

Kleding

Als je zeker weet dat je door wil gaan met paardrijden is het tijd om de juiste spullen te gaan kopen. Waar moet je dan precies op letten en wat heb je nodig? Bij een ruitersportzaak kun je alles vinden in allerlei maten en kleuren. Via het internet zijn ook veel tweedehandsspullen te vinden.

Cap

Een cap is wat er op je hoofd zit en is eigenlijk een mooi woord voor veiligheidshelm. Net als iemand op de scooter is het belangrijk om je hoofd goed te beschermen. De cap is verplicht als je gaat paardrijden, hoe ervaren je ook bent. Je paard kan immers schrikken, uitglijden of gaan rennen waardoor je eraf valt. Er zijn veel verschillende soorten en kleuren en sommige hebben zelfs glimmende steentjes. Het belangrijkste is dat er een veiligheidskeurmerk op zit. Dit moet het CE-EN 1384 keurmerk zijn zodat je zeker weet dat je een goede, veilige cap op je hoofd hebt.



Een goede cap zit niet te strak maar mag ook zeker niet te los zitten. Er zit een driepuntskinriempje aan waarmee je de cap vastmaakt zodat hij blijft zitten, ook als je eraf valt. Aan de voorkant zit een klepje om te voorkomen dat er takken in je gezicht komen of dat de zon in je ogen schijnt. Om te kijken of een cap goed zit maak je hem vast en ga je eventjes heel hard knikken alsof je ja knikt. Schuift de cap van je hoofd af dan zit hij te los, beweegt hij helemaal niet en voel je hem knellen dan mag hij wat lossen.

Waarom is een cap belangrijk?

Vallen kan altijd maar zorg ervoor dat je hoofd goed beschermd is.



Rijbroek

Rijbroeken zijn gemaakt om comfortabel te zitten. Rijbroeken zijn er in allerlei soorten, maten en kleuren. Een rijbroek hoort elastisch te zijn zodat hij goed meebeweegt tijdens het rijden en geen schaafplekken op je benen geeft. Er zijn rijbroeken met stoffen of leren zitvlakken, dit maakt verder niet uit maar is wat je zelf mooier en prettiger vindt. Als je nog niet zeker weet of je wil blijven paardrijden kun je ook een gewone stevige broek aantrekken om paard te rijden. Pas alleen op met dikke naden aan de binnenkant zoals bij spijkerbroeken, die kunnen gaan schuren. Let er ook op dat je goed kan bewegen en dat een broek niet te strak zit en gaat knellen.



Rijlaarzen

Tijdens het paardrijden zijn laarzen niet alleen mooi om te zien maar ze zitten ook lekker en zijn veilig. Je kuit wordt beschermd tegen schuren en door de hak en de zool blijft je voet mooi op zijn plek in de stijgbeugels. Paardrijlaarzen zijn van rubber maar ook van leer, deze zijn wel wat duurder maar kunnen vaak wel gerepareerd worden als ze stukgaan.

Je kunt er ook voor kiezen om stevige hoge schoenen te kopen. Er zijn speciale schoenen te koop bij ruitersportzaken. Hier koop je vervolgens chaps bij, dit zijn leren of suède stukken die je om je kuit heen vast kunt maken met een rits. Deze beschermen dan je kuit net zoals rijlaarzen dat doen. Let bij het kopen van schoenen op dat de zool het juiste profiel heeft.

Te glad en je glijdt steeds door de beugels heen en weer en bij te grof profiel kun je blijven hangen in de beugels.

Handschoenen

Het is niet verplicht om handschoenen te dragen tijdens het rijden maar het kan wel prettiger zijn voor je. Zeker als de teugels nat worden door regen of zweet kunnen ze glad worden. Een beetje extra grip doordat je handschoenen draagt is dan vaak wel prettig. Wil je tijdens je wedstrijden handschoenen dragen? Draag dan witte handschoenen zodat de jury kan zien wat je doet.

Zweep

Bij het rijden kun je gebruik maken van een zweep. Deze houd je vast bij het handvat en liefst in de binnenhand zodat deze niet tegen de wand aan schuurt. Het is de bedoeling dat het lange gedeelte schuin over je been naar beneden wijst. Als je verandert van rijrichting kun je de zweep wisselen van hand, let er dan wel op dat je niet per ongeluk je paard een tik geeft. Tijdens de wedstrijden wissel je zweep niet.



Zweepjes zijn er in veel verschillende kleuren. Het belangrijkste verschil is echter de lengte, voor het springen gebruik je een kortere zweep omdat die anders in de weg zit. Hoe lang je zweep moet zijn is afhankelijk van de grootte van het paard waar je op rijdt. Je moet makkelijk een tikje kunnen geven vlak achter je kuit. Er zijn zweepjes die een lus hebben die om je pols kan zodat je hem niet laat vallen tijdens het rijden. Gebruik deze liever niet, mocht je vallen dan is het niet prettig als de zweep nog aan je pols bungelt en in je lichaam prikt. Er zijn ruiters die de zweep als ze hem niet nodig hebben even in de rijlaars steken. Dit mag je niet doen want ook dat kan gevaarlijk zijn bij een val.

Een zweep wordt nooit gebruikt om mee te slaan! Tik jezelf maar eens tegen je kuit aan dan merk je dat het best wel pijn kan doen. Het is de bedoeling om de zweep te gebruiken om je beenhulp te versterken met een tikje.

Haarnetjes en sporen

Lang haar kan heel erg mooi zijn maar is erg onhandig tijdens het paardrijden. Bind je haar vast met een elastiekje in een lage staart. Een hoge staart kan knel komen te zitten tussen je hoofd en de cap en dat zit niet lekker. Er zijn ook speciale haarnetjes te koop waar je het haar in vast kan maken. Deze zijn erg mooi voor de wedstrijden.



Sporen zijn metalen beugeltjes met verschillende soorten uiteinden die om je voet vast zitten. Ze worden gebruikt om beenhulpen meer nadruk te geven. Sporen heb je niet nodig als onervaren ruiter, dan kan je het paard er alleen maar mee verwonden. Met sporen moet je namelijk hele lichte hulpen geven.