

## Jubilee

4-årigt hannoveranersto med Sandro Hit, Donnerhall och Weltmayerblod i stamtavlan. Dressyrinriktning men hoppar inte oävet.

Inriden som 2½ åring och avlagt tyskt stotest som 3-åring med resultat = elitstokandidat (P.St.A.).

Ett vackert sto med ändamålsenlig och korrekt konstitution.

Ej visat några rörelsestörningar eller problem men är väldigt ambitiös och lättlärd så hon ligger långt fram (tidig) på utbildningsskalan.

Täcket anskaffat med huvudsyfte att vara förebyggande i träningen.

Vid start av detta test går hon ute i stor gräshage dygnet runt och rids eller tömkörs var dag med någon vilodag inlagd då och då.

17-jul	Lade på och inpassade täcket för första gången. Jubilee var lite överaskad av det "stickiga" men inga större reaktioner. Trampade några gånger åt båda hållen, verkade lite fundersam. När jag efter halva tiden (totalt 15 min) strök över nälytorna så sjönk hon ner på respektive sida och avlastade samma sidas bakben växelvis med mina strykningar. Efteråt borstade jag in lite liniment då avlastade hon tydligt, sänkte huvudet och såg ut att njuta även om jag använde den hårda borsten. Efteråt sträckte hon båda frambenen framåt och strechade ryggen som hästar gör ibland när de har legat och rest på sig.	Direkt efteråt red jag ut en sväng på kandar. Hon var livligare i skritten redan från det jag satt upp. Brukar alltid promenera bredvid ca 500 m innan jag sitter upp (för min egen rygg). Travade lite mjukt och klättrade 3 ggr innan jag kände på henne. Hon rörde sig med elastisk ryggverksamhet och jag tyckte hon "släppte till" i vänstersidan på ett mjukare sätt. Vågar inte säga att det är signifikant förrän efter ytterligare några gånger. Hon är som många unghästar fortsatt något starkare/stelare i vänstersidan. Fortsatte sedan med övning av galoppfattningar från skritt. Gick mycket bra åt båda hållen (brukar göra det). Avslutade med att galoppa henne ca 300 m i låg form. Därefter en livlig skritt hem. Efter träningspasset maserade och borstade jag in liniment över korsmuskulaturen. Samma reaktion som innan passet, slappnade av i den sida av ryggmuskulaturen som jag borstade. Växelvist följsam.
18-jul	Lät täcket ligga på 20 min idag. Jubilee var inte lika nyfiken idag då hon kände igen "sticken". Började relativt snart att växla med att vila på ett bakken itaget. Mycket regelbundet och mestadels av tiden med ett bakken vilande. Märkbart att båda bakbenen var något mer undersatta än vanligt, likaså "stod hon över mindre mark" genom att också frambenen var mer under kroppen. Ska komma ihåg att följa detta (viktfördelning över bak- respektive framdel). Efter 15 minuter gäspade hon några gånger. Samma reaktion som igår när jag efter avslut "linimentborstade" henne, lång och djup strekning av rygg och framben.	Direkt efteråt tog vi en tur ut på trän. Red mest rakt fram och koncentrerade på att hon skulle svara framåt för hjälperna vilket hon gjorde bra. På grund av stark blåst och envisa hästflugor, s.k. "svidingar", är det svårt att avgöra någon verkan av täcket. Hon gick i bra form och med elastisk rygg i samtliga gångarter, men det kan ju bero på att hon också "bläste upp sig" i det bitvis höga gräset. Vill dock gärna tro att ryggen var mjukare än vanligt eftersom det gick lätt att få henne i djup form i både trav och galopp, trots blåsten. Samma reaktion som igår när jag efter passet maserade och borstade in linimentet. Synbart njuter hon och det är klart nyttigt att hon går att få att slappna av mekaniskt i kors- och ländryggsmuskulaturen på detta vis.
19-jul	Ökade till 25 min och flyttade fram mattan något så att musklerna för ytterligare en ländkota påverkas. Jubilee slappnade av omedelbart och jag strök över spikarna nästan direkt. Liksom tidigare dagar växlade hon att vila på ett bakken i taget, men stod längre stunder innan hon växlade. Likaså stod hon över mer mark idag. D.v.s. hon satte inte under sig bakben och framben lika mycket som igår. Ingen gäspning idag, men väl en avslappnad underläpp. Ingen strekning av ryggen som tidigare dagar när jag linimentborstade henne efteråt. Idag var hon också klart varmare, nästan småsvettig under spikmattan och kändes mycket avslappnad i muskulaturen när jag masserade och borstade henne efteråt.	Tömkörde henne i ridhuset direkt efteråt. Skritt rakt fram i 10 min först. Samma iakttagelse som tidigare, en livligare skritt och här kunde jag se ett bättre övertramp redan från början. Därefter 5 minuter trav i vardera varvet och därefter tre minuter galopp i vardera varvet. Inlagda skrittavbrott så det blev tre travgångsättningar och tre galoppfattningar i varje varv. Hon såg rytmisk och fin ut och kom fram till sug på yttre tömmen på ett bra sätt med mjuk eftergift i innersidan även i vänster varv. Jobbade igenom hela kroppen. Avslutade med att trampa piaff under svag rörelse framåt i ca 15 tramp. Såg mycket bra ut, tidigare tendens till snedställning kom inte fram. Om detta är ett tecken på att hon kände sig "jämnare" i muskulaturen eller att hon i uppvärmningen gick bättre in i handen är för tidigt att säga. Oavsett vilket så kändes det positivt och detta gav "den positiva spiralen" => positiv häst och positiv ryttare förstärker varandra!
20-jul	Gick upp till 30 min. Redan när jag borstade innan jag lade på täcket så intog Jubilee avslappnad "njutarställning". Började med att stå 7 minuter med jämnt belastade bakben. Därefter avlastade hon höger bak i 5 minuter, växlade över och avlastade vänster bak i 2 minuter för att återigen avlasta höger i ca 3 minuter och direkt vänster igen under någon minut. Därefter stod hon belastande båda bak jämnt uppställda i en perfekt haltposition. Hela tiden med halsen rak och naturligt utsträckt viloposition. När det var 5 minuter kvar reste hon halsen med "eftergift i nacken" samtidigt som hon höjde ryggen. Från sidan en perfekt siluett i samling. Efter det växlade hon några korta stunder med vilande bakben. Ingen jäsning eller strekning idag heller. Däremot mjuka fina "ryggfiléer" när jag linimentborstade efteråt.	Efter sedvanlig promenad till fots satt jag upp och red 20 minuter i skogen. Över stubb, sten, ris och kullfallna träd. Slingrande mellan trädstammar. Samma iakttagelse som tidigare en livlig och lösjord skritt direkt. Efter den förberedelsen gick vi till utebanan och värmdes upp med lite trav, vändningar, skänkelvikning, ryggning och galopparbete. Ökningar i samtliga gångarter svarade hon bra på. Glömde tyvärr att lägga ner henne i låg och djup form för att känna på henne, men som hon kändes hade det säkert fungerat alldeles utmärkt. Får testa någon annan dag. Red igenom LB:1 och hon gick bra (65 - 67%). Bjudningen var bättre än tidigare, men den kommer dag för dag (hon är ju nybörjare). Hon gick med bra påskjut och ryggverksamhet.
21-jul	Vilodag.	
22-jul	30 min. Samma lugna njutarställning som i förrgår. Likartat beteende när det gäller att avlasta bakben växelvis. I slutet av "behandlingen" reste hon halsen med eftergift i nacken samt höjde ryggen tre gånger, varav den sista när jag linimentbortstade efteråt. Likaså slickade hon sig om munnen, tuggade lite och gäspade tre gånger under slutet av passet. Svetting under tryckplattorna efteråt samt mjuka filéer.	Red ut på trän idag. Inte fullt så alert skritt från början, kan berott på att det var varmt (27 grader i skuggan). Piggade till när vi kom in i skogen. Klättrade 5 gånger med mellanliggande mycket bra bakdelsvändningar, släppte till i innersidan och trampade super runt. Därefter 2 gånger 2 travökningar i uppförbacke. Suverän överlinje med resultat att hon låg lätt och jämnt i handen med rejält påskjut och fin bogfrihet (uppåt - framåt). Satt därefter ned i ett kort travpass med mycket kvalitet i rörelsemekaniken. Därefter galopp hemåt. I både trav- och galoppensin så växlade jag med låg och djup form. Mycket bra balans! Jubilee kändes mer licksidig idag än någonsin!
23-jul	30 min. Samma som tidigare men hon belastade bägge bakbenen jämnt i 23 minuter innan hon avlastade vänster ben i knappt 5 minuter innan hon växlade och vilade höger ben i knappt 3 minuter. Varm men inte svettig under spikarna. Mjuk och fin i ryggfiléerna när jag liniment-borstade. Ingen strekning eller gäspning. Börjar bli rutin?	Red ut på kandar. Pigg och alert skritt från början, kanskre beroende på att jag red på kvällen och det var inte så tryckande varmt som igår. Mycket flugor i stället så jag tog ett lätt pass med en klättring. Några skänkelvikningar (bra tvärning) i skritt och trav samt några skolor i skritt. Red några travökningar "snett igenom". Hon tar i bra men går inte "hela vägen" som i uppförbacke. Tränade några enkla byten därefter galopp, skritt och ny galopp med låg och djup huvudställning. Travade rakt fram med låg och djup huvudställning. Fortsatte med att sitta ner i traven med låg och djup huvudställning. Hon gick stabilt med bra sving i ryggen. Avslutade med lite galopp och trav i lätttridning med fortsatt låg och djup huvudställning. Höll takten bra.
24-jul	30 min. Stod jämnt och avslappnat i ca 17 minuter innan hon avlastade vänster bak i ca 7 minuter. Därefter höjde hon halsen med eftergift och höjde ryggen under tiden hon växlade ben. Vilade höger bak i ca 6 minuter varefter hon växlade en kort stund till vänster och tillbaka till höger. Efter första växlingen slickade hon sig om munnen och tuggade innan hon återgick till "njutarställning" med hängande underläpp. Varm men knappt fuktig under spikmattan. Mjuka fina ryggfiléer när jag linimentborstade.	Tömkörde i ridhuset. Rakt fram i skritt längs fyrkantspåret i 10 minuter. Därefter trav 5 minuter i vardera varvet och därefter 3 ggr galopp i vardera varvet, ca 4 minuter i varv varv. Trampade piaff därefter. Hon låg fint i handen och var rak utan att snedställa. Något ivrig och trampade lite mer under sig med vänster bak. När jag korrigerade med spöet svarade hon bra. Oliksidigheten berode inte på spänning i rygg eller kropp. Kan berott på att hon var kissnödig, för direkt efter passet när hon fick skritta fritt i ridhuset medan jag plockade ihop utrustningen så kissade hon en veritabel störtflod.

## Sammanfattning så här långt

Användandet av täcket har inneburit klart och tydligt att Jubilee har slappnat av innan ridpasset. Detta såväl muskulärt som mentalt. I viss mån menar jag att den praxis som rådde när

jag började med hästar på 1950-talet d.v.s. att rykta hästen 30-45 minuter före dagens arbetspass, kan ersättas av akupressurtäcket. Man uppnår samma effekt både fysiskt och mentalt, något som försvunnit med klippning, tvättning, täckning och lättborstning av den moderna sporthästen (arbetshästar finns ju knappt numera). På Jubilee har täcket haft en klart positiv påverkan som kommer ge resultat i det fortsatta arbetet. Därför kommer jag fortsätta att använda det innan träningspassen på samma sätt som denna utvärdering redovisar ovan. Innan jag gör så vill jag dock testa och utvärdera effekterna av att använda täcket efter arbetspassen. Nu får Jubilee några dagars paus från arbete med hästvård.

- 29-jul Innan jag red så tog jag in Jubilee och ställde upp henne på gången. Hon intog "njutarställning" direkt och tyckte det var skönt när jag borstade henne. Red henne och därefter 30 minuter med täcket. Eftersom hon var svettig efter ridturen så var hon även det efter att haft mattan på. Hon belastade bägge bak under de första 10 minuterna, därefter avlastade hon vänster bak ca 5 minuter. Växlade en kort stund och avlastade höger innan hon växlade igen. Sista 7 minuterna stod hon jämnt på bägge bak. Tuggade och slickade sig runt munnen samt gäspade tre gånger jämnt fördelat under passet. Ingen stretching.
- 30-jul På samma sätt som igår var hon lugn och avspänd när jag ställde upp henne på stallgången innan ridpasset. Efter jag borstat henne över rygg- och magmuskler med hårda borsten så strechade hon frambenen och kroppen genom att sträcka fram benen och sänka framdelen. När hon fått täcket på efter ridturen så stod hon de första 5 minuterna jämnt på bakbenen. Därefter avlastade hon först höger bak en kort stund och växlade sedan till vänster. Fortsatte så relativt ofta men vilade längre stunder på vänster bak. Slickade sig om munnen och tuggade regelbundet. Sista 5 minuterna stod hon jämnt på båda bak och gäspade ett flertal gånger. När jag avslutningsvis linimentborstade rygg- och bakdelsmuskulatur så var hon svettig under spikmattorna och mycket mjuk och fin i muskulaturen samt njöt av behandlingen. Tecken på att akupressuren verkar.
- 31-jul På liknande sätt som igår verkade det som om Jubilee väntade sig något skönt för hon stod lugnt och avslappnad och var fin i muskulaturen när jag borstade bog-, rygg-, mag- och bakdelsmuskulerna med hårda borsten. Efter ridpasset så la jag på täcket och strök med handen över spikplattorna. Hon sjönk undan för trycket och ställde sig därefter jämnt på alla fyra och i avslappnad position. Stod så i 5 minuter innan hon började avlasta bakbenen växelvis. Inte så långa stunder på vart ben. Efter 15 minuter stod hon jämnt på bägge bak i 6 minuter innan hon fortsatte den växelvisa avlastningen. Samtidigt började hon slicka sig om munnen, tugga och gäspa då och då. Något lite svettig under plattorna när de 30 minuterna var över.
- 01-aug Skulle nästan kunna kopiera gårdagens iakttagelser. Enda reella skillnaden var att idag var hon rastlösare när jag ställde upp henne på gången efter ridpasset p.g.a. att ett flertal koflugor följde med in och satt sig på huvud, hals och ben när hon stod med täcket. Annars väldigt likt men med kortare tid mellan växlingarna av bakken. Med hänsyn taget till flygfån och störningar så blev det en provdag utan värde.
- 02-aug Reagerar likartat nu, både innan och efter arbetspasset.

Efter sedvanlig promenad så satt jag upp. Hon skrittade vaket och raskt. Efter skogen red jag skänkelvikning i skritt några gånger. Därefter skolor i skritt med olika omridningar, ormen och saxen. Klättrade 3 gånger med bakdelsvändningar emellan. Bra påskjut och lösjord ryggverksamhet. 2 gånger 2 travökningar uppför. Bra rygg och längning men inte det kraftigaste påskjutet, galoppfattning "låg på lut". Galoppökningar uppför, en gång i vardera galoppen. Hon blev lite överraskad att jag ville att hon skulle öka mer, men "tände till" bra. Red därefter en kort tur skolridning. Hon gick bra (trots flugor) med mycket bra "swinging" rygg. Travskolor med superbalans och mycket bra energi! Därefter låg och djup form i både trav och galopp. Fortsatt bra men något piggt, kanske på grund av de lediga dagarna. Får se i morgon hur arbetet och täcket efter påverkat henne?

Hon var inte lika rask i skritten som igår men i stället var den avspänd och rörlig, kvalitetsmässigt bättre. Hon var mycket uppmärksam på vikt- och skänkelhjälp under inledningsskritten. Travade därefter med lite sidvärtsrörelser och tempoväxlingar i varierad form innan vi galopperade i varierad form. Samma sak här, hon var uppmärksam på hjälperna. Efter galoppen blev hon piggare och var inte helt uppmärksam på förhållningarna. Avslutade passet med att på hemvägen sitta ner i traven och stämma av henne mellan hand och skänkel. Hon gick i en fantastisk fin form med härlig ryggverksamhet. Bjöd verkligen till så att jag "kom till ridning" på ett sånt sätt som kännetecknar ändamålet med ridningen. Travade henne i lång låg form sista skogsvägen.

Red ut på kandar. Jubilee öppnade på samma sätt som igår med en lugnare men kvalitativt bättre skritt. På hemvägen blev skritten också något raskare = superkvalitet. På väg till klätterplatsen efter skogen så red jag skänkelvikning samt skolor i skritt, omridningar och ormen. Nedanför klätterbacken började jag trava i låg fom. Växlade varv och form. Red därefter ett dressyrpass. Hon gjorde det mesta mycket bra. Suverän balans och takt i trav-skolorna. Gick även mycket bra i skolorna i galoppen. Svarade bra framåt och för ihoptagningar i såväl trav som galopp. För andra dagen i rad ett sådant där pass när allt fungerade och jag "kom till ridning" på ett sätt som det innan gårdagen var länge sedan sist. En hästs ryggverksamhet gör ryttaren!

Började med att promenera i skogen över "stock och sten". Mycket bra skritt med fin rörlighet, bra takt (lagom livligt) och bra övertramp. Efter 20 minuter så travade vi hemåt på skogsvägen i låg fom. Hemma på banan värmdes vi upp en kort stund med trav, sidvärtsrörelser och galopp. Allt i varierad form. Red därefter igenom LB:1. Hon var väldigt ökoncentrerad och "viftade" på både huvud och svans p.g.a. att det återigen var enormt mycket flugor i luften. Förutom broms och svingar så har nu också koflugorna (som sätter sig kring ögon och öron) kommit. Därutöver så blåste en hel del frön från tistlar som kommer in i näsborrarna och stör. Sammantaget ett ridpass utan några svar.

Tömkörde i ridhuset med vanliga rutinen för uppvärmning. Gick mycket bra och trampade piäff riktigt fint på slutet. Mjukt och väl in i handen.

#### Sammanfattning och slutsats så här långt

För att nyansera vad jag skrev i förra sammanfattningen; Akupressurtäcket kompletterar (inte ersätter) dåtidens ryktrutiner med avseende på "massageeffekt". Efter dessa två tester så har jag fått känslan att effekten av att använda det innan arbetspasset är mest värdefullt. Kommer därför fortsätta med det. Kommer också att fortsätta linimentmassagen före (efter täcket) och efter arbetspassen. Jubilee är ingen "problemhäst" men som alla unga ambitiösa hästar så jobbar hon rejält när man hittar "rätt knappar". För den unga hästen så är den otränade muskulaturen (bogar, hals, rygg och bakdel) viktig att hålla i trim under hästens arbete och utveckling. Man kan aldrig vara tvärsäker på på saker och ting eftersom hästar inte kan prata och säga vad dom upplever. Så Jubilees utveckling under denna provotid kan också böttna i andra orsaker, eller åtminstone samverka med annat. Även om så är fallet så tycker jag att mina iakttagelser ger en så pass säker indikation på täckets effekt att jag fortsätter använda det.