

TEMA om sadlen

Sadlen er en vigtig del af udstyret når vi rider, og derfor er det vigtigt at rytteren er opmærksom på, at sadlen ligger korrekt på hesten hver dag. Hestens ændringer i kropsformen, når den enten ændre huld, eller muskulaturen ændrer sig, sker gradvist – men følger man nogle simple råd, kan man undgå at sadlens pasform bliver så uaktuel at det giver helbredsmæssige eller ride-mæssige problemer.

Forudsætningen for, at rytteren løbende kan kontrollere sadlens pasform mod hestens aktuelle form og facon er, at sadlen ligger korrekt fra begyndelsen – og at sadlen også passer til rytteren.

Læs i dette tema om, hvad nogle af de vigtige forudsætninger er for, at sadlen er korrekt til hesten – og hvad rytteren regelmæssigt skal kontrollere for at undgå problemer i forhold til sadlen.

Passer sadlen

Mange faktorer har indflydelse på om sadlen passer til både hest og rytter. Du kan selv holde øje med meget og handle i tide, men de grundlæggende forudsætninger for at sadlen passer skal være på plads fra begyndelsen

■ Tekst Thomas Bisgaard

Sadlen skal passe til hesten, men også til rytteren. En sadel der passer perfekt til hesten kan påvirke hestens bevægelsesfrihed, hvis den ikke passer til rytteren.

”Det gælder for eksempel, hvis sadlen er for lille til rytteren. Så vil rytterens bagdel havne for langt tilbage mod bagsvidslen og det giver

et forkert tryk på den bagerste del af sadlen ned i hestens ryg,” forklarer Olof Ingdam-Lindgren fra ING DAM'S Sadelservice. Sammen med Aff Ingdam-Lindgren har Olof designet og konstrueret sadler for nogle af verdens ledende sadelfabrikanter i mere end 25 år og har kunder overalt i verden, dog primært Danmark og Sverige, som besøges flere gange om måneden eller modtages i Sadelhuset mellem Humlebæk og Fredensborg.

VÆSENTLIGE FORUDSÆTNINGER

Da hesten skifter form er det vigtigt, at rytteren løbende er i stand til at vurdere, om sadlen passer eller der skal laves tilpasninger enten ved at bruge nogle korrektionspads i en periode eller der er behov for tilpasning.

”Der er jo stor forskel på, om hesten ”kun

har spist hele vinteren”, og ikke er blevet redet, så den har tabt muskler og er blevet for rund, eller om den bliver holdt i nogenlunde samme form hele året,” siger Olof Ingdam.

Det er de færreste sadler der kan ligge på en overvægtig hest, men det omvendte kan også gøre sig gældende. Hesten der har mistet huld eller muskler skifter også facon i sadellejet. En



konkurrencehest på højt niveau vil have en formkurve der er forskellig fra hvileperiode til toppræstation.

"Det kan godt være, at sadlen er blevet tilpasset for tre måneder siden, men er man ikke opmærksom på, at hesten ændre form, så vil sadlen ikke længere passe og må tilpasses igen," forklarer Olof Ingdam.

Det er altså en væsentlig forudsætning for sadlens funktionalitet, at hesten også holdes i form. Ønskescenariet for ridehestene er, at der løbende udvikles og vedligeholdes muskulatur.

"Hvis udgangspunktet er godt, så kan de små ændringer klares på forskellig

vis med pads, indtil muskulaturen har ændret sig så meget, at der skal en ny tilpasning til," siger Olof Ingdam.

HESTENE BLIVER KORTERE

En af de store udfordringer når der skal købes ny sadel er længden på sadellejet. Der må som udgangspunkt

Den rigtige gjord

En korrekt gjord kan også betyde meget for hestens velvære og optimering af sadlens funktionalitet. – Dog vil en gjord aldrig kunne kompensere for en ukorrekt tilpasning eller ukorrekt sadelkonstruktion i forhold til hesten.



Foto: Ingdam's

Når hesten er skæv er der brug for en korrekt tilpasset sadel og hjælp fra korrektionspads for at understøtte korrekt opbygning af hestens muskulatur - en sadel må ikke være skæv



Foto: Arnd Bronkhorst



Foto: Ingdam's

Sadlen skal også passe til rytteren - der skal være plads til en flad hånd mellem bagsvidsel og det nederste af rytterens lænd

ikke fordeles vægt forbi hestens sidste ribben (det 18. ribben hos de fleste racer). "Hestene bliver avlet kortere i dag end de gjorde for bare 10 år siden – og det giver udfordringer når sadlen skal passe," siger Olof Ingdam og bemærker, at det også blandt islandske heste kan være svært at få sadlen til at passe – især når sædet også skal passe til rytteren. For samtidig med at hestene er korte, så er rytterne ikke blevet mindre.

RYTTERENS ANATOMI

Tommelfingerreglen for korrekt sædestørrelse – 16, 17, 18" – er, at der er plads til en flad hånd mellem det nederste af rytterens lænd og bagsvidslen. "Hvis der er for lidt plads i sadlen, vil rytteren presse på sadlens bagsvidsel, og det giver et ubalanceret tryk på

den bagerste del af sadlen, som kan give problemer," siger Olof Ingdam og forklarer, at rytteren mærker det som et lille ekstra klap bagi, hvis sædet er for lille. Dette vil også belaste rytterens lænderyg. Hvis sædet er for stort til rytteren, vil rytteren ikke få den fornødne støtte af sadlen.

STORE SVINGNINGER I RYGGEN

Det er nok de færreste der tænker på det, men hestens ryg er meget bevægelig, og det stille krav til sadlen. "Når hesten bevæger sig, så svinger rygsøjlen flere cm fra side til side," siger Olof Ingdam og understreger, at de svingninger skal kunne ske uden at sadlen trykker forkert eller generer, ellers vil hesten ikke bevæge sig naturligt og korrekt. ■



Olof Ingdam

Om Ingdam's

INGDAM'S håndterer på årsbasis 1200 - 1500 sadler har mere end 25 års erfaring.

Aff og Olof Ingdam-Lindgren ejer INGDAM'S og har gennem mange år designet og konstrueret world-wide-sælgende produkter indenfor rideudstyr og i særdeleshed sadler for nogle af verdens ledende fabrikanter.

INGDAM'S har udkørende sadelservice i Danmark, Sverige og Tyskland, men også mange kunder i fjernere dele af verden. Kunderne spænder vidt og omfatter alle hesteracer og niveauer – fra den første pony til grand prix – og i alle discipliner. INGDAM'S laver også sadler til mange af vores topryttere og samarbejder med Nathalie, Cathrine Dufour, Anna Zibrandtsen, Thomas Dresler, Niels Goldschmidt m.fl.

Gennem mange år har ING-DAM'S samarbejdet med dyrlæger, kiropraktorer m.fl. og deltager årligt i internationale konferencer og clinics indenfor relevante områder.

INGDAM'S har netop åbent Europas største sadelhus med nye og brugte kvalitetssadler. Det er beliggende mellem Fredensborg og Humlebæk og her er det også muligt at komme med hest/pony for rådgivning, sadelcheck eller køb af ny eller brugt sadel. Eget sadelmageri og ekspres-service findes.

ingdams.com

Tjek selv om sadlen stadig passer

Olof Ingdam fortæller om 7 ting du skal holde øje med for at undgå problemer i forhold til sadlen. Når tjeklisten gennemgås, er det en fordel, hvis der ikke er underlag under sadlen, men jorden skal være spændt uden at være for stram

Af Thomas Bisgaard

1 HVILER KOPFJERN-ENDERNE 2 FINGRES BREDE BAG SKULDERBLADET

Kopfjernet er en vigtig del af sadlens konstruktion. Det danner vinklen i forsvidslen og ned over den forreste del af sadlen, som ligger over mankestykket. Det er dette, der udgør bomvidden og skal overensstemme med hestens vinkel bag skulder. På de fleste sadler er kopfjern-enderne syet ind i en lille lomme øverst på sadelklappen. For at sikre skulderbladets bevægelighed, skal kopfjern-enderne hvile to fingres bredde bag skulderbladet – og det svarer typisk til en fingers afstand for sadelklappens forkant og hen til skulderbladet, hvis vi taler om en dressursadel. Det kan være lidt svært at mærke præcist hvor kanten af skulderbladet er, men med hjælp fra en anden der løfte hestens forben op, kan man finde kanten og mærke sig frem når benet igen sættes i jorden. Det er selvfølgelig vigtigt, at hesten hviler lige på alle fire ben, når afstanden mellem skulderblad og sadel måles.

1. Enderne af kopfjernet skal ligge 2 fingerbredder bag skulderbladet. Det passer typisk med, at det forreste af sadelklapperne skal ligge en fingerbredde bag skulderbladet

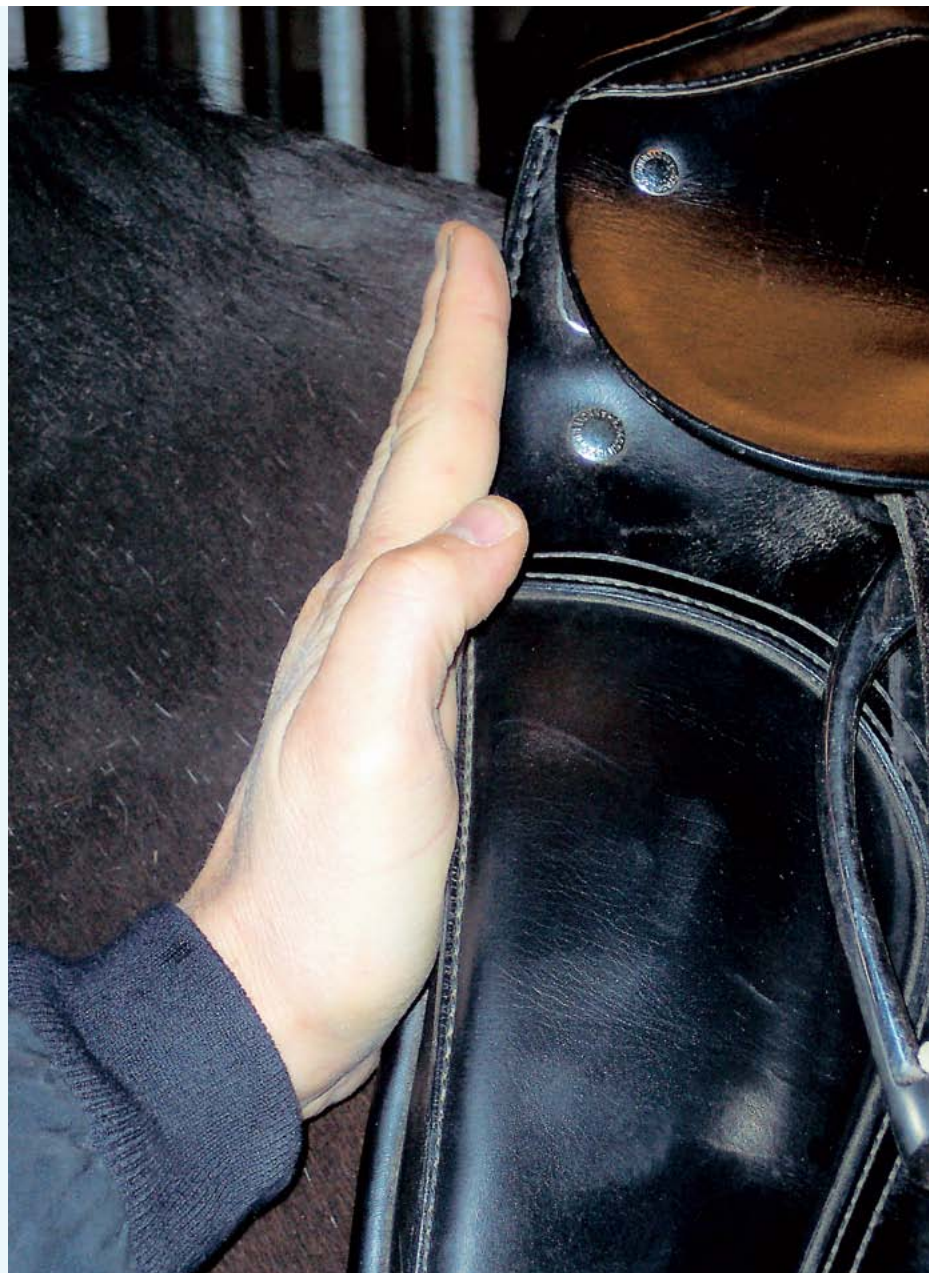


Foto: Ingdam's

2 LIGGER SADLEN I BALANCE

Et af de mest udbredte problemer med sadlen pasform er henover hestens manke. Hvis sadlens kopfjern for smalt, hvilket er det hyppigste problem ligger sadlen for højt fortil og i bagvægt. Hvis sadlen ligger forkert, kan bevægelsen blive stikkende og kan skabe problem i ryg, lænd og bagpart. Sadlens bomvidde kan også være for bred til hesten, så den heller ikke hviler korrekt over manken og ved trapezius-musklen. Det får sadlen til at "gå på næsen", og rytteren får tendens til at læne sig bagover. I forsøget på at kompensere med sædet får rytteren et forkert og ukomfortabelt knæk i lænden. Set fra siden kan man se, om sadlen ligger i balance – det gør den når den dybeste del af sædet flugter med gulvet. Det kan desværre ikke måles med vaterpas eller lignende, for bagsvidslen på en sadel er typisk højere end forsvidslen. Det er mest

2. Sadlen er ikke i balance. Den ligger for højt fortil og er i bagvægt

udtalt ved dressursadler, men på springsadler er der også en højdeforskel. Når stignøjlerne hænger løst ned, giver det også en indikation af, om sadlen ligger i balance. Der er desværre ingen linjer som stigmennene skal følge, for knæpu-

dernes udformning og design varierer, men kigger man godt efter, kan man se om sadlen ligger i balance. Sadlen må naturligvis aldrig vippe eller rulle over midten.



Foto: Ingdam's

3 PLADS TIL MANKEN

Om sadlen levner plads nok i kammeret til manken hænger ofte sammen med, hvorvidt kopfjernet passer, men kammeret kan også være for smalt, bredt eller panelerne vinklet forkert. Hvor meget plads der skal være under forsvidslen og ned til manken varierer noget fra mærke til mærke, men som udgangspunkt skal der være 2-3 fingres bredde – er der mere, skal man tjekke om sadlen ligger for højt fortil, og er der mindre, skal man virkelig holde øje med, at sadlen ikke ligger og trykker på

hestens rygsøjle. Er hesten ved at sætte muskulatur, kan man bruge korrektionspads for at løfte sadlen lidt fortil og samtidig give hesten større bevægelsesfrihed til skuldrene, så udviklingen af muskulaturen sker endnu hurtigere. Er muskulaturen henover den øverste del af skulderbladet meget stor for så nærmest at være helt fraværende lige bag skulderbladet, så er det et næsten sikkert tegn på, at sadlen ligger forkert, så den hæmmer den bagerste del af trapezus.



3. Kopfjernet er for bredt og der er stor risiko for trykkskader på hestens manke

Foto: Ingdam's

4 PANELENE SKAL FORDELE TRYKKET OVER HELE DERES LÆNGDE

Sadlerne hviler mest på den forreste trekant der udgår fra kopfjern-spidsene, og så på den bagerste del af panelerne. Midt på er trykket lidt mindre, fordi den del skal være med til at give rygmuskulaturen frihed og samtidig kunne absorbere rytterens vægt. For det utrænede øje skal det se ud som om, at vægten fordeler sig jævnt over panelerne.

4. Panelerne skal fordele trykket i deres fulde længde



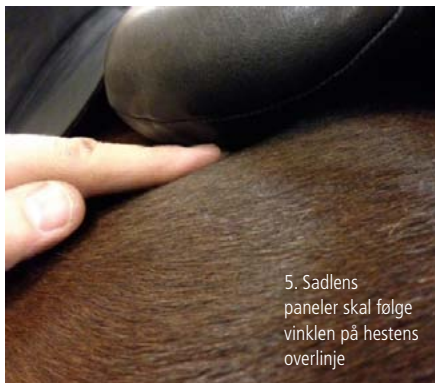
Foto: Ingdam's

Er sadlen i stykker

Et typisk tegn på at sadlen er stykker er, hvis den har fået nogle folder i læderet lige der hvor bagsvidslen bøjer. Det er ifølge Olof Ingdam et tegn på, at bommen er brækket.

Er sædet i stykker

En anden sadelfejl som ses tit, er hvor der kommer to huller eller fordybninger i sædet ved rytterens sædeben. Det skyldes typisk, at sadelbommens bånd, der udgør plattformen for sædet, har løsnet sig.



5. Sadelns paneler skal følge vinklen på hestens overlinje

5 OVERLINJENS HÆLDNING
Set bagfra, skal sadlens paneler flugte med hestens ryg- og ribbenenes facon - de tværgående vinkler på hestens overlinje. Det er en fordel, hvis man kan stille sig på en skammel bag hesten og se på sadlen. Det er vigtigt, at panelerne hviler lige på hestens ryg og ikke for langt ude på muskulaturen og ribbenene.



6. Når kammeret er for smalt er der plads nok til manken, men rygsøjlen kan ikke arbejde korrekt

6 KAMMERTJEK
Kammeret mellem panelerne skal være så bredt, at rygsøjlen kan bevæge sig frit. Bevægeligheden i ryggen er størst lige bag det bagerste ribben, og bevægeligheden aftager jo tættere man kommer på manken. Der skal være plads nok til, at hesten kan bøje sig korrekt. Desværre er sadler jo ikke bøjelige i den forstand, at de følger hestens bøjning, så når hesten bøjer sig vil rygsøjlen nærme sig det bagerste af panelerne. Kammeret bør være min. 3 - 4 fingre bredt - men ikke så bredt, at sadelpaneler ikke hviler korrekt på hestens ryg



Foto: Arnd Bronkhorst

7. De fleste ryttere kan mærke på hesten, hvis sadlen ikke længere passer. Det kan være små tegn som manglende lyst til at gå frem. Stikende forbensbevægelse fordi sadlen trykker på Trapezusmusklen eller voldsommere reaktioner på sadel eller rytter

7 REAKTIONER OG FORNEMMELSER
Egentlig burde dette tjek-punkt måske være det allerførste. I hvert tilfælde er det ofte hestens ændrede reaktionsmønster under ridning eller rytterens fornemmelse for hvordan det skal føles eller tidligere har følt at sidde i sadlen - typisk hører man, at sadlen tidligere var en drøm at sætte sig op i, men nu

synes man måske ikke det så fantastisk længere. Så er der typisk noget galt med sadlens tilpasning i forhold til hestens eller rytterens nuværende anatomiske form og facon. Hvis hesten er urolig ved opsadling er det en god idé også at få checket sadlens tilpasning iforhold til hestens aktuelle anatomiske form.