

SPECIALISTEN RECHTRICHTEN: STAL MIREILLE EN STAL CHEROKEE

HET RECHT VAN HET PAARD

MIREILLE DEN HOED EN DAPHNE BÖINCK GINGEN ALS GEROUTINEERDE DRESSUURAMAZONES ONBEVANGEN LESSEN BIJ DE BELGISCHE INSTRUCTEUR ANTOINE DE BODT. ZE WERDEN ALLEBEI GECERTIFICEERD DOCENT EN TRAINER IN DE METHODE DE BODT, GEVEN NU ZELF VEEL RIJLES, TRAINEN EIGEN PAARDEN MAAR VOORAL PROBLEEMPAARDEN. DEZE WORDEN, VAN ONHANDELBAAR, KREUPEL TOT BESTEMD VOOR DE SLACHT, DOOR EIGENAREN AAN HUN ZORG TOEVERTRUWD. DIE GELOVEN HUN OGEN NIET ALS HUN PAARD NA ENIGE TIJD RECHTGERICHT EN ZONDER BLESSURES GOED LOOPT. EEN BIJZONDERE ONTMOETING MET BEVLOGEN TRAINERS.



Mireille (38) en Daphne (29) hebben ieder een eigen stal, Stal Mireille in Nuland en Stal Cherokee in Babyloñiebroek, maar zien elkaar zeer geregeld. Als Antoine de Bodt komt lesgeven op stal bij Mireille is Daphne vanzelfsprekend van de partij. "Dit keer heb ik twee paarden meegenomen, mijn trots Oneill (13, v. Jazz) en mijn lieveling Norbert (14, v. Jacorde x Rebbel Z). Iedere ruiter heeft les nodig. Je kunt niet zonder iemand die van de grond meekijkt. En als docent / trainer vinden we het nog steeds een feest om bij Antoine te lessen."

JULLIE ZIJN DUS EIGENLIJK CONCURRENTEN?

Daphne lacht: "Nee, we zijn collega's en vriendinnen. Met elkaar meekijken is ook een stukje genieten."

Mireille: "We gaan tenslotte voor hetzelfde! De meeste eigenaren brengen hun paard bij ons als 'laatste redmiddel'. Dat is het dan ook, want vaak is er al heel lang op allerlei manieren zonder resultaat aan de paarden gedokterd. Dat is zo ontzettend jammer, zo zonde van die paarden! Onze resultaten met die paarden zijn bijzonder,

maar niet omdat we bijzondere dingen met ze doen. Onze drijfveren zijn liefde voor het paard en met veel verantwoordelijkheidsgevoel met ze omgaan. Een paard gewoon een paard laten zijn.

Daphne: “We gaan uit van de technische mogelijkheden van het paard, anders gezegd, van zijn biomechanische structuur. Het doet een paard zoveel goed als je daar vanuit gaat! Want dan wordt hij niet geforceerd of overvraagd en behoudt hij zijn mogelijkheden en welzijn. Daar heeft een paard recht op! Bovendien zal zijn beweging enorm verbeteren. Hiervoor is echter wel een andere manier van rijden nodig dan die je meestal om je heen ziet.”

PAARDENLIEFDE

Mireille: “Om goed te leren paardrijden moet je de juiste instructeur weten te vinden. Dit heeft bij mij helaas lang geduurd en eigenlijk is dat heel kwalijk.”

Mireille rijdt vanaf haar achtste en heeft met haar eerste pony, Charlie, die ze op haar 17e kreeg, ongeveer alles verkeerd gedaan wat je maar kan bedenken. “Ik was dol op mijn pony, niemand die van paarden houdt doet zoiets expres, dat gebeurt uit onwetendheid. Ik had les van verschillende instructeurs, maar die wisten ook niet beter. Het leek me geweldig om in de paarden te werken en kwam bij een gerenommeerde springruiter terecht. Daar zag ik erge dingen, zoals bloed van bit en sporen, triplebars die van de verkeerde kant werden gesprongen, barreren en ga zo maar door. Afschuwelijk! Die methoden lagen me niet waardoor ik besloot dat paarden maar hobby moesten blijven. Ik werkte lang als directie secretaresse en al mijn vrije uurtjes besteedde ik op mijn manier aan de paarden. Intussen bleef ik zoeken naar een betere manier van paardrijden.”

KENNISMAKING MET ANTOINE DE BODT

Anja Lauterbach (38), Mireille's steun en toeverlaat, heeft rustig geluisterd en vult haar nu aan:



“We reden altijd veel samen en waren al levenspartners toen Mireille ons een keer voor de gein had ingeschreven voor een clinic bij Antoine de Bodt. We wisten dat hij 'van het rechtrichten was' maar meer ook niet.”

WAS HET LEUK?

Mireille: “Nee, het was vreselijk! Ik reed

Romanesque, een prachtig Z2 dressuurpaard, maar ik kreeg ongezouten kritiek. Mijn paard had geen sterke buikspieren, uitpuilende klieren en een lang achterbeen, was kort in de hals en liep achter de loodlijn, enzovoorts enzovoorts. Daarbij vroeg Antoine hoe ik eigenlijk durfde om met stang en trens te rijden, ik kon niet eens 'licht' rijden!



Ik was erg ontdaan, hij was streng maar ik wist dat hij gelijk had! En ik wist ook dat wat hij vertelde precies was wat ik wilde leren.” (Romanesque is later naar Marijke de Jong gegaan, zie de reportage over de Academische Rijkunst in het juninummer 2008 van Horsimo, red.)

Anja: “Bij mij was het zo mogelijk nog erger. Ik was met mijn paard Oakville M2 dressuur, maar Antoine vond dat ik niet eens kon zitten! Jankend ben ik afgestapt.”
Mireille: “In de auto op de terugweg naar huis besloten we alles op alles te zetten om aan zijn kennis te komen en ons volledig op dit systeem te storten. We konden de

opleiding realiseren omdat we alles samen doen en idolaat zijn van hetzelfde.”

Anja: “Mireille werd in mei 2007 gecertificeerd docent en trainer in de Methode de Bodt. Maar we lessen nog steeds regelmatig in België en ook zo vaak mogelijk in Nederland.”

COLLEGA DOCENT EN TRAINER

Daphne ontmoette Mireille en Anja op les bij Antoine de Bodt en het klikte meteen.

Had je een bepaalde reden om bij Antoine de Bodt te gaan lessen?

“Ik ging bij hem lessen nadat Petra Bouman, een bioloog die alles weet van de

biomechanica van het paard, superenthousiast had verteld hoe goed zijn methode is. Ik had mijn M2 dressuurpaard Jerome (toen 10, v. Gronos x Blanc Rivage) bij me en Antoine bood aan om er even op te gaan. Binnen vijftien minuten zag ik het paard wissels springen en lopen zoals hij nog nooit had gelopen. Zo los, zo soepel, zo makkelijk buigen dat ik dacht ‘Dit wil ik ook, dit heb ik altijd gezocht!’

Een rijles wint enorm aan waarde als de instructeur niet alleen het hoe en waarom goed kan uitleggen maar ook op het paard kan tonen wat de bedoeling is.”

Mireille: “Natuurlijk moet je erop, je kunt nog zoveel zien, maar dat kan nooit op tegen het voelen.”

Daphne, inmiddels een zeer ervaren docent en trainer: “Geroutineerde ruiters zeggen vaak ‘dat doen we al zo’. Dat zei ik in het begin ook, maar je komt er snel achter dat deze benadering van een paard toch heel anders is en er veel valt te leren.”

METHODE DE BODT

“Het uitgangspunt van de Methode de Bodt is dat ieder paard van nature enigszins scheef staat doordat de linker en rechter lichaamshelften niet gelijk zijn. Deze asymmetrie komt niet alleen voor bij het paard, maar ook bij de mens. Maar die weet wel of hij linkshandig of rechtshandig is, en welke helft van het lichaam sterk en handig is en welke minder, dus zwakker en slapper is. Dit staat echter niet te boek als ‘scheefheid’, zoals we het asymmetrisch zijn van het paard noemen.

Door deze scheefheid staat een paard iets meer naar links of naar rechts gesteld, maar niet veel ruiters weten of hun paard linksgebogen of rechtsgebogen is. Waar het paard er in de natuur geen last van heeft, kunnen er allerlei problemen ontstaan als hij een ruiter op zijn rug krijgt die zijn natuurlijke scheefheid niet onderkent en het paard niet allereerst kan recht-richten. Het paard wordt daardoor tijdens het rijden met tientallen kilo’s extra scheef belast. De rijproblemen die de ruiter daarvoor ondervindt zal hij op verschillende



manieren proberen op te lossen, maar een juiste manier ontbreekt omdat het paard in eerste instantie niet is rechtgericht. Het paard krijgt hierdoor per saldo grote problemen.

De problemen worden bijvoorbeeld nog erger wanneer de ruiter probeert laag te rijden zonder het paard eerst recht te richten. Dan kan het paard nooit tot een goed gebruik van de achterhand komen, waardoor er teveel belasting op de voorhand terecht komt. De beroemde Duitse dressuurruiter Dr. Reiner Klimke zei eenduidig: ‘Alleen een rechtgericht paard laat zich verzamelen’.

Wanneer de ruiter probeert stelling te rijden voordat hij zijn paard correct heeft rechtgericht dan verstoort hij het evenwicht van zijn paard ernstig en dwingt hij de rug van zijn paard in een geforceerde houding. Maar hoe vaak zie je niet dat de ruiter door middel van een hulpteugel of door een te harde hand zijn paard naar beneden probeert te trekken? Als de ruiter vervolgens probeert te verzamelen dan komt alle druk op de voorbenen van het paard, en als die overbelast raken gaat het paard kreupel lopen. De

voet is namelijk de zwakste schakel waardoor de symptomen hierin het eerst tot uiting komen.

In de Methode de Bodt is het rechtrichten dus een voorwaarde om verantwoord te kunnen paardrijden!”

STAL CHEROKEE

Daphne heeft haar Stal Cherokee ruim tien jaar geleden met haar moeder opgezet. “Mijn moeder is een specialist op het gebied van paardengedrag, van gezonde tot mishandelde en verwaarloosde paarden. In haar holistische benadering van het paard gebruikt ze haar bijzondere gave om met paarden te communiceren. Ze voelt wat een paard voelt en weet dan precies wat er aan de hand is. Op basis van haar diagnose kan een grote variatie aan paramedische behandelingen de oplossing bieden.

Ik heb de paardenliefde dus van mijn moeder. Ik heb nooit pony gereden, maar reed al op een paard toen ik acht was en heb erg veel buiten gereden.”

Na twee ongelukken zag Daphne als 13-jarige het rijden een paar jaar niet meer zitten. Daarna heeft ze, gesti-

TYPISCHE PROBLEMEN EN VERSCHIJNSELEN BIJ EEN NIET RECHT GERICHT PAARD

- het makkelijk naar één kant buigen en moeilijk naar de andere kant
- ongelijke aanleuning of het paard pakt één teugel vast en neemt de andere niet aan
- het op de ene hand wel kunnen galopperen en op de andere hand niet
- het niet vierkant halthouden
- het appuyer en lukt wel naar de ene kant maar niet naar de andere kant
- het hoofd kantelt verkeerd
- schudden met het hoofd
- taktfouten
- het onregelmatig verruimen
- het schuin achterwaarts gaan
- steigeren of bokken
- het paard is extreem nerveus omdat het de oefeningen niet kan doen die de ruiter vraagt
- het paard heeft een scheef bekken en /of: ongelijke hoeven, rugproblemen, spat, kissing spines, hoefkatrolontsteking.

(Lees hiervoor ook het artikel Verantwoord Paardrijden in deze Horsimo!)

Mireille den Hoed





muleerd door haar vriend, de Orun cursus gedaan, een paar jaar op een dressuurstal gewerkt en een periode in opdracht van eigenaren paarden zadelmak gemaakt. “Toen kroop het bloed toch waar het niet kan gaan en heb ik me ingezet voor Stal Cherokee. De afgelopen jaren hebben mijn moeder en ik fantastische resultaten behaald, zij met haar behandelingen en ik door probleempaarden weer recht te rijden en goed aan het lopen te krijgen. Ik geef nu ook kinderen die leren paardrijden met-

een les volgens de Methode de Bodt.”

Haar eigen paarden kreeg Daphne veelal door haar trainingen. “Zo kreeg ik de vos Norbert drie jaar geleden in training en werd zo verliefd op zijn karakter en werklust dat ik hem kocht. Hij is nu M2 maar kan alle oefeningen van Z2 al. De zwarte ruïn Maestro (v. Haarlem) heb ik nog geen jaar maar hij is een kanjer en ik hoop hem volgend jaar in het Z te gaan starten! Oneill kreeg ik van mijn moeder. Dit jaar

heb ik hem twee keer uitgebracht in de M2, met twee winstpunten en een keer gewonnen. Zo gaaf! Mijn grote wens is om ooit Grand Prix te rijden, maar wel op een paard dat ik train volgens de Methode de Bodt!”

Inmiddels zes jaar getrouwd en moeder van een zootje van twee jaar, breekt voor Daphne begin 2009 een nieuwe periode aan. “Stal Cherokee verhuist naar Zaltbommel. Ik kan er circa twaalf paarden stallen, waaronder onze Lippizaners, Shagya arabieren en KWPNers die hele brave lespaarden zijn.” Ze lacht: “Mijn moeder gaat officieel met pensioen maar houdt een wekelijks spreekuur bij mij op stal.”

STAL MIREILLE

Mireille runt als docent en trainer in de Methode de Bodt haar Stal Mireille succesvol met Anja. “Het weer goed krijgen van probleempaarden is voor mij een full time job. Daarbij heeft Anja twee dagen per week haar praktijk als mondhygiëniste en is ze de andere dagen ook op stal aan het werk. We bieden de eigenaren van wie we paarden op stal krijgen “no cure, no pay”. Als hun paarden niet correct gaan lopen dan hoeven ze alleen de stalling te betalen, niet de training. Afhankelijk van de problemen kan zo’n training weken, maar ook maanden duren.”

Maar negen van de tien keer ligt de oorzaak bij de ruiters. Hoe groot is de kans dat een probleem terugkomt nadat eigenaren hun paard weer goed mee naar huis hebben genomen?

“Klopt. Om die kans te minimaliseren trainen we hen ook. In eerste instantie niet op hun eigen paard natuurlijk. We leren de ruiters en amazones op onze paarden voelen hoe ze wel moeten rijden. Voor sommige is het moeilijk om eigen vaste overtuigingen te veranderen. Dan zeg ik stevast: ‘Zij die nooit van mening veranderen hebben zelden iets geleerd’. Op een gegeven moment zijn ze zover dat

ze hun eigen paard eens mogen narijden en zo bouwen we het op tot ze zelf het vertrouwen hebben dat ze hun paard thuis, dus zonder mijn begeleiding, goed kunnen houden. Maar ze blijven wel regelmatig lessen en af en toe komen de paarden terug voor een 'APKje' tijdens een vakantie van de eigenaar."

WELKE PAARDEN HEBBEN JULLIE NU ZELF?

"Mijn paard De Rechter (13, v. Zeoliet x Utrecht) is een droompaard. Hij werd afgekeurd toen hij 5 jaar was en kwam in 2006 bij mij in training. De eerste keer duurde het een klein uur voor ik eindelijk op zijn rug mocht. Maanden later heb ik hem voor een prikkie kunnen kopen. Hij is mijn grote trots. De Rechter is een Rolls Royce onder de paarden! Met hem rijd ik nu Z1 maar hij beheerst al de oefeningen voor het Z2. Ik wil bewijzen dat je met deze manier van rijden ook in de sport mee kunt rijden!

VVV Texel (7, v. Ferro x Farmer) kwam zo'n 2 jaar geleden in ons bezit omdat het niet klikte met zijn eigenaresse. U-Star (8,



v. Neostan x Jazz) is groot, brutaal en lomp maar vreselijk lief, terwijl hij bij ons kwam als een zogenaamd 'staatsgevaarlijk' paard. Anja rijdt hem nu en ik rijd sinds kort haar paard Oakville (13, v. Juventus x Pablo). Mireille lacht: "Dancing Toskana, (9, v. Feinbrandt x Rigoletto), is onze enige merrie. Ze is kreupel geweest en nu is ze de baas over de ruinen! En Valentino (7, v. Stravinsky x Gribaldi) is tenslotte onze nieuwste aanwinst, hij kwam bij ons met kissing spines."

RECHTRICHTEN

Mireille: "Bij het rechtrichten gaat het in eerste instantie altijd om het verticale evenwicht van het paard. Pas als het paard in verticale balans is kun je werken aan de horizontale balans.

De achterbenen van het paard willen we zien in een 50/50 verhouding, dus als een pendel van een klok evenveel voor als achter de loodlijn. Het voorbeen willen we vanaf de loodlijn naar voren zien bewegen. Verder willen we een open kaak (dus geen uitpuilende klieren) zien en uiteraard een gelijke aanleuning op twee teugels hebben. Het gewicht dat het paard op de teugel geeft, staat gelijk aan de verdeling van het gewicht over de benen.

Daphne: "De nageeflijkheid begint in de rug, dan de hals, nek en tenslotte de kaak. Maar vaak vinden ruiters het paard al nageeflijk als hij inknikt in de hals en kaak. De halshouding komt voort uit een correcte beenzetting. Een lange hals - voorbeen voorwaarts - dus niet diep onder de massa, dan loopt hij op de voorhand - , het achterbeen kort en het kruis zakt dan. Vaak zie je dit andersom."

Mireille: "Rond en diep rijden zie je bij ons dus niet. Niet alleen omdat het volgens ons technisch niet klopt, maar ook omdat het paard dan niets kan zien!"

Anja: "Van groot belang is dat ruiters zich realiseren dat ze de natuurlijke scheefheid van hun paard zélf verergeren. Met alle mogelijk gevolgen van dien. Die gevolgen



zien wij dus veel en dat is vreselijk. Daarom pleiten we voor deze bewustwording, voor er daadwerkelijk iets aan doen. Laat iemand op stal kijken of je recht zit, weet wat indicaties zijn dat je paard scheef is en neem les om het rechtrichten te leren. Paarden hebben in onze ogen het recht om rechtgericht bereden te worden, dus zonder pijn en met plezier voor paard én ruiter."

Voor meer informatie: www.stalmireille.nl, tel. 06. 2409 5482 en www.cherokee.eu, tel. 06.2216 2495.