

Her & DER

KNHS ENDURANCE VERENIGING

najaar 2018



Nieuwe bestuursleden | Trainingsgebied 'Dutch Mountains' | De Eenhoorn Kinderrit 2018

Inhoud

najaar 2018

06



Verder

- 04 Nieuws uit de Endurance wereld
- 05 Nieuwe bestuursleden 2018 - 2021
- 06 Endurance Marathon Someren, uniek in zijn soort
- 08 Wedstrijden in het buitenland
- 10 Milieu, Boudheib en Camprieu: ingrediënten voor een bijzondere ervaring
- 12 Trainingsgebied 'Dutch Mountains'
- 14 Maagzweren bij paarden, een onderschat probleem
- 17 Het sprookje van Joy 'La Vie en Rose' Queen of Endurance
- 20 Toppers in de sport
- 22 Praktijktips, handigheidjes en wetenswaardigheden
- 24 Het was weer een echt feestje! De Eenhoorn Kinderrit 2018

20



24



Beste leden,

Veranderingen doorvoeren is een ingewikkeld proces. Je hebt te maken met culturen, karakters en gewoontes. Toch is verandering de drijfkracht van het leven. Een diersoort heeft meer kans om te overleven als ze met hun omgeving mee kunnen veranderen. Bedrijven passen zich continu aan om te kunnen concurreren, en jouw endurance doelstellingen zijn alleen haalbaar als je flexibel blijft in de training van je paard. Ook als vereniging kijken we steeds waar we staan en hoe we ons kunnen ontwikkelen. Mijn visie:

Grote veranderingen zijn mogelijk, maar kosten veel energie en frustratie en tegen de tijd dat je ze hebt geïmplementeerd is de wereld om je heen veranderd. Beter is het om iedere dag te streven naar 'een beetje beter', dan bereik je op de lange termijn grootse veranderingen die organisch zijn ontwikkeld en die zijn aangepast aan de behoeftes van klanten en leden.



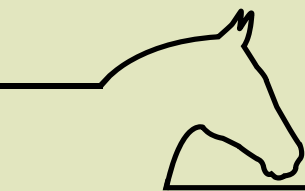
Dit jaar staat in het teken van pas op de plaats, waar staan we, wat zijn de knelpunten, hoe werken we samen. Er zijn ook een aantal successen: we leren elkaar als bestuur beter kennen, het innen van contributies is goed op gang gekomen, de website is steeds meer af, we trachten meer nieuwsbrieven met transparante informatie te versturen, in september staat een opleiding voor computermedewerkers gepland, de sponsorcommissie draait op volle toeren, we kijken hoe de Endurance Academy vorm kan krijgen en we passen het format van de ALV's aan om deze efficiënter, effectiever en interessanter te maken. Tegelijkertijd zijn er uitdagingen: We hebben te maken met een stabiel of zelfs teruglopend ledenaantal, een

niet-sluitende begroting, minder starts o.a. door wedstrijden die vanwege diverse redenen zijn afgelast, een Hippidae die niet doorging, de kwestie rondom ons mooie verenigingsblad moet worden Her & DER en een vereniging waarmee niet alle leden zich even verbonden voelen.

Deze pijnpunten zijn niet in één jaar opgelost. Zowel in het bestuur als in het Sportforum voelen we de urgentie en werken we hard om bij onze mooie sport een gezellige vereniging voor iedereen te hebben die de endurance promoot en ondersteunt. Op de aankomende ALV presenteren we plannen en visies over de focus voor de komende jaren. Houd de nieuwsbrieven en -berichten in de gaten voor de agenda en besluiten en leg **zondag 25 november (te Ermelo)** vast in je agenda. Wij hebben er als bestuur zin in!

Catherine van Ravenstein

Voorzitter



Colofon

Coverfoto: Blijde gezichten tijdens de Eenhoorn Kinderrit 2018.

Fotograaf: Gerjo Horsman

Contactgegevens:

KNHS Endurancevereniging
p/a Van den Boschlaan 97
6717 ZD Ede
www.endurancevereniging.nl

Bestuur:

Catherine van Ravenstein (voorzitter)
voorzitter@endurancevereniging.nl
Marjolein de Wit-Klein (secretaris/ledenadministratie)
ledenadministratie@endurancevereniging.nl
Ilona van Roekel (penningmeester)
penningmeester@endurancevereniging.nl
Nienke Klomp (algemeen bestuurslid)
Bjorn Lansman (algemeen bestuurslid)
Kicky van Loon (algemeen bestuurslid)
Ruthi Damman (algemeen bestuurslid)

Wedstrijdsecretariaat KNHS:

KNHS Endurance, tel.: 0577 - 40 82 53
Vragen m.b.t. startkaarten, tel.: 0577 - 40 83 00
www.knhs.nl

Vormgeving:

Boost design (Björn Lansman)
www.boost-design.nl

Redactie:

Melanie de Jong, Roxanne Katers, Carolien Staal,
Rachel Marty, Ilona van Roekel, Ineke Westers

Tekstcorrectie:

Carolien Staal

Eindredactie:

Carolien Staal

Advertenties:

Plaatsing en kosten van advertenties in overleg met de redactie via email: redactie.herender@gmail.com

Kopij:

Artikelen, of ideeën voor artikelen, zijn altijd welkom. Plaatsing in overleg met de redactie. De redactie behoudt zich het recht voor ingezonden kopij, zonder opgaaf van redenen, in te korten of te weigeren. Het plaatsen van een artikel betekent niet dat de redactie en/of het bestuur de daarin gestelde meningen of standpunten deelt. email: redactie.herender@gmail.com

© 2018 Her & DER: Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen of vermenigvuldigd zonder toestemming van de redactie, de auteur van het artikel en de fotograaf.



Nieuws uit de Endurance wereld

World Equestrian Games Tryon 2018

Wat een prachtige dag had moeten worden werd een nachtmerrie voor de Endurance discipline. Er is al veel over gezegd en geschreven. Op het internet lezen we verklaringen van bonden en officials, verslagen van deelnemers en zien we video's. We kunnen ons slechts ten dele inbeelden hoe het daar voor iedereen geweest moet zijn.

We hadden gehoopt op mooie verslagen en stoere achtergrondverhalen. Het mocht niet zo zijn.

Op de website van de KNHS Endurancevereniging is een door het bestuur opgestelde verklaring te lezen die we hier nog eenmaal publiceren en waar we het van harte mee eens zijn.

Na jaren trainen en voorbereiden reisde het Nederlandse enduranceteam bestaande uit de vijf ruiters, Marijke Visser, Jarmila Lakeman, Leonie Schoonderwoert, Jeanette Wilhelm en Carmen Römer met hun paarden en hun team vol hoop en goede moed naar Tryon (V.S.) af om daar deel te nemen aan de wereldruiterspelen (WEG). De ochtend van de wedstrijd trok heel endurance-liefhebbend Nederland massaal naar de livestreams, social media en verscheidene trackingapps. Ons Oranje stond op het punt om voor de wereldtitel 2018 endurance te strijden!

Echter verliep de wedstrijd rampzalig; eerst een bizarre herstart na 40 km door een chaotisch en foutieve start, daarna zware omstandigheden door heftige regen en hoge luchtvochtigheid en vervolgens werd tijdens de derde ronde de wedstrijd volledig gestaakt. Eén van onze dames stond op dat moment achtste en het team op brons. Het was duidelijk dat zij hun paarden ook in deze barre omstandigheden fit konden houden.

De droom die zo mooi had kunnen zijn, viel in duigen. Wij zullen nooit weten wat voor Nederland het uiteindelijke resultaat zou zijn geweest. Het zal voor de ruiters en team wellicht voelen alsof al het harde werk en alle investering van de laatste jaren voor niets was. Het verenigingsbestuur en met ons alle enduranceliefhebbers in Nederland delen in deze verschrikkelijke teleurstelling. Wij willen de ruiters en hun team niettemin enorm bedanken:

“Bedankt voor jullie inzet, toewijding en fantastische horsemanship. Jullie hebben goed gereden, hard gestreden en wij zijn ontzettend trots dat jullie voor het Nederlandse endurance uitkomen. Dames en team, voor ons zijn jullie winnaars. Wij wensen jullie een veilige en voortvarende terugreis en zijn blij jullie allen fit en gezond terug in Nederland te mogen verwelkomen.”

Namens de vereniging,

Het bestuur van de KNHS Endurancevereniging

Fotocredits: Fenne Koppenol



Rectificatie: In de vorige editie van Her & DER die in augustus 2018 verscheen was een artikel opgenomen over CEI Ermelo 2017. We zijn ons ervan bewust dat dit een gedateerd artikel betreft, dat netjes op tijd (zomer 2017) was aangeleverd door Kirsten van der Word. Echter door omstandigheden is het pas in de editie van augustus 2018 gepubliceerd.

Nieuwe bestuursleden 2018 - 2021



Catherine van Ravenstein,
Voorzitter, portefeuille Sportforum Endurance, Ledenraad KNHS

Levensgenieter - doorzetter - hippie op naaldhakken

Wat niemand weet: sensatie Googler op "trump news", stiekem is rengalop het allerleukst, fobisch voor spinnen

Sinds 2013 is Catherine actief in de endurancesport, als vrijwilliger, groom en deelnemster. Haar ervaring ligt vooral op het gebied van duurzame ontwikkeling en in proces- en verandermanagement. Dit is handig in de voorzittersrol omdat de voorzitter processen begeleidt en aanstuurt. Catherine wil samen met het bestuur een hecht team vormen in dienst van de endurancesport en haar leden. De belangrijkste speerpunten zijn een sluitende begroting, nieuwe aanwas voor de vereniging en een goede service voor leden. Ook streeft zij naar transparantie en duidelijke communicatie tussen alle partijen om zo bestuur, leden en externe stakeholders zoals de KNHS te verbinden. En natuurlijk wil ze in seizoen 2019 weer gaan starten met haar quarter-arabier.

Kicky van Loon,
Algemeen bestuurslid, portefeuille Sponsoring

Eigenzinnig - levensgenieter - fanatieke wervelwind - empathische snelle denker

Wat niemand weet: Wakker te maken voor een croissantje met pindakaas, sinaasappelsap of sushi, zet het op een lopen als er een wesp in de buurt is, kan zomaar half uur twijfelen bij het kiezen van de menukaart

Bezige bij Kicky is al 25 jaar actief in de paarden waarvan acht jaar in de endurancesport. De laatste jaren minder actief maar momenteel zijn er meerdere paarden in opleiding voor het komende seizoen. Ze heeft een eigen bedrijf in de gehandicaptenzorg en een stichting voor gezinnen in armoede. Hier heeft ze de nodige kennis en ervaring opgedaan rondom PR, sponsoring, kwaliteits- en verbetermanagement. We gaan de krachten bundelen en het beleid voor de komende jaren vorm geven. Het doel is om de financiën, de praktijk en de techniek goed op elkaar aan te sluiten.



Ruthi Damman,
Algemeen bestuurslid, portefeuille EnduranceAcademy

Actief - positief - zit nooit stil - altijd te porren voor een lolletje

Wat niemand weet: Altijd een camera op zak en trekt direct aan de handrem bij een mooie "spot", verslaafd aan Frappé caramel.

Als ruiter en moeder van een jeugdruijter is zij al jaren betrokken bij de endurancesport. In 2017 startte ze voor het eerst internationaal. Voor Ruthi geeft deze sport een mooie balans tussen ontspanning en met verstand trainen en presteren.

Sinds 2003 geeft zij ook lessen en clinics en naast haar eigenlijke professie van fysiotherapeut is ze aangesloten bij het team van Equine studies. Met de portefeuille opleidingen richt zij zich op het ontwikkelen van een waardevol aanbod aan opleidingen voor ieder lid, van de starters tot aan de toppers. Als algemeen bestuurslid zet ze zich in voor een gezonde vereniging.



Endurance Marathon Someren, uniek in zijn soort

Eind augustus vond de tweede Endurance Marathon Someren plaats, voor ruiters én menners, wat deze wedstrijd uniek in zijn soort maakt. De driedaagse mag een groot succes worden genoemd en dat vonden wij een mooie reden voor een kijkje achter de schermen.

De volledige organisatie komt voor rekening van het tweetal Sonja Bongers en Esther Leenen.

Het eerste dat opvalt als je iets opzoekt over de Endurance Marathon Someren is de website. Mooi vormgegeven met regelmatige updates en een enorme lijst van sponsorpartners. "Ik houd de site zelf bij," vertelt Esther desgevraagd. "Wij hadden al een abonnement op wordpress en inmiddels ben ik er best handig in. En ik moet zeggen, het wordt erg gewaardeerd door deelnemers en partners."

Heldere taakverdeling

Binnen het team van twee is de taakverdeling helder. Sonja houdt zich bezig met vrijwilligers en officials. Zij heeft er plezier in om contact met mensen te zoeken en onderhouden. Dat ze dat goed doet blijkt wel uit het feit dat het voor deze wedstrijd niet moeilijk is om vrijwilligers te vinden, zelfs niet voor drie dagen. Navraag leert dat de ploeg voor 2019 zich al heeft aangemeld. Hetzelfde geldt voor officials.

Esther houdt zich bezig met het secretariaat en de routes: "In een ver verleden hielp ik mee met het organiseren van dressuurwedstrijden en concoursen. Daarnaast ben ik Front office Manager geweest bij een vooraanstaand conferentiehôtel. Daar heb ik echt de ervaring opgedaan in het organiseren, plannen en uitvoeren van evenementen." "En tja," zegt Esther lachend, "ik ben docent Aardrijkskunde dus het uitzoeken van routes en maken van kaarten is voor mij zeker geen straf."

Menners en ruiters samen

Dit jaar is de marathon voor het eerst ook voor menners georganiseerd. Er was niet eerder een driedaagse georganiseerd in de mendurance in Nederland. Dat is financieel niet haalbaar voor een paar combinaties. Omdat we twee jaar op rij een dagwedstrijd voor menners hebben georganiseerd, wilden we de mendurance niet

laten afvallen tijdens de marathon editie, dus pakten we ook dat stuk op. Aandachtspunt is dat er voor menners aparte routes uitgezet moeten worden omdat delen van de ruiterroute te zwaar zijn voor aanspanningen. Ander puntje was dat ruiters en menners niet altijd even goed samen gaan. "Gelukkig is dat bij ons geen probleem," vertelt Esther, "Vorig jaar vroegen we aan de deelnemers of ze last hadden van de mendurance. Het antwoord was unaniem; 'laat ze volgend jaar maar gewoon komen'. Ook dit jaar zien we deze mening in de enquête terugkomen. We hebben het over drie combinaties hè. Dat is prima te overzien."

Feedback durven vragen

Na afloop stuurt de organisatie een enquête rond. Uit de antwoorden die dit oplevert trachten ze verbeterpunten te halen. Esther licht toe: "Meerdere mensen gaven in de enquête van 2017 aan 'het zou wel fijn zijn als we in de ochtend kunnen ontbijten'. Dus hebben we dit jaar een ontbijtbuffet geregeld. De waardering was enorm. Men vond ook dat je erg ver moest lopen naar de toiletten, dit jaar kregen we de beschikking over een ander veld, zo is dat opgelost. Natuurlijk zijn er ook opmerkingen waar we geen oplossing voor hebben, denk aan waterdruk in de douches of muggen in een tent, maar het is wel prettig om er kennis van te nemen."

Organiseren moet in je bloed zitten

Wat men wel eens over het hoofd ziet is dat het ongelooflijk veel werk is om zo'n circus te organiseren. Er gaat héél veel tijd in zitten. Esther: "Ik krijg regelmatig de vraag, 'goh, het lijkt me leuk om ook eens een wedstrijd te organiseren, kun je mij vertellen waar ik op moet letten?' Mijn antwoord is steevast: "Leuk is niet genoeg!"

Het is niet 'leuk' als Staatsbosbeheer, nét nadat je alle kaarten hebt ingetekend, met de mededeling komt dat ze de ruitersporen gaan verleggen waardoor die ene cruciale

doorgang wordt afgesloten. Je kunt niet alleen opnieuw beginnen, ook de uitgeschreven afstand klopt dan niet meer. Het is niet 'leuk' als op woensdag voor wedstrijd vrijwilligers afmelden en je nog een avondje kunt gaan bellen om de gaten op te vullen, niet dat dat bij ons gebeurt hoor, maar het kan wel degelijk. Het is niet 'leuk' als privé-omstandigheden de planning doorkruisen. Dan moet je bereid zijn om door te gaan. Dit kan alleen als je er voor meer dan 300% achter staat, en niet alleen jij, maar ook je partner of gezin. Het moet je passie zijn, en je moet er een uitdaging in zien om een prachtig evenement neer te zetten."

Op zoek naar sponsorpartners

Het tweevrouws team is goed op elkaar ingespeeld en de taakverdeling is helder. Het enige dat ze samen doen is de sponsorwerving. Daarin dagen ze elkaar uit. Het streven is dat ze voor alle klassen in ieder geval voor de eerste prijswinnaar een prijs kunnen uitreiken die in waarde de kosten van het inschrijfgeld vertegenwoordigt. Zo gaan ze met een helder doel op pad.

Esther vertelt wat er allemaal bij komt kijken om sponsorpartners aan je te binden: "Sponsorpartners werven kost tijd, vergis je daar niet in. Wij gaan langs voor een persoonlijk gesprek en daar maken we afspraken. We zorgen voor zichtbaarheid op de website en sociale media en op de wedstrijddagen, waar we ze meerdere keren benoemen. Verder versturen we persberichten naar de lokale en regionale media."

Dit jaar werd het persbericht goed opgepakt. Het Eindhovens Dagblad stuurde een reporter, hierdoor werd de lokale media ook nieuwsgierig. Gevolg was dat er ook lokaal veel aandacht voor de wedstrijd was. Daar worden sponsors heel blij van. Het bedankje achteraf vormt de afsluiting en meteen de ingang voor het volgende jaar. Inmiddels is er een trouwe groep vaste sponsors die met elkaar zorgen voor een gevulde prijzetafel én een stukje dekking van de kosten. "Ik kan je niet in woorden vertellen hoe dankbaar we hiervoor zijn," aldus Esther.

Tekst: Carolien Staal

Fotografen: Roger van Drumpt en Juliette Vervoorn





Wedstrijden in het buitenland

Duitsland - Vogelsberg Distanz 15 tot 19 augustus 2018

De Vogelsberg is een gebied dat bestaat uit een reeks lage bergen in Midden-Duitsland, in het hart van de deelstaat Hessen. Het is de grootste vulkanische basaltformatie van Midden-Europa. De hoogste pieken zijn de Taufstein van 773 meter en de Hoherodskopf van 763 meter. Beide pieken liggen in het nationale park Hoher Vogelsberg.

In dit gebied wordt twee keer per jaar een endurance wedstrijd georganiseerd; de Krokus Distanz in april en de Vogelsberg Distanz in augustus. Melanie de Jong werkte het hele jaar toe naar de zomereditie. Deze vierdaagse wedstrijd in Sauerland kent behoorlijk wat hoogtemeters. De maximaal te rijden afstand is 250 km in vier dagen (81/63/65/41) met een totaal van 5000 hoogtemeter. In dit artikel doet zij uitgebreid verslag van deze wedstrijd.

Lange reis met overnachting

De startlocatie lag vanaf Ede op 450 kilometer. Op dinsdag 14 augustus legden we de eerste 300 kilometer af naar Stal Weingarten in Kurtscheid. Stunner kon lekker op de wei wij bivakkeerden in een soort blokhut.

Er werd voor ons gekookt dus dat was goed voor elkaar. De volgende dag reden we de laatste 150 kilometer naar Höckersdorf. Eenmaal daar aangekomen zagen we een wei waar een aantal trailers stonden geparkeerd. De ontvangst was hartelijk en we bleken op de juiste plaats te zijn aanbeland. Er stond zowaar gras en Stunner ging natuurlijk gelijk met de neus aan de grond. Naast de paddock maakten we een mooi kampement met een tent en een partytent.

Zelf weten waar je gaat groomen

Aan het einde van de middag konden we in het buurthuis onze vet-kaart ophalen en daarna begon de voorkeuring. Deze was in het dorp op een straatje, dus soms moesten we even aan de kant voor een auto of trekker. Na afloop gingen we met zijn allen gezamenlijk eten in het buurthuis. Nina, de dame die de organisatie voor haar rekening nam, kookte elke dag voor iedereen. Na het eten was de voorbespreking. Iedereen had kaarten ontvangen en je moest zelf maar even kijken waar je wilde groomen. Het enige wat vaststond bij deze wedstrijd waren de pauzepunten (vetgate) en de KP's. Verder kon je zelf bepalen hoe je wilde rijden. KP's zijn controlepunten op uithoeken van de route in de vorm van een A4 met een code woord, graffiti op straat of op

bomen. Bij binnenkomst op de VG moest je dan vertellen wat de KP's waren als bewijs dat je de complete route had afgelegd. Dit systeem is niet fool-proof. Veel van deze punten zijn met graffiti gemaakt en daardoor altijd hetzelfde. Een aantal geroutineerde ruiters waren op sommige stukken dan ook behoorlijk vlot (m.a.w ze hadden de route flink geoptimaliseerd)

Eerst nog wat inkomen

Op donderdag was het dertig graden en onbewolkt. De route op deze eerste dag was zwaar vanwege harde steenslag en losse stenen en grind als ondergrond, daarnaast was er een behoorlijk hoogteverschil. We moesten echt nog in de wedstrijd. Op een gegeven moment verloor ik mijn GPS waardoor ik vijftien minuten moest zoeken. Gelukkig vond ik deze terug. Op het terrein van een boer was de pauzeplek. De keuring was op de weg en daarna kon Stunner verzorgd worden in de wei.

Is mijn ruiter al voorbij?

Op vrijdag was het gelukkig minder warm. De moeilijkheid van deze route waren de vetgates op drie verschillende plekken en onderweg geen mogelijkheid tot groomen. Het kwam goed, we pasten ons tempo aan de omstandigheden aan. De omgeving was afwisselend,





de route liep door weiden, bossen en soms moesten we door een beek waden. Vetgate 1 lag op een bosweide, vetgate 2 was ingericht op een prachtige maar zeer warme plek in een vallei met een schattig dorpje op de berg. Stunner had nergens last van, zij was er prima aan. De derde vetgate was op de parkeerplaats van een begraafplaats. Toen bleek dat er een begrafenisstoet aankwam moesten de grooms halsoverkop naar een andere plek. Omdat de ruiters geen vaste route rijden was het voor de groom lastig te bepalen of hun ruiters al voorbij waren of niet. Bij ons ging dat goed.

Lekker veel groomen

Zaterdag was wederom erg warm. Het zou voor ons de langste dag worden want we gingen de volledige afstand rijden. Harrie (Koopman) was onze gastgroom die goed bleek te kunnen navigeren. De vetgates waren allemaal op één plek wat voor mij betekende dat ik in de verschillende lussen vaak gegroomd kon worden. Zowel voor Stunner als voor mij was dit heel fijn. De route was leuk en afwisselend met hier en daar wel een pittige ondergrond.

Op zondag reden we twee lussen vanaf het startterrein waardoor Maarten niet met alles op pad hoefde. Daarom ook die dag veel tijd om onderweg te groomen. De eerste lus was makkelijk, ik kon fijn doorrijden door een mooie omgeving, over de weg, over de treinbaan en door een dorp. Het laatste lusje was nog wel pittig, met

erg veel hoogteverschil en warm weer. Maar ook dat is goed verlopen. Na de finish moesten we binnen twintig minuten aanbieden, na twee uur vond de nakeuring plaats.

Vliegende controles

Tijdens deze wedstrijd kregen we op drie dagen een onaangekondigde polscontrole. Dat zijn wij niet gewend, daarom was het best spannend. De HR van het paard moet binnen tien minuten onder de 72 zijn. De controles vonden plaats vrij in het begin van de route en dat is ook waar ik nog steeds met Stunner in discussie ben over het tempo. Want volgens haar kun je ook best met 16 kilometer per uur de berg op en af.

Het leek alsof Stunner elke dag beter werd en gemakkelijker ging lopen. Uiteindelijk hebben we bijna 200 kilometer gereden in vier dagen. Al deze uren heb ik op een blijde en werkwillige pony gereden, dat geeft een geweldig gevoel. Daarnaast hebben we een nieuwe mijlpaal bereikt, we zijn de 2000 kilometer grens over. Zonder afkeuringen, Daar ben ik trots op, net als op mijn supergroom Maarten. Want zonder hem hadden we dit allemaal niet kunnen doen.

Verrassingen

Ondanks dat er iedere dag een voorbespreking was waarbij de route werd besproken kwamen we hier

en daar voor verrassingen te staan. Zo liepen er eens losgebroken koeien op het pad en waren verschillende paden versperd door omgevallen bomen. Een boer had plots bedacht dat het pad bij zijn wei hoorde. Op zulke momenten ben ik blij met mijn GPS die het mogelijk maakt om een alternatieve route te zoeken.

Tekst en foto's: Melanie de Jong



Milieu, Boudheib en Camprieu: ingrediënten voor een bijzondere ervaring

*In 2017 reed Marly een CEI*** wedstrijd over 2 x 90 km in Camprieu (Lozère), waar ook de wedstrijd van Florac langs komt. Hoewel 2017 al even geleden is, willen we jullie toch laten meegenieten van een prachtige dag met een nog mooier einde.*

Eigenlijk stond er een andere rit gepland, die Molsridet in Denemarken, echter die werd op het allerlaatste moment afgelast. Omdat Dahman topfit was werd besloten naar het zuiden af te reizen.

Een leuke bijkomstigheid van deze wedstrijd in Camprieu was dat het onder het Boudheib Initiatief viel waardoor er werd gereden met aangepaste regels. We kennen dit systeem maar hadden er nog geen ervaring mee. Een mooie gelegenheid om het eens uit te proberen. De regels waren als volgt: hartslag maximaal 60 slagen per minuut binnen 10 minuten op alle vetgates en de finish; een puntentelling aan de hand van aanbiedtijd, snelheid en de vetkaart. In deze puntentelling kun je gemakkelijker punten verzamelen door snel aan te bieden en niet door hard te rijden. Dit is precies de bedoeling van deze regels.

Het Boudheib protocol reikte verder dan alleen een extra klassement: de gehele wedstrijd had aangepaste regels en ook de ruiters die niet voor het Boudheib klassement wilden rijden moesten hun paarden binnen 10 minuten aanbieden met een hartslag van 60 of lager. Dit gaf nogal wat ophef tijdens de voorbespreking maar de organisatie en juryleden waren duidelijk: dit stond in het vraagprogramma en was reeds bekend.

Milieu-protocol

Naast het Boudheib protocol gold er op deze wedstrijd ook een milieu-protocol; er mocht niet met plastic flessen gekoeld worden, men moest zuinig omgaan met water met een maximum van twee kuipen per paard in de koeling area, en het ongebruikte

water mocht niet worden weggegooid maar moest hergebruikt worden. Om dit te faciliteren had de organisatie gezorgd voor grote 1000 liter kuipen met emmers op de grootplekken onderweg. Met behulp van emmers konden paarden drinken en gekoeld worden. Er werd streng gecontroleerd op het koelen met waterflessen en achterlaten van afval.

De wedstrijd

De wedstrijd startte in Camprieu en voerde door de bossen naar een skistation in de buurt van de Mont St Aigoual. Op dit station waren de vetgates ingericht voor de gehele wedstrijd. Door deze opzet waren de routes afwisselend. Al vrij snel bleek dat dit een zware wedstrijd ging worden voor een polderpaard. Dahman heeft echter ruime ervaring in de bergen en had al heel wat kilometers in de benen. Het zou verantwoord moeten kunnen. Daarnaast is 'To Finish is to Win' ons motto en enige doel, en nu ook wel heel letterlijk: Marly en Dahman bleken de enigen in de CEI*** te zijn!

De wedstrijd - Dag 1

Op de eerste dag werd het na de ochtendmist ontzettend warm. Flesloos groomen verliep vlekkeloos. De waterbakken werden constant bijgevuld en door de grootte was het voor paarden gemakkelijk om te drinken. Op de vetgates bleek tien minuten aanbiedtijd met een hartslag van 60 een zeer realistische eis die veel invloed had op de manier van rijden. Ruiters kwamen rustiger binnen en het geheel werd veiliger en socialer. In de laatste lus reed Marly helaas verkeerd, ze was een tijdje zoek in het bos. De organisatie pakte dit snel en adequaat op en leek oprecht bezorgd. Gelukkig doken Marly en Dahman weer op en finishten zij netjes op de eerste dag.

De wedstrijd - Dag 2

De tweede dag begon met een veterinaire keuring waarbij veel aandacht was voor hoe het paard gedurende de nacht was hersteld. Dahman was fit en liet een mooie locomotie zien waardoor hij verder mocht. Het was wederom een zeer warme dag, die



mede dankzij de Boudheib- en milieuregels goed verliep. Dahman was fris en vrolijk en vond dat hij tussen de bedrijven door ook wel kon laten zien dat hij een man was. Marly en hij reden heerlijk maar tijdens de afdaling naar de eindstreep struikelde Dahman en verwondde zijn knie. De wond bloedde behoorlijk en zorgde voor veel stress bij het team. Gelukkig bleef hij rad en konden ze de laatste twee kilometer naar de finish rustig afleggen. Daar werd de knie bekeken, het was een lelijke wond. Dahman liet een prachtige locomotie zien en was hij metabool gezien ook super. Flink gejuich. Ze hadden het weer geflikt.

Overdenking

Al met al was het voor het complete team een vreemde wedstrijd. Zo een die je maar zelden meemaakt. Allereerst omdat het niet de geplande wedstrijd was maar een ingelaste, met een ander parcours en flinke reistijd. Alle stress tijdens de wedstrijd door het verkeerd rijden en die wond. Het bijzondere reglement van Boudheib en het milieuprotocol, Marly die aangekondigd had haar laatste CEI***-wedstrijd hier te rijden, waardoor we er met gezellige avonden en gekke t-shirts een feestje van maakten. En dan waren er nog de fokkers van de streek die op Marly afstapten en met volle overtuiging verklaarden dat dit echt een Dahman (Hadban Enzahi x Jadine) was, Marly's allereerste paard. En het feit dat Marly's zus, mijn moeder, die een aantal maanden daarvoor overleden was, hier in 1974 haar allereerste endurancewedstrijd reed, op een voorouder van Dahman. Alles bij elkaar een emotionele roller coaster, die werd samengebracht in een moment van ultieme vreugde. Een wedstrijd om nooit te vergeten.

Carrièreprijs

En bij zo'n bijzondere wedstrijd als deze kreeg Marly tijdens de prijsuitreiking niet alleen de eerste prijs overhandigd, ze kreeg tevens te horen dat ze een carrièreprijs in ontvangst mocht nemen. Een prijs die niet alleen deze wedstrijd betrof, maar de duurzame sportcarrière van zowel ruiter als paard die als combinatie zowel prestatie als goed management hadden getoond. Een hele eer, en in mijn ogen ontzettend verdiend.

Samengevat: (Eenhoorn's) Dahman (Oostervelds Marsaz x Nefisa des Camards) is alweer bezig aan zijn 3e FEI paspoort. Hij is Nederlands Kampioen geweest in 2013 en reservekampioen in 2012 en 2014, waarbij hij ook de Best Condition mee naar huis mocht nemen in 2012 en 2013. Zijn eerste CEI wedstrijd liep hij in 2009 in Dronninglund, en zijn eerste CEI*** in Kreuth (DU) in 2010. Dat betekent dat Dahman inmiddels 9 jaar presteert op internationaal niveau. En hij presteert ook echt. Van zijn 40 wedstrijden heeft hij er maar liefst 36 uitgelopen, waarbij hij 31 keer in de top-10 eindigde waarvan 11 keer op de bovenste trede van het podium. Dit alles deed hij met maar één trainer en ruiter: Marly, die dit jaar haar 70e verjaardag vierde.

En voor dit alles wonnen Marly en Dahman maar liefst een Ainhoa veulen! Een hele bijzondere prijs, die perfecte past bij zo'n ontzettend bijzondere wedstrijd. Inmiddels is Dahman's adoptiekind gearriveerd in Nederland. Deze knappe merrie uit 2016 heet Ainhoa Fluticea - afstamming Ainhoa le Flutiste (v. WH Justice) x Ainhoa Ali Cea (v. Prince d'Ainhoa).

Tekst: Rachel Marty

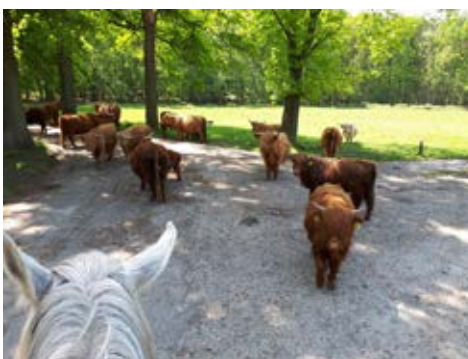
Foto's: Leigh Young / eigen collectie



Trainingsgebied 'Dutch Mountains' (ofwel zuidelijk Zuid-Limburg)



HOOGSTE PUNT
VAN
NEDERLAND
3225 MTR.
BOVEN A.P.



Rijden in het zuidelijkste puntje van Nederland voelt een beetje buitenlands. Heuvelachtig met prachtige vergezichten. Afwisselend bossen, akkers en weiden. Her en der verspreide dorpjes. En een mobiele telefoon die afwisselend op Nederlands, Duits en Belgisch netwerk overspringt.

Hoefbeslag wordt aanbevolen als je hier wilt rijden, tenzij je enkel op de ruitersporen in het Vijlenerbos blijft. Deze kun je bereiken vanaf onder andere de parkeerplaats bij Boscafe 't Hijgend Hert in Vijlen. Op mooie dagen, tijdens vakanties en in de weekends is het er wel razend druk. Daartegenover staat dat het er na afloop van je rit uitstekend toeven is voor een dampende kop soep of een verfrissend (Belgisch) biertje. Een andere mogelijkheid is de parkeerplaats aan de Zevenwegenweg.

Het Onderste Bosch is bereikbaar vanaf de parkeerplaats aan het kruispunt Julianastraat/Schweibergerweg in

Eperheide. Ook hier geldt dat je redelijk op tijd moet zijn en dat je bij minder goed weer meer ruimte hebt dan op de mooie dagen.

Vergunningen heb je (nog) niet nodig, maar de bosgebieden zijn van Staatsbosbeheer. Nu zijn ze nog vrij toegankelijk, maar de mogelijkheid bestaat dat wanneer de lokale ruiters de handen niet ineenslaan en massaler participeren in het onderhoud van de ruitersporen in het gebied, zij het behoud van de ruitersporen en de toegang tot het gebied op het spel zetten.

Je moet een beetje de weg weten in het gebied om ritten te kunnen maken. Afwisseling tussen zachtere bodem, verharde paden/wegen en stenigere paadjes zul je moeten incalculeren. Vandaar ook het advies voor hoefbeslag.

De wedstrijd die in dit gebied wordt gehouden, kennen de meesten onder de namen 'Dutch Mountains Endurance',

'Banholt', 'Heijenrath' of 'Zuid-Limburg'. Snelheid is er minder aan de orde dan het genieten en de uitdaging van beklimmingen, afdalingen en doorwadingen van het riviertje de Gulp. Niet alle lussen op de routekaarten van deze wedstrijd zijn buiten de wedstrijddag helemaal te rijden. Enkele stukken worden gebruikt met speciale toestemming. Het is belangrijk dat ruiters dit respecteren.

Heel mooie stukken zijn ook te rijden rondom het meer westelijk gelegen Margraten en Bemelen. Iets minder geaccidenteerd, wat meer veldwegen en iets minder bosrijk. Wel heel apart door de mergelwanden die langs de route oprijzen. Ook daarvan zijn routekaarten uit eerdere edities van 'Zuid-Limburg' beschikbaar.

Zuid-Limburg, paardrijden met een vakantiegevoel.

Tekst: Desiree Hanen & Melanie de Jong
Foto's: Marcel Mestrini

Maagzweren bij paarden, een onderschat probleem



Dit artikel is een bewerking van de Pavo whitepaper 'Hoe manage jij het voermanagement van je paard?'

Bewerking door Carolien Staal

Beeldmateriaal: Pavo

Je traint hard met je paard. Je hebt jezelf doelen gesteld en werkt daar naartoe. Ook op gebied van verzorging doe je er alles aan om optimaal voor de dag te komen. Toch blijven je prestaties achter. Je kunt er niet echt de vinger op leggen, maar het lijkt wel of je paard niet helemaal lekker in zijn vel zit. Heb je al eens gedacht aan maagproblemen?

Schrik niet, recente schattingen door deskundigen geven aan dat zeker 60 procent van alle sportpaarden en -pony's last heeft van maagzweren. Eerder was al bekend dat ruim 90 procent van de paarden in de draf- en rensport met maagproblemen kampt. In deze tak van sport wordt vaak veel krachtvoer gegeven en weinig ruwvoer, omdat de paarden explosieve energie nodig hebben, maar zo weinig mogelijk gewicht moeten meetorsen. Daarnaast wordt met deze paarden veel gereisd en brengen de wedstrijden de nodige stress met zich mee.

Ook endurancepaarden zijn regelmatig lang onderweg. Op reis naar een wedstrijd en ook tijdens een wedstrijd is het normale eetpatroon verstoord. Een maagzweer kan snel ontstaan. Een onderzoek, waarbij paarden een etmaal ruwvoer werd onthouden, wees uit dat binnen 36 tot 72 uur hiervan maagzweren waren te zien die daarvoor niet aanwezig waren. Linda van den Wollenberg, dierenarts verbonden aan de Gezondheidsdienst voor Dieren in Deventer: "Het is ook een bekend fenomeen bij koliek, als paarden door een verstopping of een operatie enige tijd moeten vasten. Die krijgen bijna altijd last van maagzweren." Met deze kennis in het achterhoofd is het niet ondenkbaar dat ook jouw endurance paard een maagzweer ontwikkelt.

Maagzweren hebben een negatief effect op de prestaties van een sportpaard. Bij renpaarden is een onderzoek gedaan waarbij maagzweren werden opgewekt door ze bewust langere tijd ruwvoer te onthouden. De helft van de paarden kreeg vervolgens een medicijn om ontwikkeling van maagzweren te voorkomen en de andere helft niet. Vervolgens werden er prestatiemetingen gedaan. Linda van den Wollenberg, specialist inwendige ziekten paard bij de Gezondheidsdienst voor Dieren: "De onbehandelde paarden waren sneller uitgeput en de paslengte was korter. De zuurstofopname bleek lager. Je kunt daar uit afleiden dat maagzweren een negatieve invloed hadden op de prestaties van de paarden. Anderzijds als door maagzweren een sportpaard minder goed eet, krijgt hij niet genoeg voedingsstoffen binnen en dat heeft invloed op prestaties. Dus het één kan een afgeleid gevolg zijn van het ander. Hoe je het ook wendt of keert, duidelijk is dat als er sprake is van een ontsteking een deel van de lichaamsprocessen in dienst wordt gesteld van het bestrijden hiervan. De gezondheidstoestand is dan dus niet optimaal." Er is echter nog maar weinig bekend over pijn door maagzweren. Van den Wollenberg: "Bij

menselijke atleten is duidelijk dat maagproblemen hoge buikpijn kan veroorzaken tijdens arbeid. Er is bij paarden nog niet veel onderzoek naar gedaan, maar het lijkt logisch dat ook zij deze pijn voelen. Vergelijk het met een schaaftwond die met zuur in aanraking komt. Dat voel je wel." Het ene paard is kleinzeriger dan het andere, maar bewegen en trainen met maagklachten is voor allemaal onprettig en dat zal zijn weerslag hebben op de prestaties.

Er zijn meerdere symptomen die kunnen wijzen op maagproblemen. Het lastige is dat er niet één overduidelijk signaal is wat het onomstotelijk aangeeft. De uitingen zijn soms vaag en soms zelfs afwezig. Het ene paard toont meer dan het andere. Geen enkel symptoom is geen garantie dat er niets aan de hand is. Ook al vermoed je dat jouw paard last heeft van zijn maag, het is aan de buitenkant niet met zekerheid te zien of te voelen. Het kan alleen door een dierenarts worden vastgesteld, als die met een endoscoop de maag onderzoekt. Een lange slang met aan het einde een lampje en een camera wordt daarbij via de neus in de maag gebracht, waarna op een beeldscherm is te zien of daar maagzweren zitten

De maag van je paard is een soort zak van een liter of 10 à 20. De wand is bedekt met een laag slijmvlies. De maag is eigenlijk verdeeld in twee gedeelten. In de onderste $\frac{2}{3}$ deel van de maag bevat de wand veel klieren die continu zure maagsappen produceren. Dat is nodig voor de vertering van voedsel, maar ook om bacteriën en andere, voor zijn spijsvertering ongewenste zaken onschadelijk te maken. Het bovenste $\frac{1}{3}$ deel van de maag heeft een ander soort bekleding, hier zijn geen klieren aanwezig. Dit gedeelte is minder goed bestand tegen maagzuur.

Kauwen, kauwen en nog een kauwen

Eten gaat via de mond en de slokdarm naar de maag. Een paard is van nature ingesteld op vezelrijke, energiearme voeding en eet nagenoeg continu dag en nacht door. Daardoor is hij vrijwel voortdurend aan het kauwen waarbij hij speeksel aanmaakt. Dat speeksel speelt niet alleen een belangrijke rol als glijmiddel, het neutraliseert ook het zure maagsap. Dat en de constante aanwezigheid van voedselbrij in de maag dempt de zuurgraad. Als de maag langere perioden leeg is, dan stijgt de zuurgraad zo sterk dat de beschermende slijmlaag van de wand aangetast kan raken. Daar kunnen vervolgens ontstekingen ontstaan. Sommige medicijnen, zoals pijnstillers en corticosteroiden, kunnen de bescherming van de maagwand aantasten, waardoor het maagzuur sneller voor beschadigingen kan zorgen.

Het management speelt een belangrijke rol bij het ontstaan van maagzweren. In de endurancesport zijn de grootste risicofactoren:

- Te weinig ruwvoer, lange perioden tussen ruwvoerbeurten. Met name tijdens de reis en tijdens de wedstrijd. Zeker als een paard slecht eet onderweg is dit iets om rekening mee te houden.
- als ruwvoer
- Grote porties krachtvoer ineens (meer dan 1,5 kilo)
- Op een lege maag eerst krachtvoer geven en dan pas ruwvoer
- Krachtvoer dat veel zetmeel of suiker bevat
- Stress, bijvoorbeeld door transport of wedstrijden
- Intensieve arbeid, zeker op een lege maag
- Bijtschade door horzellarven (poets deze dus altijd weg!)

Training en maagzweren

Intensieve training van een sportpaard, zorgt ervoor dat de buik - en daarmee de maag - meer samentrekt. Daardoor komt de zure inhoud van het onderste deel van de maag meer in contact met het minder goed beschermde bovenste deel. Bij een paard dat 'opgetrokken is onderweg' gebeurt hetzelfde. Chronische stress blijkt een belangrijke factor bij het ontstaan van maagzweren. Dat kan ook optreden als een paard zijn werk niet aankan, dus relatief te zwaar wordt getraind. Volgens Linda van den Wollenberg, dierenarts bij de Gezondheidsdienst voor dieren in Deventer, kan het ontstaan van maagzweren niet los worden gezien van management. "Er is onderzoek gedaan bij renpaarden, waarbij ongetrainde paarden in de wei nergens last van hadden, maar maagzweren ontwikkelden zodra ze in training werden genomen. Uiteraard speelt er dan meer mee dan alleen training. Ze komen op stal, krijgen krachtvoer, zijn in handen van mensen. Allemaal factoren die invloed kunnen hebben. Er is ook aangetoond dat paarden bij sommige trainers meer last hebben van maagzweren dan bij andere. Komt dat door de trainingmethoden of door het management op die stal? Zeg het maar!"

Wist je dat...
 een paardenmaag extreem zuur is? De verblijftijd van voedsel in de maag is relatief kort en daarom moet het zuureffect bij een paard zeer sterk zijn, in vergelijking met andere diersoorten. Onderin de maag is een pH waarde van 2,0 meetbaar. Als je daar je hand in zou steken heb je acuut een brandwond...

Veel (sport)paarden en pony's hebben last van maagzweren. De symptomen zijn meestal vaag, maar vast staat dat het een negatief effect heeft op de prestaties en de gezondheid van het paard. Aanpassing van het management en een verstandig voerbeleid kan veel problemen voorkomen. Concluderend hebben we nog even de do's en don'ts voor je op een rijtje gezet.

Dierenarts Stefan De keersmaecker maakt na drie maanden Pavo Ease&Excel een gastroscopie bij de paarden van Twan Wolters. Benieuwd naar het resultaat? --> [Bekijk de video!](#)

Do's

✓ Geef ruwvoer

Hoe meer een paard kauwt, hoe beter het is. Geef hem daarom onbeperkt ruwvoer. Ook 's nachts, want hij slaapt niet zoals wij de hele nacht. Ben je bang dat hij te dik wordt, zoek dan een energiearme soort. Of gebruik een hooinet met kleine gaten of een slowfeeder. Aan de buitenkant is niet te zien wat er in ruwvoer zit qua gehalten. Je kunt eenvoudig uitzoeken hoeveel energie, suiker en eiwit het ruwvoer bevat met behulp van de Pavo Ruwvoer Quickscan.



✓ Vrije beweging

In de vrije natuur beweegt een paard dag en nacht. Dat is iets anders dan een uurtje trainen met jou. Rustige vrije beweging is belangrijk voor zijn gezondheid. Weidegang is de prettigste manier voor een paard om dit te stimuleren. Als dat niet kan, is een droge paddock of een grote loopstal een alternatief. Om te voorkomen dat je paard in een hoekje blijft staan, kun je daarin ruwvoer op verschillende plekken aanbieden.

✓ Sociaal contact

Een paard is een kuddedier. Contact met soortgenoten is voor hem erg belangrijk. Wordt hem dit onthouden, dan levert dat stress op.

✓ Vermijd langdurige stress

Kortdurende spanning kan een paard wel tegen. Dat is ook niet altijd te vermijden. Denk aan een bezoek van de dierenarts of een aanvaring met een ander paard in de wei. Het is vooral chronische stress die tot maagproblemen kan leiden. Zorg dus dat aan de belangrijkste levensbehoeften (onbeperkt ruwvoer, sociaal contact, vrije beweging) zoveel mogelijk wordt voldaan.



✓ Graanvrij krachtvoer

Voor sportpaarden is alleen ruwvoer soms niet afdoende om in hun energiebehoefte te voorzien. Granen worden veel gebruikt als grondstof voor krachtvoer, maar zijn eigenlijk niet zo goed voor een paard, omdat ze veel zetmeel en suikers bevatten. Zoek een alternatief dat energie levert uit natuurlijke vetten en grondstoffen bevat die kauwen stimuleren.

Don'ts

✗ Grote porties krachtvoer

De maag van een paard is relatief klein. Hij kan niet meer dan maximaal anderhalve kilo krachtvoer ineens optimaal verwerken. Als jouw paard krachtvoer nodig heeft om zijn energieniveau aan te vullen, geef hem dan zo klein mogelijke porties verdeeld over zoveel mogelijk voerbeurten per dag.

✗ Extra krachtvoer geven

Wordt je paard dunner of vallen de prestaties tegen? Geef niet zomaar een schep krachtvoer extra. Het kan zijn dat jouw paard last heeft van maagzweren. Bespreek je rantsoen met een deskundige en houd het management tegen het licht.



✗ Sporten op een lege maag

Geef je paard eerst ruwvoer, voordat hij krachtvoer krijgt. Dan is door het vele speeksel en de vezelrijke voedingsbrij van het ruwvoer het maagzuur al enigszins gedempt.

✗ Krachtvoer voor de arbeid

Het beste is om krachtvoer pas na de arbeid te geven. Als je binnen twee uur na het voeren gaat sporten met een paard, zit hij in zijn glucosedip, waardoor hij dan juist geen energie heeft. Een paard kauwt relatief kort op krachtvoer, waardoor het maagzuur niet erg wordt gedempt als deze voedselbrij in de maag komt. Door intensieve arbeid wordt de maag samengeknepen, waardoor de zure laag in de onderste helft in contact kan komen met de minder goed beschermde bovenste helft. Hooi voor de arbeid kan geen kwaad, omdat een paard daar veel langer op moet kauwen en er dus minder veel tegelijk van binnenkrijgt.

✗ Lange tijd zonder kauwen

Laat je paard niet langere tijd zonder ruwvoer staan. Zorg ook voor ruwvoer als je naar een wedstrijd gaat. Bijkomend voordeel: kauwen werkt stress verlagend.

Het sprookje van Joy 'La Vie en Rose' Queen of Endurance

Er was eens, lang geleden in 1993, een paardenmarkt in Bemmel. In alle vroegte, nog voor haar werk, liep Yvonne daar rond te kijken. Op zoek naar een leuke kinderpony, waarmee opa Ton (haar vader) bij zijn kleinkinderen goede sier kon maken. Een kleine donkere koffievos leek haar wel iets, het dier stond er zo braaf aan het touwtje. Ze stond bij de ingang van de markt, tussen de hectiek van ladend en lossend vrachtverkeer en had een fraaie, compacte en sterke bouw. Na het voordraven was de interesse direct over en liep Yvonne snel door. Dat was geen draven meer, een shetlander beweegt nog ruimer...het leek wel een naaimachientje. Daar kon je niet normaal op zitten.

Na het rondje markt verder voltooid te hebben, werd de uitgang weer bereikt waar dat paardje nog steeds braaf stond. Haar verkoper kreeg Yvonne in het oog, pakte haar hand en zei dat ze een bod moest doen. Na herhaaldelijk weigeren en evenveel aandringen, noemde Yvonne een simpel laag bedrag om maar van het gezeur af te zijn. Direct volgde een klap op de hand waarmee de koop bezegeld was en werd het touw met de pony hierin gelegd.

Foutje... want Yvonne had geen paardenvoer, geen contanten en moest dringend naar haar werk. Maar de pony mocht die avond opgehaald worden bij de verkoper thuis. Daar aangekomen werd de stal aangewezen waar ze in stond. Nietsvermoedend ging Yvonne de stal in

en werd er net zo hard weer uitgemept. Roos bleek een loeder dat alles deed wat verboden was. Ze trapte, beet, gilte, kwijlde bij het voeren en stampte in het rond. Met gevaar voor eigen leven kregen ze haar in de trailer en zo kwam ze terecht bij huize Dutch Joy.

Als kinderpony deugde Roos niet. Ze at kinderen als voorgerecht en hun begeleiders als hoofdmaaltijd. Wel bleek al snel haar intelligentie. Zolang ze aan een touwtje was, hield ze zich braaf in omdat ze wist dat ze niet weg kon rennen. Zodra ze los stond veranderde ze in een nachtmerrie die geweldig goed raak kon meppen om daarna hard weg te rennen. Haar humane omgeving zat vol littekens van haar. Bij het inrijden kwam tevens haar enorme werklust, looplust en onuitputbare energie naar boven.

Om tot nut te kunnen zijn werd ze ingezet als koetspaard en moest elk weekend toeristische ritjes rijden op de boulevard in Nijmegen en door de heuvels bij Berg en Dal. Waar normaal gesproken minstens twee stevige paarden nodig waren om een grote volgeladen koets te trekken, deed de kleine 1.40 metende Roos dit werk met verve in haar eentje. Ook door het mulle boszand en in de heuvels. Theoretisch onmogelijk maar in de praktijk klaarde Roos dit werk en legde hierbij soms 80 km per dag af. Om daarna de 10 km rit naar huis in volle galop te doen want ze had nog plenty energie over.

Toen het toenmalige toppaard van Yvonne, Joy Jashin, met pensioen ging en de beoogde opvolger niet bleek te voldoen, werd er de kant van Roos opgekeken. Waarom ook niet. Een mens moet toch aan het rijden blijven, nietwaar. Proberen kan altijd.

Het bleek een succes en het begin van een 13 jarige wedstrijdcarrière.

In 1995 werd op 6 jarige leeftijd de 1e endurancewedstrijd in Hollandse Rading gereden. Twee jaar later de 1e CEI in Aarau te Zwitserland.

8 x de 160 km voltooid.

16 CEI's waarvan 9 stuks 3ster en 1x 4ster (= langste en competitieve wedstrijden).

1 x deelgenomen aan het Wereldkampioenschap Jerez.

2 x deelgenomen aan het Europees Kampioenschap Punchestown en Compiègne.

2 x deelgenomen aan de Endurance Wereld Cup Dubai.

3 x op het podium gestaan van het Nederlands Endurance Kampioenschap, 1 x als zilver en 2 x als brons.

Roos heeft als eerste NL endurancepaard de 2 x 100 km voltooid in het zware bergparcours in Zwitserland.

En heeft het NL record op haar naam staan van 400 uitgelopen wedstrijd kilometers in 1 maand tijd.

Ze heeft de CEI 160 km voltooid met een snelheid van 15 km per uur.



Ze heeft op meerdere CEI wedstrijden (ook 160 km) de Beste Conditieprijs gewonnen.

Ze heeft op het Europees Kampioenschap in Compiègne een 15 kilometers lange eindsprint gewonnen van enkele Spaanse deelnemers op superarabieren, welke hun eer het te na was dat kleine ponyballetje voor hun te laten finishen, maar het toch met lede ogen moesten zien gebeuren. Hierdoor behaalde het NL team een historische 5e plaats.

Roos, een pony met een indrukwekkende endurance erelijst, waartoe ze theoretisch niet in staat zou kunnen zijn. Te klein, metabolisch geen uitschieter, cardiacaafwijkingen, veel te weinig arabisch bloed (Roos is grotendeels NewForest, pas ergens in een grijs verleden kom je arabisch voorouderbloed tegen), en die minuscule kleine pasjes; waar een ander er één maakt moet zij er twee zetten. Maar het toch voor elkaar krijgen! Hoe moeilijker het terrein werd, hoe hoger Roos eindigde. Met haar ijzervretersmentaliteit, met haar keiharde benen en sterke carrosserie, met haar beresterke spieren,

met haar intelligentie en idiote karakter, en haar nimmer aflatende werklust.

Roos, een voorbeeld voor iedereen. Hoe het mogelijk is om zonder toptalent met het juiste management en de juiste inzet toch de top te bereiken, én daar jarenlang te blijven.

Van Andalusië tot de bergen in Zwitserland, in de woestijn van Dubai tot de groene klaverweilanden van Ierland, over de heuvels in de Ardennen, door het Schwarzwald in Duitsland, langs de rivier in Oostenrijk, klimmen in Frankrijk en natuurlijk hier in Nederland. Overal dribbelde Roos rond en maakte ze furore met haar chagrijnige karakter, haar kleine maat, haar naaimachineachtige pasjes en haar non-endurance-achtige uiterlijk.

Haar bijnamen 'de berggeit', 'het krenge' en 'Queen of Endurance', zal ze met trots blijven dragen.

Maar het Walt-Disney-verhaal bleek een extra hoofdstuk te hebben...

Een wereldrecord wordt behaald.

In totaal loopt Roos 13 jaar lang op het hoogste CEI niveau, neemt 3x deel aan EK's en WK's, staat 3x op het erepodium van het NL Endurance Kampioenschap Senioren CEI 160 km en voltooit meer dan 3.500 wedstrijdkilometers in 37 wedstrijden. In 2008 loopt ze in Ermelo op 19 jarige leeftijd haar laatste CEI, ditmaal 100 km. Ze loopt nog enkele nationale kleine wedstrijdjes van 20 km tot 21 jaar.

Hierna krijgt ze een blessure waardoor ze zwaar kreupelt. Enkel een operatie, welke drie maanden absolute boxrust vereist, gevolgd door drie maanden revalideren door aan de hand te stappen, kan haar genezen. Dit zou voor haar echter een hel zijn. Het wordt Roos bespaard, waardoor de kreupelheid blijvend is en ze helaas niet meer gereden noch getraind kan worden.

Van haar 22e tot haar 27e staat ze stil in de weide te vervetten en wordt een dikke prop op pootjes. Op haar 23e krijgt ze haar veulen Huppeldepup.

Door stom toeval blijkt in 2016 dat ze niet meer kreupel loopt. Ze is spontaan genezen in de loop der jaren. Hetgeen ook zo iets onmogelijks is... maar zij toch weer doet. Tijdens het ontvetten en langzaam optrainen van Roos blijkt haar tomeloze energie en werklust als vanouds aanwezig te zijn. En zo ontstaat het idee om haar in te schrijven voor de Heidedistanz, een mooie wedstrijd door bos en heide in de streek bij Celle. Het is de oudste 160 km wedstrijd van Duitsland.

Yvonne vertelt verder

"Der Heidedistanz is een wedstrijd van allure voor Nederlandse begrippen maar door mijn volle CEI enduranceagenda, was het er nooit van gekomen om daar te rijden. Je kunt je er niet mee selecteren, noch kun je promoveren op internationaal niveau. Nu mijn CEI carrière in 2016 afgesloten was, leek het mij heel aardig om Der Heidedistanz toch eens mee te mogen maken. Daarbij is het een heerlijke wedstrijd om aan deel te nemen; zeer enthousiast georganiseerd en uitermate gemoedelijk. En om dat dan te mogen doen op zo een wonderpaard als Roos, dat is toch de hemel op aarde".

"Mijn doel was voornamelijk om Roos hiermee te plezieren. Zij heeft tijdens de trainingen en wedstrijden de grootste lol. Daarnaast wilde ik graag tonen dat je met een goed management het lichaam (van paard, mens, hond, dat maakt niet uit) jong houdt en er langer plezier van kan hebben. Natuurlijk wilde ik ook laten zien dat Roos echt onderscheidend sterk van lichaam én karakter is. Wij zijn dan ook zeer trots op haar. Ik glim er gewoon van! Als laatste wilde ik nogmaals mijn trainings- en ruitercapaciteiten bewijzen. Ongeacht de leeftijd, ervaring en kaliber, mens of paard; alles wat onder mijn hoede komt, breng ik naar een hoog niveau".

"Los van alle endurance is dit een prachtig voorbeeld van een speciale prestatie, het goed managen van je (oude) paard, je paard niet zo snel afschrijven bij blessures (ook bij Roos heelde de tijd, zoals al zo vaak bij eerdere paarden bij ons gebleken is) en een voorbeeld dat een paard veel



langer mee kan dan de meeste mensen denken zolang je de boel maar bijhoudt”.

“In de winter had ik haar weer opgepakt. Meteen werd ze vrolijker en ging ze beter lopen. Roos kwam weer in de vorm van haar leven. We hadden een ruitersportcentrum in de Ardennen en boden dag- en weekendtochten op endurancepaarden aan, en vanaf het begin van het seizoen liep ze mee met de tochten. Als een krijger voerde ze de groep aan. Regelmatig keek ze om naar haar minimaal tien jaar jongere stalgenoten alsof ze zeggen wil: ‘Kan het wat harder jongens?!’”

Zaterdag 8 juli 2017 klokke 00.01 werd het startschot gegeven voor de 160 km Heidedistanzrit die 24 uur duurt. Het doel van het Dutch Joy team was het behalen van de 100 km met hun Roos.

Yvonne: “100 km vond ik een mooie afstand. Met deze afstand zijn we in Nederland de echte endurance begonnen. Dat was toentertijd een afstand waar wij hoog tegenop keken. Als je dat kon voltooien, dan was je echt een harde knakker, dan hoorde je bij de grootsten.

Heel mooi is het, om met deze gerespecteerde afstand, af te sluiten. En als een 28 jarig paard dit weet te volbrengen... dan is dat toch een unieke, grandioze prestatie. Roos is in prima vorm en al het hele seizoen is toegewerkt naar dit hoogtepunt. Aan haar karakter zal het niet liggen. Dit vechtertje en van energie barstende monstertje wil er graag voor gaan”.

Roos vond het heerlijk weer in de belangstelling te staan en vertroeteld te worden door de grooms. Ze kreeg vanwege haar hoge leeftijd maar ook vanwege haar kleine postuur veel aandacht van organisatie, veterinairen en publiek. Men was positief, enthousiast en uitgesproken trots op haar. En opnieuw deed ze het weer. De 100 km werd gehaald met zo'n prima veterinaire kaart waarop menig ander paard jaloers kon zijn. Van de vets mocht ze gewoon verder, ze bruiste nog van energie. Team Dutch Joy vond het echter welletjes, het doel was bereikt. Van de 28 starters werden ze 14e. Later bleek (na onderzoek bij de FEI) dat dit een wereldrecord is. Nog nooit behaalde een 28-jarig paard met goed resultaat de finish van een 100 km wedstrijd.

De dag erna vertelt Yvonne: “Direct na de prijsuitreiking en een lange terugreis van acht uur, ging madam vanuit de vrachtwagen in een draf het weidepad door, trekkend aan haar touw, om zo snel mogelijk de weideheuvel op te draven naar haar kuddegenoten die bovenaan stonden. Je kon je ogen bijna niet geloven; dat is toch een behoorlijk grote klim!

Ze loopt erbij als een jonge god. Het is niet te zien dat ze net een 100 km wedstrijd gelopen heeft. Evenmin is het haar aan te zien dat ze al 28 jaar is. Zo strak in het glanzende vel en zo soepel in de spieren. De spierbundels liggen er nog rijkelijk op. Ik ben er gewoon stil van. Ik weet niet in woorden uit te drukken wat voor een unieke prestaties onze Roos toch telkens weer weet neer te zetten. Het is een eenmalig paard. Een voorbeeld voor velen. Het is voor

ons, speciaal voor mij, een eer en een feest tegelijk om zo'n speciaal paard mee te mogen maken. Ik heb groot respect voor haar energie, werklust, intelligentie en hardheid”.

Omdat Yvonne het NRPS zo'n prettig en eerlijk stamboek vindt, werd Roos in 1995 op 6 jarige leeftijd gepresenteerd en opgenomen in het hulpstamboek NRPS sportregister B, afdeling pony's. Haar ouders (Otto van het Nonnenbos NRPS x Wendy NewForest v.m. Kantjes Sjonny New Forest) zijn bekend maar omdat er geen dekpapieren waren zijn er nooit stamboempapieren aangevraagd door haar fokker Hans Lucius te Heeswijk-Dinther. In 2002 heeft ze het prestatiepredikaat endurance verkregen.

Roos heeft voor het NRPS de meeste en beste endurance-resultaten tot heden neergezet. Als enige NRPS/NL pony ooit heeft ze deelgenomen aan een W.E.G. (Jerez 2002).

In 1996 kreeg ze haar eerste veulen; de merrie Joy 'Clair du Rose' (v. Joy Jashin van Fahred, Noran) die later 1.41 m. werd en net als haar beide ouders het endurancepredikaat behaalde.

In 2012 kreeg Roos op 23-jarige leeftijd Joy Huppeldepup (v. Eenhoorn's Tabal van Lobeke), wat nu een 5 jarige ruïn van 1.45 m. is en nog - hij is te koop - in het bezit van Dutch Joy. Het grappige is; hoe loederig en krengerig Roos ook is, zo braaf en mensvriendelijk zijn haar kinderen. Beide zijn bij het NRPS ingeschreven.

Tekst en foto's: Yvonne van de Velde



Topppers in de sport

Voor de Her & DER gaan we op zoek naar bijzondere paarden in de Endurance sport. Elders in deze editie kun je het sprookje lezen van La Vie en Rose van Yvonne van de Velde. Hier is het verhaal van een bijzondere pony die met zijn vijfjarige (!!) amazone aan een mooie carrière begon.

Mijn naam is Robyn Wade, ik ben 23 jaar oud en kom uit Edson, Alberta Canada. Op dit moment heb ik meer dan 16.000 wedstrijd kilometers op mijn naam staan. Mijn eerste endurance paard was een kruising fjord / arabier genaamd Kris.

Mijn moeder, Carol Wade, kocht hem in 1986, toen hij nog maar drie maanden oud was. Ze noemde hem Kris, naar de Noorse stad Kristiansund waar onze voorouders vandaan komen. Hij was een echte kilometervreter al vroeg in zijn endurance carrière. Mijn moeder heeft een paar 160 kilometer wedstrijden en meerdaagsen met hem gereden. Hij is heel kort nog even van mijn zus geweest voordat hij van mij werd.



Mijn moeder op Kris tijdens 160 km op de Saddle Hills Challenge in 1995.

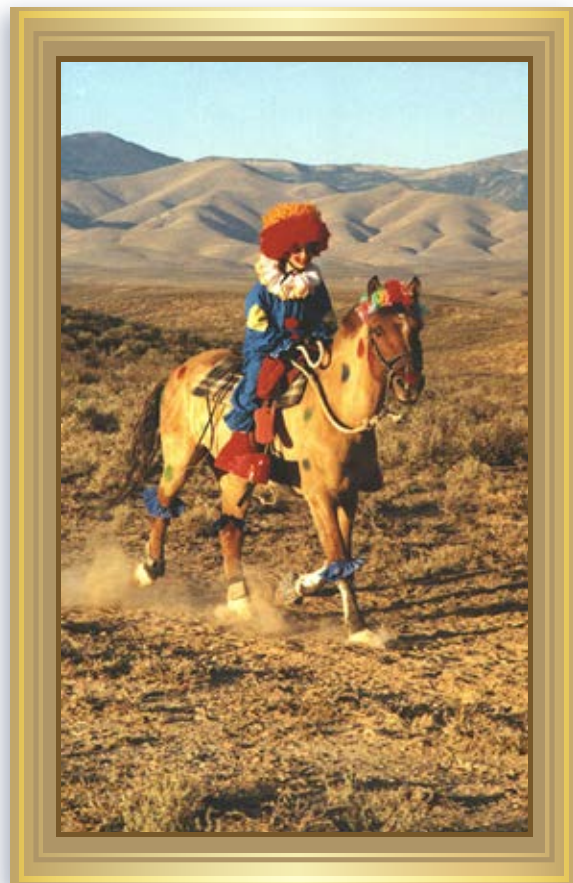
Ik begon met endurance rijden in 1999, toen was ik vijf jaar oud. Kris was het beste paard dat een beginnende ruiter zich kan wensen. Hij was 13 toen ik met hem startte en hij was mister Steady-Freddy (bomproef - red). Hij was nergens van onder de indruk en kon zichzelf goed redden. Zo kon hij zijn eigen weg vinden in modderig of technisch terrein. Wij denken dat dit kwam door zijn grote voeten. Toen ik leerde te galopperen stuitte ik er nog wel eens af en als ik dan onder hem terecht kwam stond hij direct stil!

In 2005 ging Kris met pensioen. Ik ben toen overgestapt op Gypsy, de Spaanse mustang van mijn moeder. Momenteel rijd ik een 18 jaar oude arabier genaamd Chewie.

Ik was vijf jaar toen ik mijn eerste 40 kilometer reed (limited distance). Mijn moeder reed 80 km wedstrijden met mijn zus Rae-Ann en zij hadden beide geen zin om 'maar 40 km' te rijden. Na de eerste paar wedstrijden zei mijn moeder: "Als je wilt rijden moet je mee op de 80 km." Dat heb ik dus gedaan en in de tien jaar daarna heb ik geen Limited-Distance ritten meer gereden.

Hetzelfde gebeurde een paar jaar later, toen mijn moeder zei dat ik niet mee kon doen aan een wedstrijd omdat zij naar een 160-evenement ging. Ik mocht wel mee, maar dan moest ik dezelfde afstand rijden. Ik heb daar een paar weken over nagedacht en uiteindelijk besloten het te doen. Ik reed mijn eerste 160-er toen ik zeven was. Kris heeft mij bijna 24 uur lang gedragen, zolang hadden we nodig om te finishen - zelfs in de laatste lus, terwijl ik bijna aan het slapen was.

Toen mijn moeder nog op Kris reed waren ze behoorlijk fanatiek. In 1995 wonnen zij de prijs voor de snelste gemiddelde tijd over vijf dagen tijdens bij '5-day 250-mile Lost Wagon Train ride' in Oregon. Ze waren ook geselecteerd voor het Canadese Nationale team om mee te doen aan het WK in 1996 in Kansas. Dit is jammer genoeg niet gebeurd omdat Kris kreupel werd.



Kris en ik bij de Owyhee Canyonlands 400 km in 5 dagen rit in 2003. Dag vijf was de verkleeddag en je moest je kostuum minstens 80 kilometer aanhouden.

Nadat mijn zus en ik met Kris gingen rijden was het doel simpelweg uitrijden, en in 95% van de wedstrijden lukte dat ook. Ongeacht de afstand, enkel of meerdaagse of ondergrond. De credit hiervoor gaat naar mijn moeder omdat zij het altijd voor elkaar kreeg om drie paarden en twee jonge kinderen door de wedstrijden te loodsen. Omdat wij oorspronkelijk uit Alberta komen kunnen we aan weinig wedstrijden meedoen, zodoende reizen we vaak af naar de USA. Om dit de moeite van het reizen waard te maken rijden we vaak meerdaagse wedstrijden. In de vijf jaar dat ik Kris mocht rijden heb ik onder andere meegedaan aan de 'Owyhee Canyonlands 260-mile 5-day ride' in Idaho (3x), the 2005 AERC National Championship 100 at Fort Howes, Montana, the 3-day 150-mile Grand Canyon Ride over de noordzijde van de Grand Canyon in Arizona, en verschillende driedaagsen. "To Finish Is to Win" was altijd ons motto. We reden relatief langzaam maar kwamen altijd aan de finish!

We wonen in een relatief vlak stuk van Alberta en hebben weinig ruitersporen. We trainen meestal in de velden of rijden door de valleien. Af en toen gaan we op locatie trainen in meer geaccidenteerd terrein.

Als we na de winter de training weer oppakken in de lente stappen we veel en draven langzaam. Dit bouwen we gestaag op en dan nemen we galop in het schema op. Daarna worden de ritten langer en daarna gaat het tempo pas omhoog. De eerste paar wedstrijden van het

seizoenen rijden we op een laag tempo, als het seizoen vordert en het paard fitter wordt gaat het tempo vanzelf omhoog. De focus heeft altijd gelegen op het uitrijden van de ritten en het paard heel houden.

Vanwege zijn dikke huid en vacht had Kris best moeite met de warmte, hij koelde niet gemakkelijk af. Om hem bij het koelen te helpen schoren we hem helemaal. Zijn dikke lange manen werden om dezelfde reden afgeschoren en ik kan je zeggen dat het voor een klein kind niet gemakkelijk is om te leren rijden zonder dat je manen hebt om je aan vast te houden. Ik wende eraan.

We gebruikten ieder waterpunt onderweg om hem uitgebreid te koelen. Kris leerde ook 'trekken' ('to tail' in Engels). Bij een lange of steile klim stapte ik af en hield zijn staart vast terwijl hij me omhoog trok. Ik heb vele kilometers op de grond doorgebracht naast zowel Kris als de Spaanse mustang, terwijl zij mij de bergen op trokken en ik ernaast omlaag rende. Je krijgt er conditie van en het is veel minder zwaar voor de paarden.

Kris ging met endurance-pensioen 2005 toen hij negentien jaar oud was. Dat jaar volbracht hij 1392 wedstrijdkilometers. In totaal liep hij bijna 10.000 wedstrijdkilometers. Zijn laatste wedstrijd was een 40 kilometer Limited Distance 2009. In 2010 ging Kris wonen op het 'Whitemud Equestrian Centre' in Edmonton, Alberta waar hij een van meest populaire paarden was in zowel het therapeutische lesprogramma als bij de beginners. Kris stierf aan koliek in 2015, op de leeftijd van 29 jaar. Hij was geliefd en wordt nog altijd vreselijk gemist door ons en iedereen bij het Whitemud Centum.

Auteur: Robyn Wadey, vertaald door Melanie en Carolien



Owhyee Canyonlands 5-dagen rit in 2002. Ik was hier acht jaar oud.



Mijn moeder Carol Wadey, ikzelf (5 jaar oud) op Kris, en mijn zus Rae-Anne tijdens de 40 km op de Saddle Hills Challenge in 2000.

Praktijktips, handigheidjes en wetenswaardigheden

Van alles wat ter lering en overdenking

Stokoud

Er is een tijd geweest dat mensen van een jaar of vijftig al stokoud waren. In bus of trein stonden kinderen op voor ouderen en dat waren soms ook mensen die je tegenwoordig niet meer als oud kwalificeert. Maar toen hadden die dus 'recht' op een zitplaats in het openbaar vervoer. Tijden veranderen echter. Onderzoek leidt soms tot verrassende nieuwe inzichten. Een Britse professor moedigt jongeren nu aan om vooral niet op te staan voor oude mensen, want het is juist goed voor ze om een tijdje te staan en ook verder zo veel mogelijk te bewegen. 'Een actieve levensstijl vertraagt ouderdomskaaltjes en het risico op dementie neemt af.'

Of dat verhaal ook van toepassing is op paarden vermeldt de publicatie in The British Medical Journal natuurlijk niet, maar het zou best kunnen dat je je oude paard geen plezier doet als je hem 'lekker in de wei' met pensioen stuurt. Niet alleen is bewegen goed voor lijf en leden, maar ook vinden talloze sportpaarden al die extra aandacht die ze op wedstrijd krijgen, inclusief verwennen met lekker eten, juist geweldig. Ze gaan dan graag mee. Reglementair is er geen maximale leeftijdsgrens, dus als ruiter kun je naar eigen inzicht handelen. Vaak blijkt uit je resultaten vanzelf of het genoeg is geweest.

Jong paard opleiden

Hoe fijn je het ook hebt met een paard, ooit komt er normaal gesproken een dag dat je een opvolger voor dat paard zult moeten vinden. Enerzijds is dat heel erg leuk, zeker als je zelf dat paard alles kunt leren. Anderzijds vergt het zorgvuldigheid om fouten te voorkomen. Heb je al met een ander paard endurancewedstrijden gereden dan weet je hoe je het ongeveer moet opbouwen om beginnersritjes te kunnen rijden. Het lijkt daarbij mooi om een jong paard op te leiden met hulp van een routinier, maar het is wel opletten als je dat doet. Een paard dat nog maar kort onder het zadel loopt is niet bij machte een ervaren wedstrijdpaard bij te houden – zo'n paard heeft een veel hoger niveau in alle gangen. Het tempo van rustig draven van de routinier vergt voor een jonkie al serieuze inspanning en wanneer dat te lang duurt gaat het hem echt boven de pet. Samen naar buiten rijden met een oud wedstrijdpaard of een door de wol geveerd recreatiepaard ligt meer voor de hand. Zo eentje is meestal niet meer zo stoer en onstuimig, maar kent wel alles wat het jonge paard nog moet leren.

Overigens is er ook iets voor te zeggen om meteen vanaf het begin met een jonkie alleen op pad te gaan; hij leert dan heel snel om de problemen zelf op te lossen. Eerst een klein rondje langs een rustige route op de vroege zondagochtend, zodat er geen verkeer bij de weg is en hij overal rustig naar kan kijken zonder dat er hinder voor

andere weggebruikers ontstaat. Stilstaan mag, omdraaien is geen optie. Even rustig wachten en moed laten verzamelen om langs het obstakel te lopen (bij m'n jongste paard was dat een grote bumper van een bestelbus in de berm en daarna nog een horde meehuppelende pinken) kost meestal niet eens veel tijd. Het zelfvertrouwen zal normaliter snel stijgen als je de tijd neemt.

Fabel

Dat een sportpaard ziek wordt zonder deken is een fabel. Zelfs bij slecht weer kan een paard na de training gewoon zonder deken de wei in als hij dat zo gewend is, maar dat vraagt wel een beetje inlevingsvermogen en misschien ook opofferingsgezindheid van de ruiter. Want het is belangrijk om met een volledig opgedroogd paard thuis te komen, tenzij er een zodanige hittegolf heerst dat alles en iedereen al bezweet raakt zonder zich in te spannen. Bij een paard met wintervacht betekent dat 's winters soms een hele tijd stappen en daar word je als ruiter niet warmer van. Je kunt die tijd bekorten door je rit zo te plannen dat je het laatste stuk naar huis tegen de wind in rijdt, zodat het opdrogen sneller verloopt.

Na het afzadelen met een borstel of je vingers de platgedrukte of samengeplakte haren onder het zadel even tegendraads loswrijven bevordert het vlot opdrogen van de rug. Het mooist is het als het paard daarna, alvorens de wei in te gaan, even kan rollen in los zand zoals in een droge rijbak. Bij wedstrijden is het gebruikelijk om dekens op te gooien en dat kan echt nodig zijn bij winderig, kil of regenachtig weer als het paard uit volle actie bezweet de vetgate binnen loopt. Maar is het normaal weer of zelfs warm werkt een deken vaak averechts, ook bij de volbloeds. Het kan lastig zijn om precies aan te voelen wat voor je paard ideaal is.

Toch is het belangrijk niet zomaar te doen wat je anderen ziet doen, want soms is dat wat er van een afstand uitziet als een deken juist een koeldek, bedoeld om warmte sneller kwijt te raken. Het gebeurt dat paarden er bij de nakeuring uitvliegen op een te hoge hartslag, te wijten aan die goedbedoelde dikke dekens op de rug. Zeker de wat minder in de sportrichting gefokte vierbeners (Fjord, Haflinger, diverse ponyrassen, Fries, Tinker, IJlander) hoeven lang niet altijd een deken op. Ook de plaats waar de keuring plaatsvindt speelt een rol: in de zon uit de wind kan het benauwd zijn, terwijl het bij dezelfde temperatuur in de wind op een open vlakte nog kil kan zijn.

Ruiterwissel en/of paardwissel

In Duitsland is vorig jaar het endurancereglement zodanig veranderd dat zo'n ruil niet alleen bij ritten van het type "Ride and Tie" mogelijk is, maar nu ook bij gewone meerdaagsen. De wissel vindt dan plaats aan het eind van een dagetappe; het mag niet tussendoor gedurende zo'n dagrit. Dan kan dus bijvoorbeeld tijdens een vijfdaagse wedstrijd een paard met ruiter A in het zadel twee dagen meedoen (terwijl ruiter B dan als groom zou kunnen fungeren), waarna ruiter B de volgende drie dagen in het zadel zit met ruiter A als groom. Dit zijn dus twee verschillende combinaties die deelnemen en in de uitslag komt dat paard dan met ruiter A voor twee dagen 'in der Wertung' en met ruiter B drie dagen, hetgeen betekent dat dit paard lager geklasseerd wordt dan een paard dat zijn vijfdaagse prestatie met dezelfde ruiter levert. Omgekeerd kan ook een ruiter nu meerdere paarden inzetten. Vanzelfsprekend worden de afgelegde kilometers wel volledig geregistreerd per paard en per ruiter.

In België kan een ruiter trouwens ook in de gewone eendaagse wedstrijden meerdere paarden starten als hij kans ziet dat binnen het tijdsbestek van zo'n dag te realiseren. Maar



Fotograaf: Udo Schiebelhut Debutant. Famous One heeft bij de wedstrijd in Ermelo steun aan de geroutineerde Appaloosa The Total Bingoon van Kirsten Sawatzki

dat lukt op de korte afstanden zeker, want de ruiter mag zelf een starttijd aanvragen op een tijdstip dat hem past. Dus als iemand zorgt vroeg te vertrekken en vlot te rijden met het eerste paard kan hij zeker het tweede paard ook nog aan de start brengen – daarvoor heeft men tot 15 uur de gelegenheid.

Hooi en kuil

Bepaalde begrippen worden nogal eens door elkaar heen gebruikt terwijl het totaal verschillende zaken betreft. Hooi, voordroog, kuil bijvoorbeeld. Tot zo'n vijftig jaar geleden kreeg het vee in onze contreien hooi of ingezet gras; een tussenweg was er niet. Dat ingezet gras ging vers gemaaid zo van het land de bult in en werd daar afgedekt. Het stonk ontzettend als het 's winters werd gevoerd. Hooi werd op het land gedroogd, bij stabiel weer op de grond, maar dikwijls ook op ruiters, een soort driekantige torentjes gebouwd van ruitersrokken waar het hooi op werd gevleid zodat het meer wind ving. Eenmaal goed droog ging het los in de schuur en op de zolders. Ontzettend arbeidsintensief allemaal en ook erg riskant; elke zomer brandden er talloze boerderijen af als gevolg van hooibroei.

De huidige voerwinningsmethoden zijn totaal anders. Hooien gebeurt nog steeds. Veelal opgeperst in grote balen van honderden kilo's, maar ook nog in kleine van zo'n 20 kilo en die kleine hebben vooral hobbypaardenhouders graag. Hooi bevat ongeveer 80 procent droge stof en het is belangrijk dat het zo droog mogelijk is om het ontstaan van serieuze broei, stof en schimmel te voorkomen. Goed hooi kan lang bewaard blijven (meerdere jaren), waarbij wel de gehalten aan vitamines en mineralen teruglopen.



Voor hoogproductief melkvee wordt een ander product gemaakt; het gras groeit veel korter tot de maaier komt, heeft dus minder lengte en is minder stengelig dan voor hooi gebruikelijk is en het droogt ook minder lang. Het wordt na intensief schudden al een tot twee dagen na het maaien in een kuilbult of sleufsilo gereden of opgeperst in grote balen of rollen waar plasticfolie luchtdicht omheen gewikkeld wordt. Dit product bevat minder ruwe celstof dan hooi en hoogstens 60 procent droge stof, meer water dus dan hooi bevat. Meestal is ook het gehalte aan eiwit hoger, maar aan suiker juist lager. Voor paarden is dit echte koeienvoer minder geschikt; heel wat paarden verdragen het totaal niet en dat is goed zichtbaar aan de mest, die dunner wordt of zelfs verandert in diarree.

Toch kan ook voor paarden prima kuilvoer gewonnen worden. Het verschilt dan alleen van hooi in de tijdsduur die het vraagt van maaien tot oogsten. Uitgangspunt is gras dat langer mag groeien dan voor koeienkuil gebruikelijk is en dat meerdere dagen (drie tot vijf meestal, afhankelijk van het weer) op het land blijft liggen om goed te drogen. Vaak is het al bijna hooi op het moment dat het opgeperst wordt in foliebalen of folierollen, of in de kuil wordt gereden. In paardenkringen noemt men dit product wel voordroog. Groot voordeel ten opzichte van hooi is de tijdswinst. In ons land is een week stabiel hooiweer eerder uitzondering dan regel en om in folie te kunnen persen is minder tijd nodig; dat geeft betere kansen op een optimaal product. In geval van nood (onverwacht onweer op komst) is eerder oppersen mogelijk, terwijl dat bij hooi gewoon niet kan omdat onvoldoende droging zeker schimmel en zware broei gaat opleveren. Het gebeurt dan ook nogal eens dat als hooi voorbestemd gras toch nog in folie wordt geperst omdat het weer tegen de verwachting in omslaat.

Waar je van hooi goed de kwaliteit kunt beoordelen als je het aankoopt is dat bij foliebalen onmogelijk. Er kan de smerigste schimmeltroep in zitten, maar ook fantastisch kwaliteitsvoer of een op zich goed uitziend product waar volop fatale gifplanten -jacobs kruiskruid, herfsttijloos- in verscholen gaan. Beschadigde balen zijn sowieso ongeschikt. Gaatjes in het plastic zijn soms amper zichtbaar, maar hebben wel bederf van de inhoud tot gevolg. Meestal is dat goed te ruiken. Het is dus aan te raden niet zomaar ergens foliebalen te kopen, maar daarvoor een betrouwbare fouragehandelaar uit te kiezen.

Aankoop rechtstreeks bij een boer in de buurt kan ook prima uitpakken omdat je dan weet van welk land de balen komen – je zou zelfs voor het maaien kunnen gaan kijken of er ook ongewenste planten tussen het gras staan – en hoe het product gewonnen is.

Tekst en foto's: Ineke Westers

Her & DER

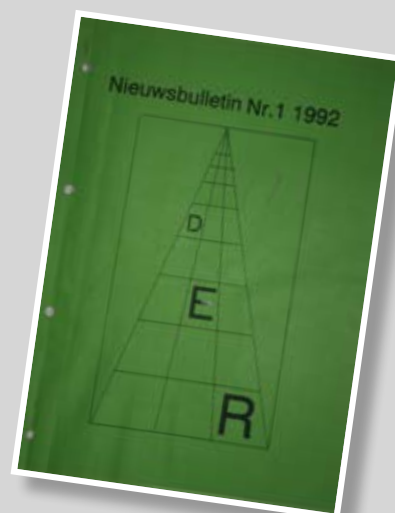
Het allereerste nummer dat van het clubblad van de Dutch Endurance Riders verscheen was op A-4 formaat en bestond uit aan elkaar geniete kopietjes met een groene kaft. Een naam had deze als informatiebulletin bedoelde uitgave nog niet. Daarna verscheen het blad al snel in gedrukte vorm op A-5 formaat.

In 1995 kostte dat de vereniging 5206 gulden (voor de jongsten onder de lezers: dit is 2362 euro). In 1998 groeide de uitgave naar het A-4 formaat en dat leverde een rekening voor de clubkas op van ruim 11.000 gulden. Maar wat de stijging van de kosten betreft was het eind nog lang niet in zicht, want over 1999 beliepen die liefst 18.461 gulden en over 2000 kwam er 22.056 gulden op de balans te staan! Oorzaak: meer leden, dus meer bladen om te drukken en te verzenden en bovendien zes keer per jaar in plaats van vier keer. De discussie of het dan niet beter zou zijn terug te gaan naar vier keer werd beëindigd met de conclusie dat het qua kosten weinig zou uitmaken omdat dan allerlei mededelingen voor de leden afzonderlijk per post moesten worden verstuurd – we hebben het hier over nog internetloze tijden.

Karin Schat en Elke Tuininga verzorgden de Her & DER in het begin, daarbij gesteund door een aantal andere clubleden. Vanaf 1998 nam Til van Rijnberk de eindredactie van het blad over. In 2002 kwam er wegens de emigratie van Til een redactieraad, bestaande uit Suzan de Boer Sap, Margreet Lockhorst, Marjolijn de Rooy en Ineke Westers. Rob Franken werd vervolgens redactiecoördinator en later eindredacteur.

Toen Rob overstapte naar het bestuur nam Aart Markies de eindverantwoording voor het magazine over; dat was inmiddels van hoofdzakelijk zwart/wit doorgegroeid naar kleur. Aart bleef aan tot de Her & DER overbodig werd geacht in 2008. De website (in 1999 ontwikkeld door Hugo Sandman en dat eerste jaar bezocht door in totaal 3171 bezoekers) kon de taak van het magazine immers wel overnemen, zo was de gedachte. Na enkele jaren kwam er toch weer vraag naar een blad en eind 2012 verscheen het eerste nummer van de nieuwe serie, waarmee we nu dus alweer vijf jaar onderweg zijn.

In 2017 trok de vereniging opnieuw aan de bel over de kosten voor een gedrukt verenigingsblad. De kostenpost in 2017 bedroeg € 4.560 voor twee uitgaves. Het jaar ervoor (2016) was dat €12.018 voor vier uitgaves. Afsproken is dat er in 2018 een gedrukt exemplaar en een digitaal exemplaar - deze - gemaakt zou worden. Aan u de vraag waar uw voorkeur naar uitgaat. Wordt vervolgd.....



Het was weer een echt feestje!

De Eenhoorn Kinderrit 2018

Er wordt overal in het land hard getraind, zo verraden de foto's die voorbij komen op Facebook. Van extra rijlessen tot lange wandelingen en pony's die weer in shape worden gebracht. Hier en daar wordt zelfs gebruik gemaakt van een aftelkalender tot dag "X" op 30 september. Een dag waar vele kinderen al maanden naar uitkijken, en waar sommigen zich in februari al voor inschreven: de Eenhoorn Kinderrit!

Ieder jaar is er weer een bijzonder kinderfeest op Camping Boszicht in Laag Soeren, als ruitertjes en amazones tussen vier en twaalf jaar kunnen leren en ervaren wat endurance is. Om negen uur rijden de vroege vogels de camping op en laden hun pony's uit. Bij het secretariaat halen ze hun hesje en vetkaart op en pakken en passant een snoepje mee. Om tien uur verzamelt iedereen zich voor de voorbespreking. Na een aanmoediging op de vraag: "Hebben jullie er zin in?" komt uiteindelijk een vrolijk enthousiaste kreet uit het jonge publiek: "JAAAA!". Na uitleg over de route, het programma en de keuring mag iedereen zijn of haar pony gereed gaan maken voor een bezoekje aan de dierenarts.

Met gespannen gezichtjes wachten de kinderen op het oordeel van de dierenarts. Zullen ze wel mogen starten!? Alvorens ze daar antwoord op krijgen lopen ze langs een vrijwilliger die het hele proces van de voorkeuring uitlegt. "En waar zit het hart van je pony, denk je?". De ene wijst naar de buik, de andere naar de hals. Een enkele heeft stiekem gekeken bij een ander en wijst de plek aan waar geteld wordt, achter de linker oksel. De vrijwilligers

laten de kinderen met de stethoscoop luisteren naar het hart van hun pony: "Hoor je het? Het klinkt als 'tutum..tutum..tutum". Daarna mogen ze ook luisteren naar de darmgeluiden van hun pony: "Dit klinkt heel anders, het is net onweer", legt de vrijwilliger uit. "Woah, hij heeft echt goed gegeten", roept een jongen met een grote lach op zijn gezicht als hij het darmgeluiden van zijn pony hoort.

De spanning is al een beetje verdwenen als ze bij de 'echte' dierenarts komen die de officiële goedkeuring moet geven. Ze mogen ook allemaal zelf hun pony voordraven, al dan niet met hulp van hun ouder of begeleider. Het is een aandoenlijk gezicht. Vol trots stralen de kinderen als zij van de dierenarts te horen krijgen dat ze mogen starten. Nu kunnen ze zich gereed gaan maken voor de echte rit.

De eerste combinatie start om stipt 13.00 uur. Vier deelnemers starten op de langste afstand van zestien kilometer. De overige 22 kinderen gaan voor de acht kilometer. De rijervaring wisselt. Zo rijden sommige kinderen los mee en worden anderen aan een touw begeleid. Met

ieder kind rijdt, loopt of rent een begeleider mee. Een aantal moedige ouders stappen op de mountainbike. Heel serieus en geconcentreerd vertrekken de kinderen voor hun wedstrijd. Om 14.00 uur is iedereen onderweg.

Onderweg zijn er twee groompunten, bemand met vrijwilligers die drinken en koelwater voor de pony's hebben, en een sapje en versnapering voor de kinderen. Halverwege de lange afstand, na ongeveer zeven kilometer, arriveren de deelnemers bij hun eerste groompunt. Daar zijn niet alleen vrijwilligers maar ook ouders en andere toeschouwers. Er wordt fanatiek aangemoedigd. Op iets meer dan tien kilometer ligt groompunt 2, dit is tevens het (enige) groompunt voor de acht kilometer afstand, die dan zo'n vijf kilometer onderweg zijn. Niet alleen de paarden maken dankbaar gebruik van de mogelijkheid om wat te drinken, ook de kinderen en vooral de meelopende ouders zijn blij met iets vloeibaars. De kinderen krijgen een koekje en de paarden een wortel. Het koelen van de pony's met een koelfles is natuurlijk erg stoer, en de kinderen gieten met plezier de flessen over de hals van hun pony's heen. Ervaren vrijwilligers zorgen ervoor dat alles rustig verloopt en dat de pony's die het koelen nog niet kennen rustig kunnen wennen.

Na een korte pauze vertrekken de deelnemers weer, op naar de resterende kilometers. De finish is op Camping Boszicht,



en stralend van trots passeren de kinderen de finishlijn. Soms in stap maar vaak in draf of zelfs in een klein galopje en veelal hand in hand met begeleiders of mede-ruiters. Het is prachtig om te zien hoeveel plezier iedereen heeft.

Bij binnenkomst wordt van iedere pony direct de hartslag geteld. Daarna is er een half uur tijd om de pony te verzorgen voordat de nakeuring wordt gedaan. Er wordt ijverig afgesponst en gevoerd voordat de combinaties terugkomen voor de eindbeoordeling van de dierenarts. Dit laatste bezoek aan de dierenarts is natuurlijk weer spannend. De kinderen hebben bij de voorbespreking te horen gekregen dat ze goed voor hun pony moesten zorgen en dat zij allemaal gewonnen hebben indien de pony's net zo fit zijn bij de finish als bij de start. Gelukkig zijn alle pony's goed en kunnen de kinderen vol trots bijkomen met een lekkere stuk taart van Celestine of een frietje of pannenkoek van de Reizende Koekenpan, in afwachting van de prijsuitreiking.

Voor de prijsuitreiking wordt de tafel flink gevuld. Dankzij Marstall en Green Distance zijn er goedgevulde goodybags en dankzij Endurance Team de Eenhoorn een bakje snoepjes voor iedere deelnemer. Daarnaast krijgt ieder kind een mooie rozet en een oorkonde met een foto van die dag. Een flink prijzenpakket die de kinderen dankbaar aannemen.

Na de traditionele groepsfoto is het weer tijd om gedag te zeggen. Het was weer een fantastische dag vol met gezelligheid en als cadeautje prachtig weer. Met vrijwilligers die er weer voor zorgden dat het een echt feestje werd voor ieder kind. Wij zeggen: tot de Kinderrit 2019!

Tekst: Rachel Marty

Foto's: Gerjo Horsman & Sonja de Schipper



Pavo

Ease & Excel



**INNOVATIEF
SPORTVOER**
TER ONDERSTEUNING
VAN DE MAAGFUNCTIE



Pavo Ease&Excel is een innovatief, structuurrijk sportvoer speciaal ontwikkeld voor een goed zuur-base-evenwicht in de maag en daardoor uitermate geschikt voor sportpaarden die moeten presteren. Het is een volledig krachtvoer, hoog in energie uit goed verteerbare vezels en plantaardige olie met daarnaast een zeer laag suiker- en zetmeelgehalte.

- ☑ Hoog energie, structuurrijk sportvoer
- ☑ Ondersteunt een goede functie van de maag
- ☑ Voor sneller herstel van spieren na training

D170162

Pavo 

feeding excellence