

De weg naar de VION-Cup

Ervaringsdeskundige Hester Klompmaker aan het woord

Een hoogtepunt in het zomerseizoen vormen de Nederlandse kampioenschappen voor jonge springpaarden om de VION-Cup. Op de KWPN Paardendagen in augustus wordt bekend welke paarden zich de beste vier-, vijf-, zes- en zevenjarigen van het land mogen noemen. Hester Klompmaker neemt ieder jaar met meerdere paarden deel en heeft een uitstekende reputatie opgebouwd. Hoe bereidt zij haar paarden hier op voor?



"De trainingen zijn vooral in het begin heel kort en afgewisseld met veel stapreprises tussendoor, zodat de spieren kunnen herstellen en verzuring wordt tegengegaan", legt Hester Klompmaker uit.

Hester Klompmaker stond al menigmaal vooraan met één van haar toekomsttalenten in de VION-Cup. Zo won ze al eens het kampioenschap voor vierjarigen met Plato (v. Glennridge) en Jamison (v. Nimmerdor) en werd ze in dezelfde leeftijdsrubriek tweede met Upsy Daisy (v. Larino). Afgelopen jaar werd ze derde bij de vierjarigen met Collin (v. Vincenzo) en met zo'n vijftien oudere paarden waaronder Uranus W (v. Hornet Rose), Ultrafox (v. Ginus), Tygo (v. Numero Uno) en Zilverbea N (v. Odermus R) kwalificeerde ze zich via de IAN-Trofee en nu de VION-Cup al eens voor het Wereldkampioenschap voor jonge springpaarden in Lanaken. Met Uranus W won ze in 2007 zelfs zilver bij de

zesjarigen. Schitterende successen, maar een trainingsgeheim heeft Hester naar eigen zeggen niet. Een gedegen opbouw, regelmaat en gymnastiserend werk zijn de sleutelwoorden in de training.

Rustige opbouw

De vierjarigen worden bij Hester Klompmaker in het najaar als driejarige zadelmak gemaakt. "De eerste weken worden ze dan twee keer per week kort gereden, en twee keer gelongeerd. Dat bouw ik eerst op naar drie keer rijden, en één keer longeren per week. De trainingen zijn vooral in het begin heel kort en afgewisseld met veel stapreprises tussendoor, zodat de spieren de kans krijgen om te

herstellen en verzuring tegen te gaan. Geleidelijk worden de trainingen langer en opgebouwd naar vijf keer per week. Met het springen begin ik vanuit draf met aan de zijanten aanleuning. Daarna kan je dit uitbouwen door op één of meer galopsprongen een hindernisje erachter te zetten, ook weer met aanleuning." Aan het eind van de winter gaan ze mee naar oefenparcours en kunnen ze meedoen in de BB. "Dat is heel spelenderwijs, om ze eens op ander terrein te rijden met allerlei indrukken. In het buitenseizoen lopen ze ook enkele BB-parcoursen en daarna gaan ze mee in de B", vertelt Hester. "Dat doe ik meestal rond mei en als ze gemakkelijk in balans rond lopen en niet kijkerig of terughoudend zijn, maak ik de overstap naar de L. Als ze toch nog wat onzeker zijn of nog niet optimaal in balans, dan start ik ze vervolgens weer een keertje in de B. Het gaat erom dat ze met vertrouwen en gemak door het parcours springen, in de jonge paardenrubrieken worden ze beoordeeld op hun manier van springen en hoe ze te rijden zijn; de balans en ritme in de galop en de gehoorzaamheid. Ze moeten op een ongedwongen ontspannen manier leren springen en de hoogte is voor mij niet van belang, dat komt vanzelf als het zo ver is. Voor de VION-Cup lopen mijn paarden relatief weinig L-parcoursen en in de barrages rijd ik ze niet op snelheid. Ze moeten wel wat gezien hebben, zodat ze niet te veel onder de indruk zijn in Ermelo. Een mooie wedstrijd is bijvoorbeeld de jonge paardenrubriek op CSI Geesteren, daar kan je de paarden in de etalage zetten en ze



Hester Klompmaker, hier op Beegien SFN (v.Contendro II), werkt graag met cavaletti op de volte. "Op een volte kan je de paarden gemakkelijker in balans houden dan op de rechte lijn."



Met de oudere paarden springt Hester regelmatig een aantal in-uitjes op de volte. "Hier worden ze handig en sterk van."

leren er ontzettend veel van. De week voor de VION-Cup gaan ze mee op concours voor het ritme en de ontspanning."

Controle en gymnastiseren

De springpaarden komen zeven dagen per week in de stapmolen in de buitenlucht, 's

morgens tijdens het mesten en vervolgens na de training voor een goede cooling-down. Als het weer het toe laat, komen ze ook regelmatig een paar uur in de wei. In de training draait het vooral om de controle en het gymnastiseren. "De paarden moeten op eigen benen en in balans leren

lopen, en vanuit dat punt gaan we het springen opbouwen. Ze moeten op een natuurlijke manier met goede manieren en ruggebruik springen. Tijdens de dagelijkse training maak ik veel gebruik van balkjes op de grond en cavaletti, dat doe ik voor de ontspanning en de balans. Daardoor krijg je als ruiter meer controle over de galop. Want een paard dat goed in balans loopt, is ook licht in de hand. Dat krijg je voor elkaar door heel veel overgangen te maken en ze goed over de rug te rijden en zelf ook licht in de hand te zijn. Met de jonge paarden spring ik in het begin veel vanuit draf met een drafbalkje ervoor, en eventueel een balk er achter op drie meter afstand. Daarna kan je ze mooi door laten galopperen naar een volgend sprongetje met passende afstanden, waardoor het paard leert rustig ontspannen te blijven en op een optimale manier leert springen. Ook doe ik vanuit draf in-uitjes met daarna op één galopsprong afstand een klein

Vereisten voor deelname VION-Cup

Bij de kampioenschappen om de VION-Cup wordt de aanleg van jonge springpaarden in wedstrijdverband getest. De vierjarige springpaarden kunnen zich via de Centrale Keuringen of via de sport selecteren voor deelname aan de VION-Cup. Op een selectiewedstrijd op één van de Centrale Keuringen dienen zij dan minimaal 21 punten te behalen of minimaal twee winstpunten in de klasse L (1.10m). Voor vijfjarigen is een minimale sportstand van M+2 vereist, voor zesjarigen is dat Z+2 en voor zevenjarigen ZZ+2. Gezien de entourage is het handig om de vierjarige springpaarden voorafgaand aan de VION-Cup al een aantal keren op ander terrein te laten springen. Wanneer een paard zich via de selectie op de Centrale Keuring heeft geselecteerd, is het niet noodzakelijk dat hij al in de wedstrijd sport is uitgebracht, maar een startkaart met combinatienummer is wel vereist.

De beste negen vijf-, zes- en zevenjarigen kunnen zich via de VION-Cup kwalificeren voor het Wereldkampioenschap voor jonge springpaarden in Lanaken.

Voor meer informatie en regelgeving zie www.kwpm.nl.



Jonge paardenspecialist Hester Klompmaker probeert de paarden zo optimaal mogelijk voor te bereiden op de sport. Het gaat bij het springen niet om de hoogte, maar wel om de controle en het gymnastiserende doel.

hindernisje, en daarna nog één. Het galopperen over balkjes en cavaletti doe ik ook graag op een volte, dan begin ik met twee balken met daar tussen vijf of negen meter, zodat ze daartussen één of twee galopsprongen moeten maken. De balken kan je later vervangen door cavaletti of lage sprongetjes, zodat je in-uitjes hebt. Op een volte kan je de paarden gemakkelijker in balans houden dan op de rechte lijn. In het begin worden ze op een rechte lijn al gauw te lang in de galop. Als dat beter onder controle is kan je het op de rechte lijn ook opbouwen naar een vier-sprong met elke keer een galopsprong er tussen, met eventueel een balk er tussen om het paard iets te remmen als het te snel gaat. Sommige paarden, vooral hele voorzichtige paarden, worden juist onzeker van in-uitjes en oefeningen met balkjes ervoor of erachter. Het is per paard verschillend welke oefening fijn werkt. De cavaletti en in-uitjes zijn wel een krachtinspanning dus dit herhaal ik maar enkele keren en wissel het af met tussendoor stappen. Met de oudere paarden doe ik de in-uitjes op de volte wat vaker, want daar worden ze handig en sterk van. Belangrijk is het om heel veel grondlijn te geven zodat een paard leert het voorbeen op een goede manier op te tillen, de tijd krijgt om de voorknie naar boven te brengen en recht naar boven te springen." Bij de beoordeling van de vierjarigen in de VION-Cup kijken deskundige juryleden naar de

springmanieren van het paard, met daarin onderdelen als vermogen, techniek en reflexen, en de wijze van gaan tussen de hindernissen. De controle van de ruiter is hierbij van essentieel belang.

Reële proeven

De vierjarigen krijgen bij Hester na de VION-Cup een rustperiode, waarin ze minder intensief getraind worden en weinig op concours gaan. "Dat is vooral een onderhoudende training en na een tijd begin ik weer met wat parcoursen op L-niveau.

Dan train ik ze geleidelijk door naar het M, en vanaf het buitenseizoen bouw ik ze weer op richting de VION-Cup bij de vijfjarigen. Voor de zesjarigen geldt eigenlijk hetzelfde, in het winterseizoen neem ik ze af en toe mee op concours en in het buitenseizoen start ik ze dan voor het eerst in het Z. De VION-Cup voor zes- en zevenjarigen zijn reële proeven, dus ze moeten al wel de nodige ervaring op niveau hebben. De paarden moeten het met gemak en lef doen, anders valt het in Ermelo vaak tegen. Daar moeten ze meerdere dagen springen, het zijn technische parcoursen en een behoorlijke entourage. Voor de zevenjarigen vind ik het fijn als hij al een meerdaagse wedstrijd heeft gelopen voor de kampioenschappen, bij voorkeur op een internationaal concours. Zelf kijk ik gewoon of een paard er aan toe is. Met een jong paard is het mooi om een doel voor ogen te hebben, zoals de VION-Cup, maar je moet ook eerlijk zijn tegenover je paard en je doelstelling bijstellen mocht dat nodig zijn. Niet elk paard is op jonge leeftijd al klaar voor een dergelijk kampioenschap en het is belangrijk dat er een gedegen opleiding en voorbereiding aan vooraf is gegaan. De paarden moeten niet overdonderd worden, want dat gaat ten koste van het vertrouwen. Bovendien zijn de jonge paardenrubrieken nooit een einddoel, de algehele opleiding van het paard op de langere termijn staat bij mij altijd voorop", besluit Hester Klompmaker. 



De amazone heeft een stel talentvolle, jonge springpaarden in training, zoals deze zesjarige Bengel SFN (v.Jupilot).