

ドレッサージュホースに育てよう!



最終回

この記事を書いている10月は、海外出張なども重なり思うように自分の馬のトレーニングができていません。また出張中に完成されたグランプリ馬に乗る機会があり、1歩毎踏歩変換を何度も実施してきました。しかし、自分が調教してこなかった馬での1歩毎踏歩変換は困難で、一部の馬には実施すらできませんでした。まだまだ自分の未熟さと経験不足を痛感しました。本当のトップライダー達は、瞬時にその馬がどのように1歩毎踏歩変換を調教されてきたのか、どの程度の扶助で、どの位置に脚を置くか、扶助を出すタイミングはどうか、自分のウエイトはどの程度掛けるか、自分がブレてしまっていないかなど全てを考慮して行なっているはずだと再確認しました。これらのことを文字にして書くと、非常に色々なことを考えなければならぬように思えますが、それらが自分の中に確立すれば、複雑に考える必要はなく、逆にどんどんシンプルになっていきます。それは、ライダーだけでなく、馬にとっても同じことです。そうして、揺るぎない安定した扶助で、1歩毎踏歩変換ができるようになるのだと思っています。

トップを目指すドレッサージュライダーは、必ずこの扶助を自分のものにしなければなりません。その過程で多くの失敗を繰り返します。これは、それだけ難しい運動だということ、失敗をするのは当然のことです。上手いかわないところを誰かに見られたら恥ずかしい、と思ってやらないでいれば、いつまで経ってもグランプリライダーにはなれません。先延ばしせず、自分の感覚に集中して、なぜ失敗したのかを分析しながら何度もトライしていきましょう。

1歩毎踏歩変換 Part2

3回の1歩毎踏歩変換

1歩毎踏歩変換を実施する前に、2歩毎踏歩変換が、騎手の扶助に従順に反応し実施できなければなりません。騎手の扶助については、2歩毎踏歩変換の段階から1歩毎踏歩変換を意識して扶助を使います。1歩毎踏歩変換になった途端に扶助が変わる訳ではないため、脚をやや後方に位置しておき、軽い圧迫が踏歩変換の合図であることを改めて確認しておく作業を日々行います。

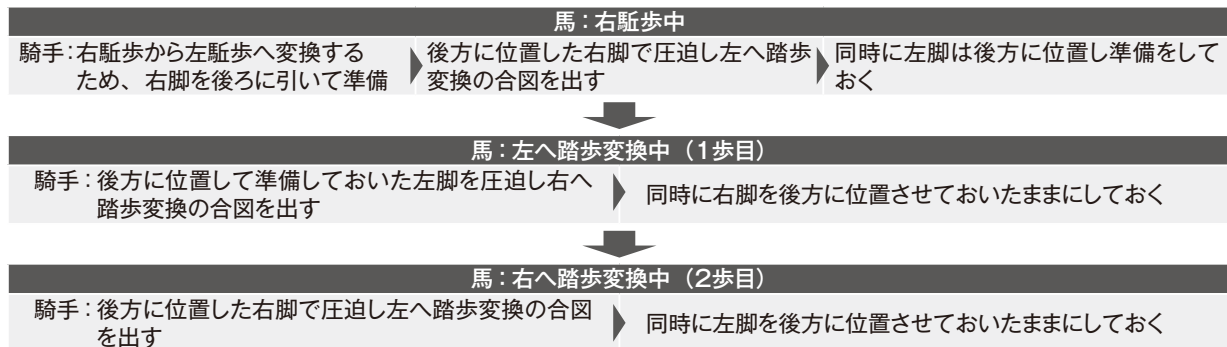
前回は、2回の1歩毎踏歩変換をトントンと実施することが第一ステップだと説明しました。その次の段階は、3回です。そして、その次は4回です。そうして数を増やしていき、最終的には騎手が扶助を送っている限り、何歩でも継続でき、曲線でもできるようにしていきます。

◆扶助

実際の扶助について説明します。例えば、右手前の駈歩から始めるとします。この時騎手の左脚をやや後ろに位置しておきます。踏歩変換を始める時には左手前へ変換させるため騎手の右脚を後ろに引き圧迫して合図を出します。そうして馬が左へ踏歩変換をする反応を示し左手前へ変換している最中に、騎手は左脚を後ろの位置で圧迫して右手前への変換を馬に要求します。そうして馬が右手前の駈歩へ変換している最中に、騎手は右脚を後ろの位置で圧迫し左手前への変換を求めます……。こうした扶助を繋げていくことによって、1歩毎に連続した踏歩変換が継続されていくことになります。

1歩毎踏歩変換の調教をされていない馬がこれらの扶助に正しく反応するためには、馬が身体の使い方を理解していかなければなりません。それまでは、反復練習を根気よく行い、馬が上手くできなくても騎手は感情的にならず、できなくて当たり前、できたら褒め過ぎなくらい褒めてあげましょう。

1歩毎踏歩変換の扶助操作





④ 完全に左駢歩へ変換され、左脚を圧迫し右駢歩への指示を出す



③ 左駢歩へ変換する瞬間 左脚を後ろに引き準備



② 右脚を後ろに使い騎座を前出させながら左駢歩へ



① 右駢歩から左駢歩への扶助を出す準備



⑧ 左駢歩へ変換され、左脚を後ろに位置させ右駢歩への交換の準備



⑦ 騎座を前出させながら左への変換を促す



⑥ 右駢歩へ変換し、後ろに位置した右脚で圧迫し左変換の指示を出す



⑤ 馬が右駢歩へ反応し、右脚を後ろに位置させておき準備

◆ 騎手の左右の脚の使い方

○ 1歩毎の変換の度に両脚を前後に動かす方法

メリット：扶助がはっきりして馬に伝わりやすい

デメリット：人馬ともに真直性を失いやすく、少しのタイミングのズレで誤作動が生じやすい

○ 両脚をやや後方に位置させたままにし、最小の動きと軽い圧迫をする方法

メリット：真直性を保ちやすく、最小の扶助なので馬が扶助に対して反抗しない

デメリット：人馬の約束事が最小の合図になるので、推進が弱くなったりすると変換しない場合が生じる

上記のどちらの方法が良いかということではなく、馬と人が最も良い関係のまま連続踏歩変換ができればどちらでも、これらの中間でも何でもよいでしょう。私自身の傾向は、調教時ははっきり大きく動かして明確に馬に伝え、徐々に扶助を小さくしていくという方法を選択しています。

以下は、1歩毎踏歩変換を未調教の馬に乗る際に、常に私が念頭に置いて注意している項目です。

◆ 騎手の注意点

- ・未調教の馬には特に、変換毎に馬の駢歩と同調して空中に持ち上がる感覚を持つ
フラットではなく一つずつの山を越えていくイメージ
- ・扶助のタイミングが遅くならないこと（駢歩のリズムを感じる）
- ・真すぐに座り、騎座の推進を1歩ずつ持ち続ける
- ・変換に入る前に馬を正しく収縮させ、体勢を丸くして手綱を持ち過ぎない
- ・馬の左右の姿勢変換はないため、騎手も左右に傾かない
- ・変換をさせるために脚扶助が強過ぎないようにする（馬が苦しくなり変換よりも反抗を生むことになる）
- ・1歩ずつの駢歩発進と考える
- ・1歩ずつに前進氣勢が生まれてくるイメージを持つ

私は、ここ最近の海外出張先のドイツで、初めて乗るグランプリホースのテストライドで1歩毎踏歩変換を試しました。その時の私の心境は、「しっかりとした扶助でリズム良く」という意識を持っていました。しかし結果は失敗しました。後から考えると、その意識が扶助を強くし、脚の移動も大き過ぎ、そのことで馬は体を硬くしてしまい、普段通りの踏歩変換ができずにいたのです。

帰国後それを反省し、休ませながら運動しているオースミイレブンに乗って踏歩変換を試しました。これまでのこの馬での歩毎踏歩変換も、私がとにかく失敗しないようにと強い扶助を出してサポートすることが多かったと思います。しかし、この日は、ドイツでの失敗を活かし、私の両脚をやや後ろの位置に置いたまま、軽く圧迫するのみの扶助に変えました。失敗してもいい、とにかく力まずリズム良く、騎座の推進はありながら脚の軽い圧迫だけでトントントンという小さな扶助に大きく変更してみました。そうすると、今まで強い扶助のサポートでようやくやっていた歩毎踏歩変換が嘘のように、馬は力まず連続して10回以上を難なくやってくれたのです。実に感動的な体験でした。現在肢の悪いオースミイレブンが、私に正しい扶助を教えてくださいました。「ようやく気付いたの？ それで充分なんだよ、歩毎の扶助はね!」と馬は言わんばかりでした。この運動は馬によっては非常に難しく、また簡単にできてしまう馬もあります。しかし、難しい馬は、実施しながら馬も人も頭が混乱してくることもあります。そんな時は、何度も初めの段階までレベルを下げましょう。確実にできるようになるまで、無闇に歩数を増やさないことも大切です。馬が数歩でもできたら「褒める」、そうして馬も自信をつけていきます。

この章で私とオースミイレブンの調教連載は終わります。この3年間で、オースミイレブンは私の想像を遥かに超えて大いに成長してくれました。国内には、競走馬を引退したサラブレッドが多くいます。その中には、馬術用馬だけでなく色々な用途に向けた馬たちが存在します。是非その将来を我々の手で上手く導き、馬とともに楽しめる時を過ごすために、まずは我々が正しい技術を身に付けていきましょう。

そして、これまで私の拙い説明と文章にお付き合いいただき誠にありがとうございました。「馬こそ人を映す鏡」です。馬は我々を常に見て感じています。馬の気持ちも能力も、かかわる「人」によって大きく変わります。我々は、馬にとって矛盾のない快適な関係をつくり、馬と調和し協調していくことが必要です。馬を我々と同じ目標に導ける騎手になるために、私は明日もまた馬に乗ります。

《北原広之のドレッサー・ジュホースに育てよう!》 INDEX

Vol.1 連載スタート	Vol.22 ピルーエット Part III
Vol.2 バランスと移行	Vol.23 ピルーエット Part IV
Vol.3 駢歩運動の改善	Vol.24 “しくじり” 競技会レポート (セントジョージ賞典)
Vol.4 L 課目競技 参加報告	Vol.25 “しくじり” 競技会レポート2 ~リベンジ編~ ピアッフェ・パッサージュ Part I
Vol.5 コンタクトの安定 Part I	Vol.26 ピアッフェ・パッサージュ Part II
Vol.6 コンタクトの安定 Part II	Vol.27 ピアッフェ・パッサージュ Part III
Vol.7 全日本馬場 Part II 参加報告	Vol.28 ピアッフェ・パッサージュ Part IV
Vol.8 バランスの改善	Vol.29 ピアッフェ・パッサージュ Part V / 1歩毎踏歩変換 Part I
Vol.9 北原×間 オースミイレブンを語る	Vol.30 1歩毎踏歩変換 Part II
Vol.10 大勤始めました!	
Vol.11 側方運動 Part I	
Vol.12 ショルダーフォア~ショルダーイン	
Vol.13 ハーフパス Part I	
Vol.14 ハーフパス Part II	
Vol.15 ハーフパス Part III	
Vol.16 踏歩変換 (フライングチェンジ) Part I	
Vol.17 踏歩変換 (フライングチェンジ) Part II	
Vol.18 踏歩変換 (フライングチェンジ) Part III	
Vol.19 踏歩変換 (フライングチェンジ) Part IV	
Vol.20 ピルーエット Part I	
Vol.21 ピルーエット Part II	



© Ryosuke KAJI

バックナンバーは JRA 馬事公苑ホームページに掲載されています。 <http://company.jra.jp/bajikouen/>