



VOLTIGE PÅ NORDSVENSK



Camilla Paraniak rider Safir på uppvisning vid Nynäs Slott, Tystberg. Sommaren 2009.

Det finns många bra användningsområden för den nordsvenska hästen. Ett utav de kanske mer ovanliga jobben har det nordsvenska stoet Safir. Hon är nämligen voltigehäst. Safir är även välutbildad inom den akademiska ridkonsten.

På gården Ängen utanför Gnesta, (ca 8 mil söder om Stockholm) är det voltigeträningen en gång i vecka för barn och ungdomsgruppen. Förutom på vinter, då det är vinteruppehåll. Det finns inget ridhus på gården, vilket betyder att träningen sker utomhus i alla väder. Skulle det vara för otäckt väder används trähäst under tak eller så ställer de in en häst i ladan och gör övningen i halt. Det var 14 tjejer i åldrarna 7- 14 år, som tränade under höstterminen. En del av dem har tränat här i så länge som 6 år och några började precis under höstterminen. Det är så underbart med voltige att det funkar att vara i olika åldrar och olika erfarna. Alla behövs och är lika viktiga. När det är flera på hästryggen, är det bra med en stark person som basen på den mänskliga ”pyramiden”. När det gäller lyft, är det bra att lyfta någon som är mindre och lättare. På så sätt får alla en uppgift utifrån vad de vill göra och vad de är redo för. Lagledare och linförare för gruppen är Camilla Paraniak, som driver företaget Hästen är PoÄngen. Till sin hjälp har hon även Malin Solter, som också är tränare. Det är roligt att intresset för att träna voltige har hållit sig, tycker Camilla. Den första barngruppen startades år 2000 på gården Ängen. I hela 14 år har det funnit en barngrupp som tränat voltige på en nordsvensk häst. Camilla är mycket glad för att Malin vill vara med och träna barnen. Malin började själv med voltige genom om att gå på ett voltigeläger 2005, då var hon 14 år. Hon fortsatte sedan att träna under terminen. Nu har Malin tränat barngruppen i ca 2 år och hon är en ovärderlig hjälp.

Safir (u.Uni 22273 och e. Fager 1855), som är ett 18 årigt sto och mäter 154 cm i mankhöjd, som har lång erfarenhet av voltigejobbet. Camilla och Safir har känt varandra i 12 år, så de är ett väl samsvetsat team. Camilla har själv utbildat henne till voltigehäst. Safir är mycket bra voltigehäst, då hon har ett bra och stabilt temperament.

10



Camilla Paraniak tränar Safir hemma på ridbanan på gården Ängen, Gnesta. Sommaren 2013.



Enya Speicher står på Safir i trav. Voltigeuppvisningen vid Nynäs Slott, Tystberga. Sommaren 2011.



Anna Fischler gör en kullerbytta på Safir. Nynäs slott, Tystberg. Augusti 2011.



Naomi Welff gör en hängövning på Safir. Voltigeläger på Ängen, Gnesta. sommaren 2013

Safir har bra balans och stark rygg att göra olika övningar på. Hon är en klippa att ha med sin ut på uppvisningar på andra platser. Safir lyssnar alltid och blir inte ofokuserad eller rädd för divers saker. Det skulle faktiskt bli mycket farligt om hästen hoppade till för att publiken rör sig just när en voltigör (voltigeutövaren kallas så) står på hästen i trav. Just säkerheten är mycket viktigt att tänka då det finns många riskmoment i voltige. Det krävs att hästen inte rädd för att det kommer armar eller ben nära huvudet. Eller att hästen reagerar på omgivning medan voltigörer finns på ryggen. Hästen får inte vara kittlig, så att den sparkar bakut så fort det kommer tryck på rumpan. Hästen och linföraren måste också i alla moment och alla situationer ha ett fint samspel för att undvika olyckor. Mycket hästkunskap, förmåga att kunna läsa av hästen och på så sätt förut se vad som kommer att ske, innan det sker är nyckeln till säker voltige. Camilla har varit voltigetränare i 17 år, och tack och lov aldrig varit med om en allvarlig olycka under en voltigeträning eller uppvisning. Varje övning delas in i mindre bitar och tränas först på en trähäst sedan på en riktig häst, så voltigören vet exakt vad den ska göra med sin kropp. Det tränas också på att hoppa av hästen när den är i rörelse. Detta ökar säkerheten, för skulle voltigören känna att den är på väg att tappa balansen i någon övning, så ska den innan det händer välja att hoppa av, istället för att trilla av. Voltige är en av få ridsportgrenar som Svenska Ridsportförbundet godkänner att tävla i utan hjälm. Av den anledningen att hjälmen är mer i vägen och risk finns att voltigören fastnar med hjälmen i voltigegjorden. Det är alltså säkrare att vara utan hjälm, när voltigören är mer erfaren. På Ängen börjar de alltid med att ha hjälmen tills de redo att vara utan. Det finns många övningar, som går bra att göra med hjälm och sedan övningar som absolut inte går att göra med hjälm t.ex. kullerbytta på hästens rygg.

www.nordsvensken.org Nr 3 2014 årgång 8



Alma Strömberg och Nelly Bülow galopperar på Safir. Voltigeläger på Ängen, Gnesta. sommaren 2013

Utrustning.

Det används en voltigegjord med två stora handtag uppe på ryggen och öglor på båda i sidorna av hästen. Under voltigegjorden ligger tjock padd av filt. Som avlastar hästens rygg så att hästen inte behöver få voltigörens knän intryckta i ryggen. På hästen huvud finns ett huvudlag med ett tränbett och i det inspänningstyglar, så att hästen inte kan vända på huvudet och störa voltigörerna. Dessutom används en kapson att fästa longerlinan i. För smidiga varvbyten.

Varför ska man träna voltige?

Jo, för att träna sin balans, styrka, kroppsmedvetenhet, samarbetsförmåga, stärka självkänslan men framför allt för att ha roligt tillsammans med andra. Alla kan träna voltige efter sina egna förutsättningar. Camilla har valt att inte tävla i voltige, men det bjuds på flera uppvisningar varje år. När det är tävlingar i Sverige så utförs övningarna i skritt i de lätta klasserna och galopp i de högre klasserna. På Ängen använder mest vi skritt och trav, men även en del galopp. För Camilla är det viktigt att ingen blir tvingad att utföra en övning. Det gäller att voltigören själv är motiverad och verkligen vill, då går de flesta övningar att träna fram. Rädsla och ovilja sätter spänningar i kroppen och det är bra att vara avspänd och kunna följa med i hästens rörelser för att kunna utföra övningarna på ett säkert sätt.

Det finns även en vuxengrupp som tränar varannan vecka. Den har funnit i 3 år. Härligt med vuxna som vågar sig på nya utmaningar uppe på hästryggen.

Voltigeläger har anordnats på gården i många år. Denna sommar blir den 12:e sommaren i ordningen. De är populära och deltagare kommer enda från Lund och Göteborg för att delta. Vilket Camilla tycker är mycket skoj. Många kommer tillbaka år efter år och fortsätter att utvecklas. Gå gärna in på Camillas hemsida www.stall-angen.se, där finns filmer från lägren. Eller varför inte passa på att anmäla sig till något av lägren innan alla platser är upptagna.

Vikten av att träna voltige på en utbildad häst och med erfarna instruktörer vill Camilla betona. Då det kan sluta riktigt illa med en utbildad häst och inte tillräcklig erfarna människor runt omkring. En häst som inte är van kan reagera kraftigt och plötsligt och då är det stor risk att någon skadar sig.

Voltige är roligt och utvecklande, en kul träningsform tillsammans med andra intresserade och med hästen. Om du någon gång får chansen att prova, gör det!

Text: Camilla Paraniak Foto: Robert Paraniak