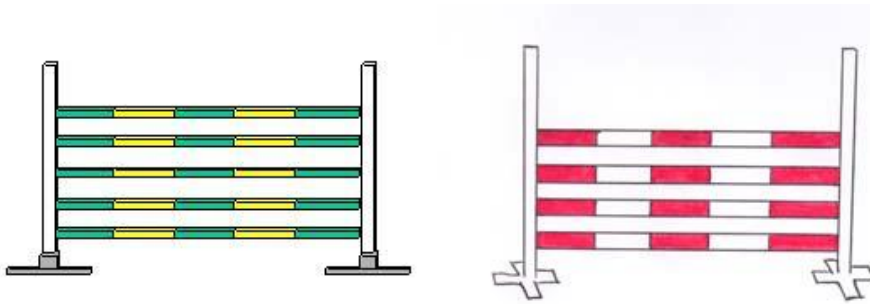


# I HUVUDET PÅ BANBYGGGAREN

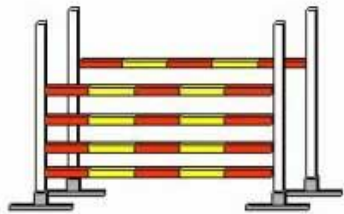
## VANLIGA HINDERTYPER

Rättupstående hinder (även plank räknas som ett rättupstående hinder)

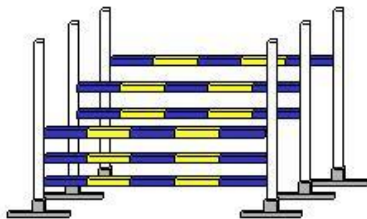


### Oxer

Bakbommen skall vara lika hög som frambommen eller 5 cm högre. Bakbommen får absolut inte vara lägre än frambommen.



### Trippelbarr



I samtliga av dessa hindertyper kan det användas plankor, underställ och vattenmattor utan att hindertypens namn ändras.

### Hindrets symmetri

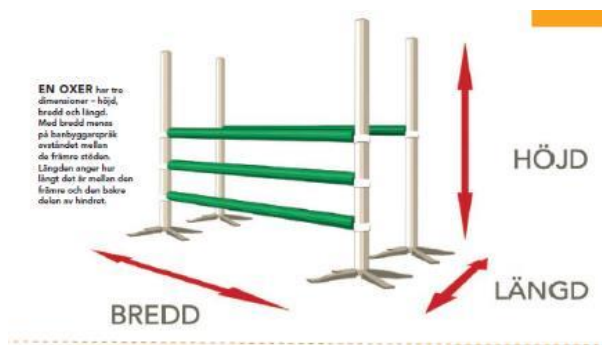
När man bygger ett hinder ser det snyggast ut om det är lika långt mellan alla bommarna i hindret eller om flertalet bommar befinner sig ovanför hindrets mitt. Det går även bra att ha en eller flera symmetriska snedbommar i hindret.

### Marklinje

För att underlätta för hästen har man i regel en markbom som ligger på marken framför hindret, markbommen hjälper hästen att bedöma när den skall hoppa av. Genom att rulla ut markbommen en bit ifrån hindret kan man få hästen att hoppa av längre ifrån hindret. Det går givetvis att hoppa hinder utan markbom men det ställer högre krav på ryttarens skicklighet och hästens utbildningsnivå.

# HINDERTS BREDD, HÖJD OCH LÄNGD

Bilden illustrerar hur man mäter hindrets höjd, bredd och längd. Höjden mäts alltid på den högsta bommens överkant. Längden från den första bommens framkant till den sista bommens bakkant.



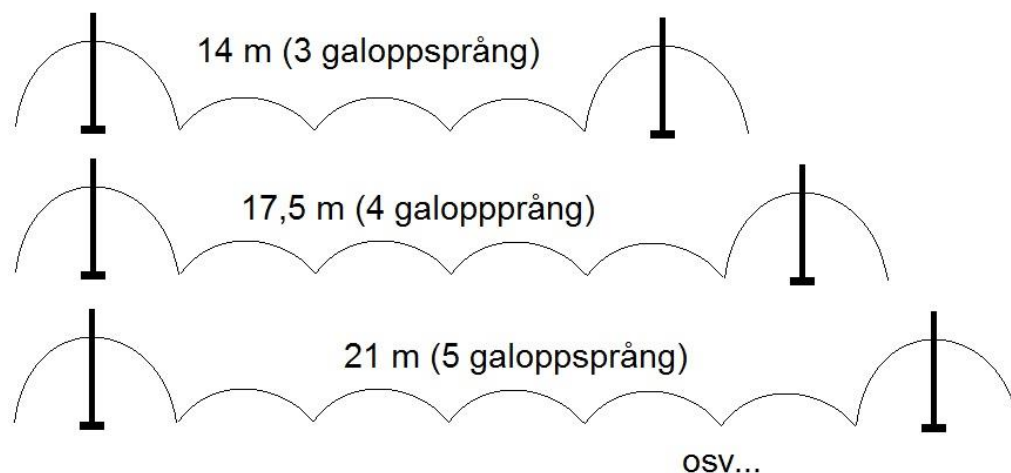
## RELATERADE AVSTÅND

Ett relaterat avstånd är när det är mellan 3 och 7 galoppsprång mellan hindren. Är det längre än 7 språng räknas det som ny anordning. Relaterade avstånd kan finnas både på rakt och böjt spår.

### Avstånd mellan hinder

Man brukar räkna att varje språng hos en stor häst är 3,5 meter (i banhoppningstempo). Man behöver alltid lägga till ett språng för upphopp och landning när man räknar ut en distans mellan två hinder.

- Travbommar 110-120 cm
- Bom framför travhinder 210-230 cm
- 0 språng (studs eller galoppbom framför hinder) – 3-3,5 meter
- 1 språng vid hoppning i trav – 5,5 meter
- 1 språng - 7 meter
- 2 språng – 10,5 meter
- 3 språng – 14 meter
- 4 språng – 17,5 meter
- 5 språng – 21 meter
- 6 språng – 24,5 meter
- 7 språng – 28 meter



## Faktorer som påverkar hästens steglängd

- Hästens storlek (För ponnyer kortar man avståndet 20–30 cm/kategori)
- Vilket tempo man rider i
- Om man rider in i trav (då behöver avståndet vara kortare mellan hindren)
- Hindrets höjd
- Ridbanans storlek (ute eller inne, stor eller liten ridbana)
- Underlaget (typ av underlag, material, vattning, djup osv)
- Vilken väg man väljer om det relaterade avståndet är på en båge
- Om banan lutar
- Hur skarp svängen är till hindret
- Avsprångspunkt (framförallt viktigt att känna till vid hoppning av kombination och relaterat avstånd)

## KOMBINATION

En kombination är när två (tvåkombination) eller tre (trekombination) hinder står med ett avstånd på ett eller två galoppsprång emellan.

