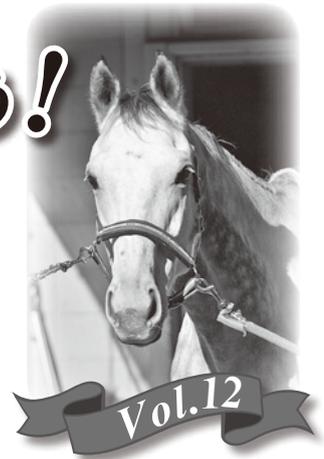


# ドレッサージュホースに育てよう!



私がオースミイレブンの馬場馬としての本格的な調教を始めて1年が経過しました。今年の目標はMクラスにレベルを引き上げることです。そこで避けて通れないのが側方運動と踏歩変換です。特に踏歩変換では大きな壁にぶち当たり中です! これについては今、課題として挙げている側方運動の章が終わり次第詳しくレポートします。それまでになんとか解決の糸口を見つければ……。

## ☞ ショルダーフォア～ショルダーイン ☜

前回のレポートで、側方運動には欠かせないベースとなる内方姿勢について詳しく考えました。

基本的に、内方姿勢がスムーズにとれるようになり、ハミ受けが安定していれば側方運動は難しくありません。私は、側方運動の段階をシンプルに次の4つのステージに分けています。

- 第1ステージ 内方姿勢
- 第2ステージ ショルダーフォア (肩を前へ)
- 第3ステージ ショルダーイン (肩を内へ)
- 第4ステージ ハーフパス (横歩)

ここでよく質問を受けるのが、斜め横歩(レグイールディング)についての考え方についてです。斜め横歩は重要な運動で、実施できなければなりません。特に馬を斜め前方に肢をクロスさせながら動かす際に用いるケースがあります。私がこの運動を採用する場合は、第3ステージから第4ステージに上がる際、もしくはハーフパスの角度の修正などで

問題が生じたときに利用します。しかし、1～4のステージの中で馬に問題がなければ全く用いることはありません。「腰を内へ」という運動も同様に必要性に応じて行うことにしています。オースミイレブンの場合も全く「斜め横歩」をすることなくハーフパスまでの調教を行いました。

第2ステージのショルダーフォアは、“内方姿勢以上ショルダーイン未満”です。決して難しい運動ではないので、蹄跡上を直行進する場合はいつでも意識して実施するべきです。

ショルダーフォアとショルダーインの扶助は馬の肩を内側へ入れる程度の違いだけです。ライダーの体勢と扶助の出し方は同じです。

### ◆ ショルダーフォアとショルダーインの目的と効果

- ① 馬体の側方への柔軟性の確認
- ② 肩の可動域の拡大
- ③ 騎手からの扶助への従順性の確認
- ④ ハーフパスへの準備段階の確立
- ⑤ 馬体の真直性の確立

などが挙げられます。

### ◆ ショルダーフォアとショルダーインの扶助

- ① 蹄跡上を直行進して内方脚を外方に向かって使う
- ② ①と同時に内方手綱と外方手綱を両方使って内方姿勢をとらせる
- ③ ②と同時に馬の肩の位置が蹄跡上より内側に入る、後躯は真っ直ぐ蹄跡上を行進

### ◆ ライダーの扶助

① 内方拳	内方姿勢を作るために外方手綱とともに馬の顔を内側へ向ける。内方姿勢を馬自身が維持できるようにすれば極力緩める。
② 外方拳	内方脚からの推進を受けつつ、内側へ向かって押し手綱を使用し、馬の肩を内側へ入れるように使う。
③ 内方騎座	外方騎座よりも前出し、直進の進行方向に向かって推進する。
④ 外方騎座	外方脚が後ろに位置しているため、積極的に使用しない。
⑤ 内方脚	内方姿勢を作るために外方に向かって使い、進行方向に向かって使用する。
⑥ 外方脚	やや後方に置き、内方からの推進を受け、積極的に使用しない。

馬の肩の位置が僅かに内方に入り「ショルダーフォア(またはショルダーイン)」の体勢がとれたら、内方脚と外方手綱の二つを扶助の中心にして、その体勢と角度を維持するようにします。

今回は、「ショルダーイン」の角度の確認から「ハーフパス」の扶助について解説し、オースミイレブンに見られる傾向について解決策も考えます。

ショルダーフォア

