetlen elemeit képezik a beépített egyenes, és íven meglovagolható akadályvonalak.



68/a ábra. Könnyűre épített akadályvonal (2 ugrás alkotja)



68/b ábra. Közepes nehézségű akadályvonal (3 ugrás alkotja)



68/c ábra. Nehézre épített akadályvonal (3 ugrás alkotja, 4 erő kifejlesztéssel)

X. A kombináció

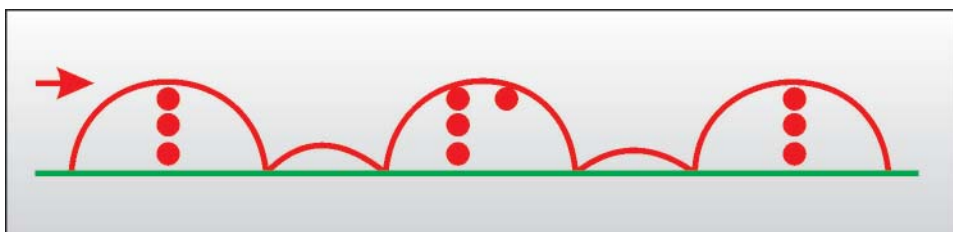
A kombináció olyan sorozat, amely kettő, három vagy négy különálló akadályból áll, de a közöttük lévő távolság egy vagy kettő vágtaugrásra van redukálva. A kombinációkban alkalmazható legnagyobb távolság az FEI díjugrató szabályzatának külön rendelkezése szerint 12 m. Kombinációban triplebarre csak az első elemként szerepelhet.

A kombinációk egyes ugrásait úgy alakítsuk ki, hogy azok zárt, önálló egységekként hassanak.

Kombináció építésénél fontos, hogy a betételek egyforma hosszúságúak legyenek (88. ábra). Ha ez esetlegesen nem megoldható, akkor úgy kell építeni, hogy az első elemétől az utolsó felé szélesedjenek.



38. kép

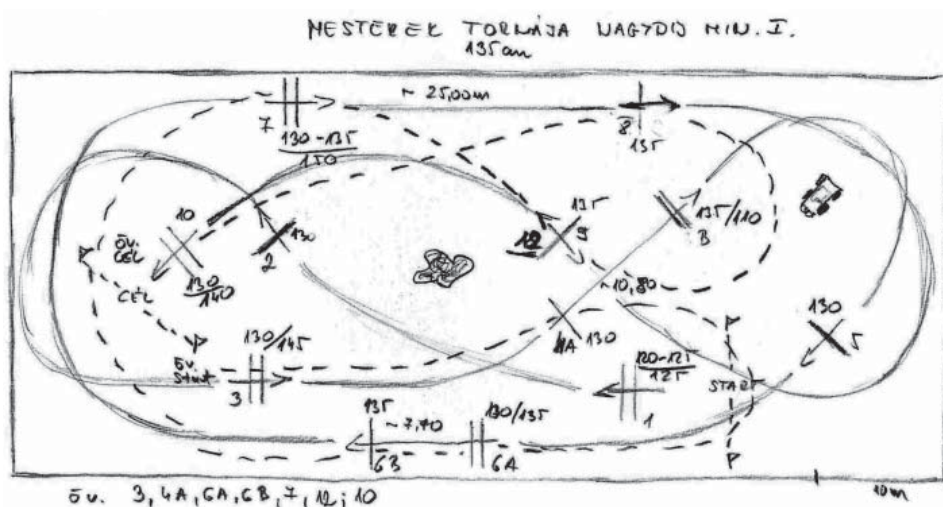


87. ábra

Mit tehetünk abban az esetben, amikor a kombinációhoz amúgy színösszeállításban egymással harmonizáló betételek eltérő hosszúságúak?

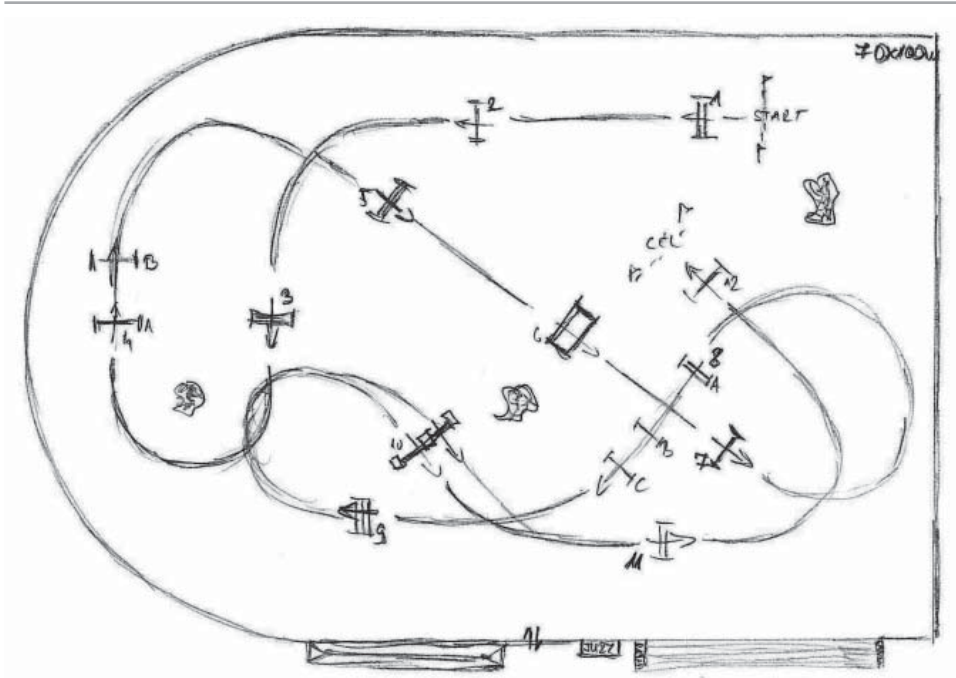
XII. Tervezzünk, de hogyan?

Azt mondhatnám, hogy a XXI. század modern számítógépes korszakában, amikor különböző kategóriájú tervező programok állnak a mérnökök rendelkezésére a tervezés a világ legegyszerűbb feladata. Sajnos ki kell, hogy ábrándítsak minden ilyen téves gondolkodású szakembert. Ahhoz, hogy valaki magas színvonalon legyen képes ugrópályákat tervezni, szükséges, hogy ceruzával, radír, vonalzó és körző segítségével papírra rajzolva meg tudja azt tenni. Megjegyzem, hogy minden komoly pályaépítő tanfolyamon, és továbbképzésen a vizsgafeladatokat ilyen módon kell megoldani.



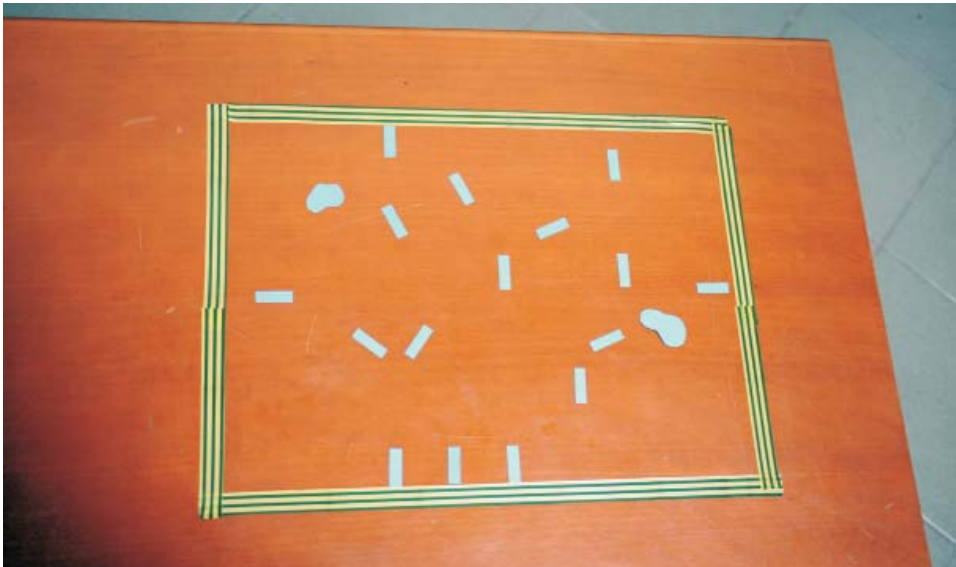
104/a ábra. Kézzel tervezett pályarajz

Az ugrópálya megtervezésének számtalan módja létezik. Mint már leírtam, az alap a papíron való rajzolás (104-es ábrák). A másik módszer lényege, hogy egy asztal lapjára szigetelő szalaggal méretarányos pályát alakítunk ki. Az akadályokat gyufaszálakkal vagy színes kartonból kivágott lapocskákkal jelöljük, és tulajdonképpen, mint egy „kirakós játékot”, tervezzük meg a pályánkat. (39-es kép) Ha a végleges forma kialakult, papírra vagy számítógépes programba rögzítve dolgozunk rajta tovább.



104/b ábra. Kézzel tervezett pályarajz

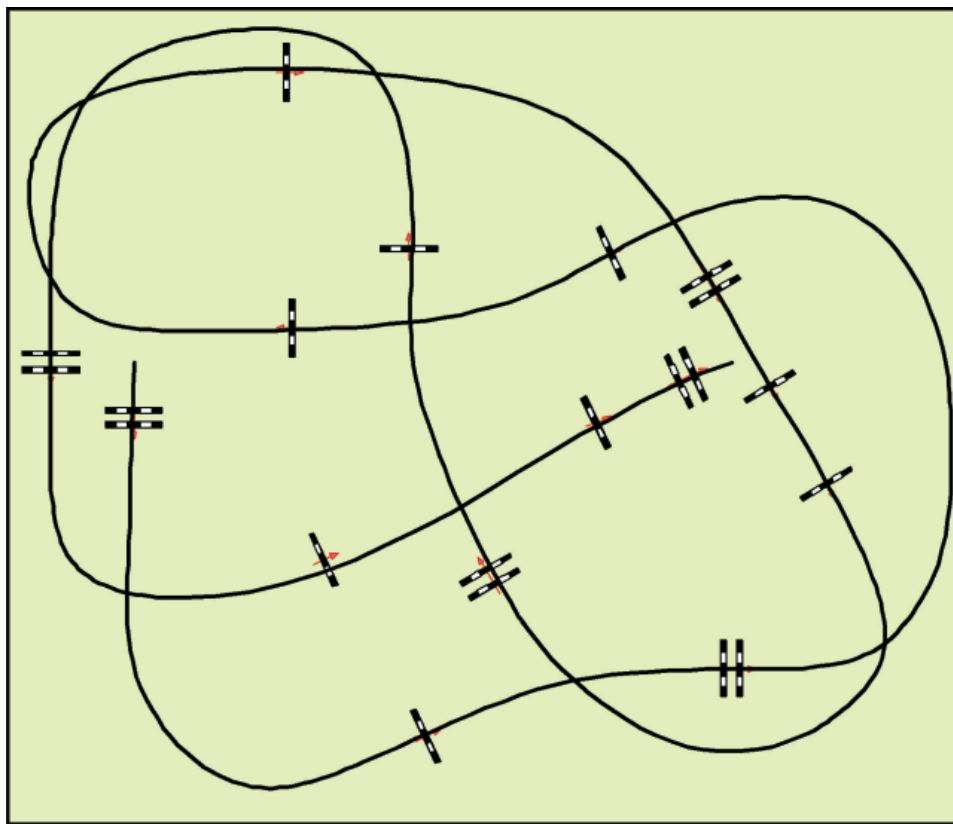
Ezután, a rövid mellékvágányra terelődött gondolatsor után nézzük a konkrét feladatokat. Miután megismerkedtünk a versenypályával, és az akadályparkkal, a versenykiírás alapján megtervezzük az egyes versenyszámok pályáit, illetve ehhez kialakítunk egy olyan tervet jól átlátható



39. kép. Pályarajz makettel

Vonalvezetés

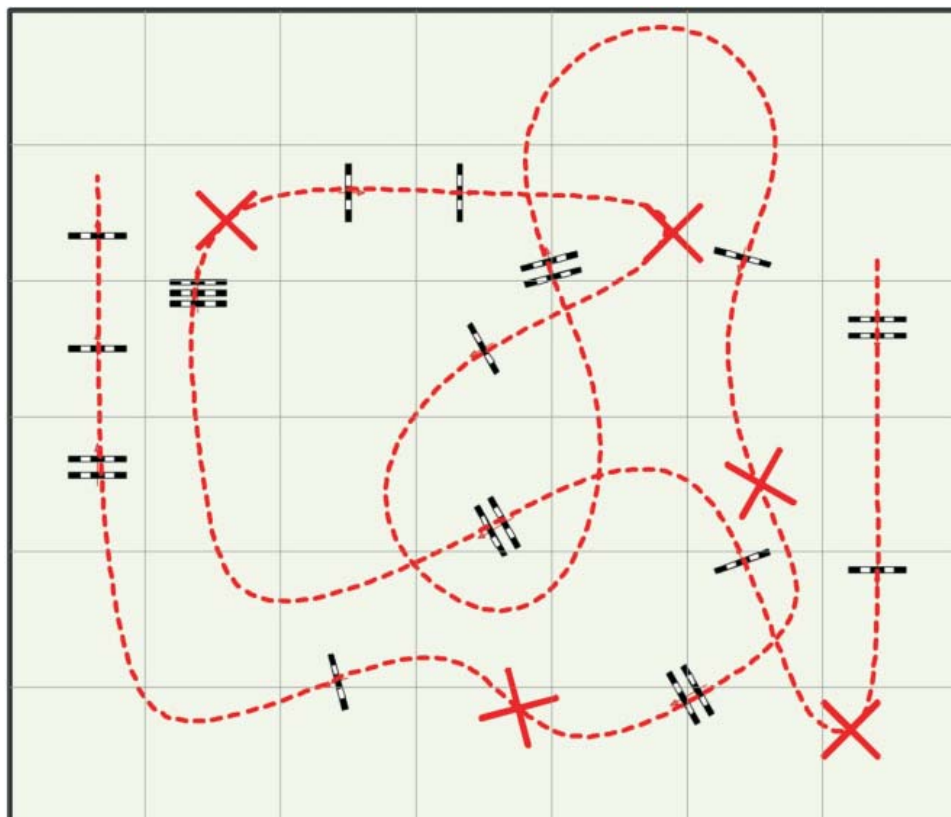
Ha egy pálya vonalvezetése jó, és ezáltal lehetővé válik egy harmonikus lovaglás lehetősége, azt már utólag elrontani „csak” a lovas részéről lehet. Egy jó vonalvezetésű pálya ívein már a méretarányos pályarajzon is úgy tudjuk ujjunkat végig vezetni, hogy közben gondolatainkban, egy kellemesen csengő dallam akkordjai szólalnak meg. Természetesen az ilyen pálya teljesítését szemlélve, mind a kívülálló embereket, mind pedig a lovasokat ugyan ezek az érzések fogják hatalmukba keríteni. A legtöbb hazai edző, és lovas nem tulajdonít különösebb jelentőséget a pálya lovaglási útvonalának, amit én nem tartok helyén valónak.



106/a ábra. Jó vonalvezetésű pálya

A helyes, vagy helytelen vonalvezetés megtervezése nagymértékben hatással van az egész ugrópálya nehézségi fokára (106/a-b ábra).

Egy jó vonalvezetésű ugrópályát a lovas a rosszul megválasztott ívek lovaglásával vagy az akadályok ugratási irányával elronthat, és „nehézzé” tehet.



106/b ábra Helytelen vonalvezetésű pálya

A vonalvezetés mindig harmonikus legyen, de feltétlenül feleljen meg a kiírt versenyszám jellegének. Sokszor leírtam már a harmonikus vonalvezetés kifejezést, de nézzük mit is jelent ez valójában? Erről csak abban az esetben beszélhetünk, ha a pályát a starttól a célig folyamatos, és ütemes lovaglással lehet teljesíteni. Kezdő lovasok és lovak részére épített ugrópályák, stíluspályák vonalát mindig ilyen szellemben tervezzük és építjük meg. Egy hibaidős elbírálású versenyszámban az ideális vonalvezetés homlokegye-



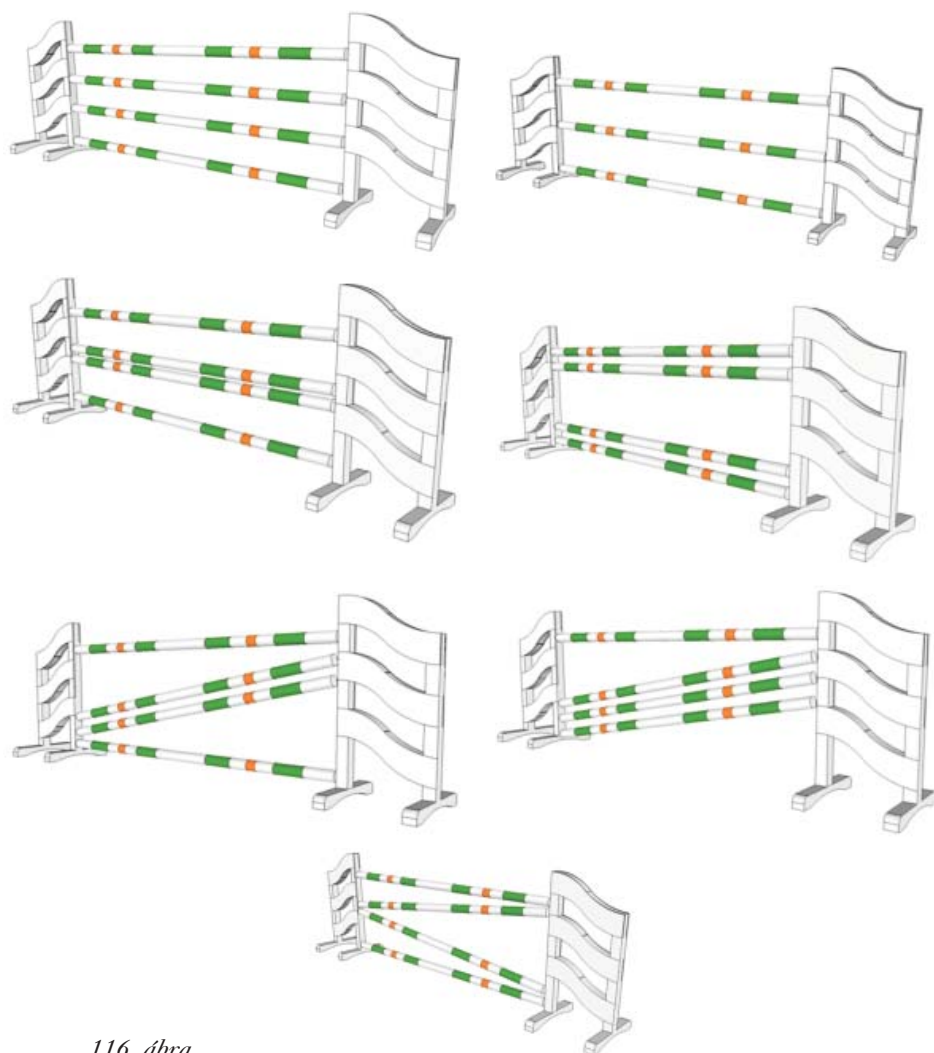
105/c ábra

vonala. A vonalvezetés mindig harmonikus legyen, de feltétlenül feleljen meg a kiírt versenyszám jellegének. Sokszor leírtam már a harmonikus vonalvezetés kifejezést, de nézzük mit is jelent ez valójában? Erről csak abban az esetben beszélhetünk, ha a pályát a starttól a célig folyamatos, és ütemes lovaglással lehet teljesíteni. Kezdő lovasok és lovak részére épített ugrópályák, stíluspályák vonalát mindig ilyen szellemben tervezzük és építjük meg. Egy hibaidős elbírálású versenyszámban az ideális vonalvezetés homlokegye-

Hogyan alakítsuk ki az akadályokat?

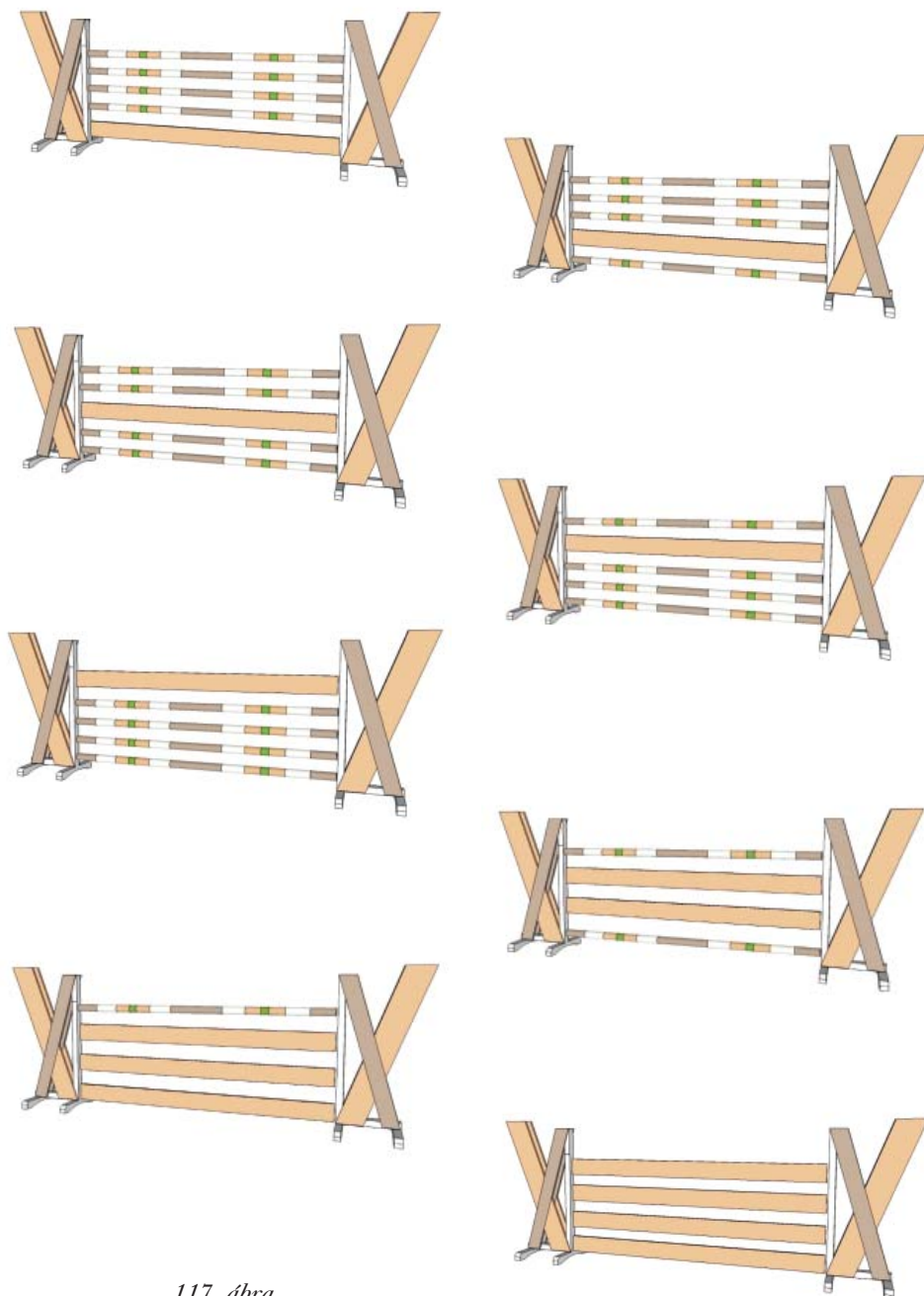
Szóló akadályok

Az akadályok hassanak természetesnek és tetszetősnek, a résztvevők számára nyújtsanak esztétikus, kellemes és változatos látványt. Emellett a változatosságot mind az ugrópályán belül, mind pedig az akadálypark összeállításának változtatásában, versenyszámról versenyszámra célként kövessük. A következő képeken az akadály betételemei rudakból kerülnek kialakításra (116. ábra). Nagyon jól lehet látni, hogy a variációs lehetőségek tárházát felhasználva, egy konkrét akadályt pillanatok alatt hogyan tehetünk optikailag mássá, és ezzel együtt természetesen nehezebbé is.



116. ábra

Tudjuk, hogy a díjugrató pályákat alkotó akadályok betételei nem csak rudak lehetnek, hanem építhetjük palánkok és rudak különböző variációját is. Ezzel a megoldással egy újabb érdekes szint vihetünk a pályába. A következőkben erre láthatunk néhány variációt (117. ábra).



117. ábra

XIII. Pályabemutató

Ahhoz, hogy a versenyen sikeresen szerepeljenek lovasaink, szükség van arra, hogy tisztában legyünk a pályabejárás fontosságával (41. kép).



41. kép

A pályabemutató megkezdése előtt már tájékozódni tudunk a versenyszám nehézségi fokáról a melegítőpályán elhelyezett pályarajzból. Természetesen ehhez elengedhetetlen fontosságú az, hogy a verseny pályaépítője a kész rajzot a szabályoknak megfelelően fél órával a versenyszám megkezdése előtt kifüggeszse a melegítő pálya információs táblájára.

Milyen információkhoz juthatunk a pályarajz vizsgálata során?

1. Megtudjuk, hogy milyen a versenyszám elbírálása.
2. Milyen hosszú az alappálya.
3. Milyen iramra van kiírva a versenyszám.
4. Mennyi a pálya alapideje.
5. Mekkora a kiírt versenyszám akadályainak magassága és szélessége.
6. Milyen a vonalvezetés, és az akadályok nagyjából hogyan kerültek elhelyezésre pályán.
7. Ha a versenyszám összevetésre van kiírva, annak melyek az ugrásai.

Ha az előbb felsoroltakat figyelembe vesszük és kielemezzük, a pályabemutatóra rendelkezésre álló viszonylag rövid időt sokkal hatékonyabban tudjuk kihasználni. Ez az állítás különösen lényeges lesz abban az esetben, hogyha a startlista elejére lettünk beosztva.

A fent említett információk birtokában a pálya-bemutató kezdetét jelző csengőszóra és a pálya nyitva tábla kihelyezése után szabályos és előírászerű öltözetben megkezdődhet a pálya bejárása (42. kép).

Itt sokakban felvetődhet a kérdés, hogy miért kell a pályát bejárni edzőnek és lovasának együtt, ha minden információ megtalálható a már kielemezett pályarajzon? Nézzük sorban az általam legfontosabbnak tartott feladatokat.

1. A versenyszámok előtt, minden versenyzőben megtalálható egy többé-kevésbé felfokozódó stressz állapot, aminek feloldására nagyszerű alkalom a pálya-bejárásra fordított idő.

2. Pálya technikai bejárása:

- a) A start helyének pontos megállapítása: itt kell megítélni, hogy a startvonalon melyik kézről, és milyen pozícióban a legkedvezőbb rálovagolni a pálya első akadályára.
- b) A pálya bejárása során állandóan legyünk figyelemmel a talaj minőségére különös tekintettel a nehéz vonalak, kombinációk és élesebb fordulatok lovaglási útvonalára. A talaj lehet kemény, puha, csúszós, amit okozhat a nem kielégítő talajkarbantartás vagy szélsőséges, esős időjárás.

Tudnunk kell, hogy a felsorolt talajállapotok, hogyan hatnak lovunk vágtájának minőségére:

- kemény talaj hosszabb vágtaugrást eredményez,
- puha talaj megrövidíti a vágtát,
- síkos, csúszós talaj elbizonytalanítja és megrövidíti a vágtaugrás hosszát (például, vannak olyan lovak, melyek érzékenységüknél fogva kimondottan elfelejteneek vágtázni csúszós, mély talajon).



42. kép

Ebből adódhat, hogy egy normál távolság, csúszós talajon hosszúvá válhat, amit a ló fokozottabb előrelovaslásával kell majd ellensúlyoznunk.

A vízszintestől eltérő talaj a ló vágtaugrásának hosszát, és az ugrás minőségét megváltoztatja. *Egy normál távolság lejtőnek lefelé építve rövidde válik, amit a lovas lovának visszatartásával korrigálhat.*

A pályán előforduló fényviszonyok elemzése szintén nem elhanyagolható szempont, különösen fiatal, nem kellően tapasztalt vagy érzékenyebb lovak lovaslása esetén. Villanyfény mellett rendezett versenyek alkalmával, elsősorban reflektorokkal történő megvilágítás esetén előfordulhat, hogy a pálya egyes pontjain árnyékos részek alakulnak ki. Szabadtéri rendezvények esetén erősen napsütéses időszakban az akadályok közelében árnyképek rajzolódnak ki (142-143. ábra), ami egyrészt ijesztő lehet egyes lovak számára, másrészt befolyásolhatják magának az ugrásnak a minőségét is. Az akadály elugrasi oldalára vetődő árnyék úgy viselkedhet, mint ha egy erősen kitolt alapvonallal rendelkező akadályt kellene megugratni. Ez meredek akadály esetében könnyebbséget, míg széles akadály esetén nehézséget okozhat.

Ilyen akadályok előfordulása esetén nem árt a lovasnak „résen lennie”, és szükség esetén a ló visszatartását erőteljesebb előrelovaslással kell ellensúlyoznia.



142. ábra

7. A pálya nehézségi fokának elemzése, felmérése:

a pálya bejárását követően a vonalvezetésből, a felépített akadályok arculatából, a kombinációk, vonalak távolságából és az akadályok egymás utáni sűrűségéből kell eldöntenünk annak nehézségi fokát.

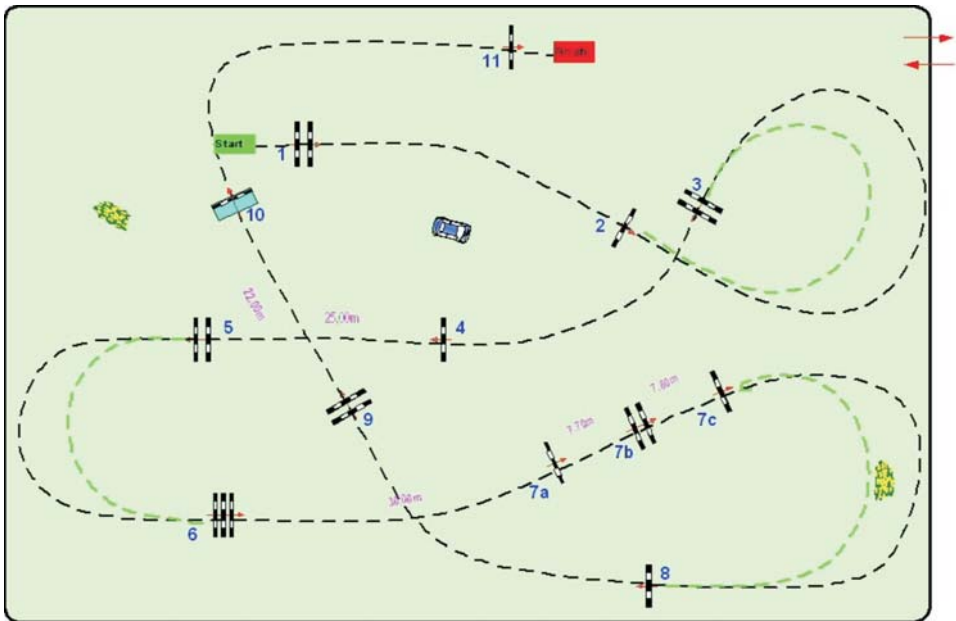
FONTOS! Az edzőnek tisztában kell lennie az adott pálya nehézségi fokával. Meg kell, tudja határozni azt, hogy lovasa- és lova edzettségi állapota a versenyszám nehézségi szintjéhez képest hol tart.

A fejezet lezárásaként elemezzünk két díjugrató pályát lovaglási szempontok szerint, és döntsük el nehézségi fokukat. Mindkét elemzésre kerülő pálya, egy 60 méter széles, 90 méter hosszú, közepes nagyságú, szabadtéri fűvel borított pálya.

A pályák paraméterei

„A”pálya: 130 cm magas, hibaidős versenyszám. A kiírt iram 350 m/perc, a pályahossz 430 méter. A pályába 11 számozott akadály került felépítésre 13 erő kifejtéssel (187/a ábra).

„B”pálya: 135 cm magas, egyszeri összevetésre kiírt versenyszám. A kiírt iram 375 m/perc, tehát az előző pályához képest 25 m/perccel magasabb. A pálya hossza 480 méter, vagyis 50 méterrel hosszabb, mint az



187/a ábra

