

Hulkærs Træningsprincipper

Jeg anvender mine træningsprincipper til at skabe ensartethed og ro i hestens læringsmiljø, hvilket giver dem de optimale betingelser for at lære og udvikle sig. Over tid har jeg derfor valgt at arbejde ud fra følgende principper:

Etablere kontakt før kontrol.

Ha en plan.

Tovet i mellem os, skal være løs.

Hold fokus på trinnet, ikke hele trappen.

Det hesten laver er det vigtigste, ikke det du laver.

Tænk, Tal og Tak.

Nænsom før, nænsom under, nænsom efter.

Mere kognitiv træning, mindre fysisk træning.

Gør hesten bekendt med egne kropsdele, både statisk og dynamisk.

Træn alle 3 konditioner: Fysiske, mentale, emotionelle.

Balancen mellem Vedholdenhed og Variation.

Observerer, Evaluerer og Eksekverer.

Frustration starter hvor viden stopper.

Oprigtighed: Du kan ikke stå på din mors fødder og rose hende (ikke udfør negative og positive handlinger samtidig).

Aldrig bede om noget, som du ikke kan få.

Aldrig bede om noget, som du får.

Det du beder om, skal du have.

Kun ændre en ting ad gangen.

Tid er kun noget, som vi arbejder med.

Hold fokus på hestens signaler, øjne, øre, underlæben, halen, mulen mm.

Vær kritisk omkring, hvor du høster din viden.

Hulkær Heste