

Plezier met Paarden

Proevenboek



Uitgave oktober 2025

Dit proevenboek is onderdeel van de officiële ruiteropleiding van Plezier met Paarden van de FNRS.

Inhoudsopgave

1. WELKOM	7
2. PLEZIER MET PAARDEN	8
Plezier voorop	8
Ruitgericht	8
Welzijn paarden	8
Doorlopende leer- en proevenlijn	8
Samenspel official en instructeur	8
Meer doel- dan prestatiegericht	8
3. OPBOUW DRESSUURPROEVEN	9
3.1 Niveau PD 1 en PD 2	9
PD 1.1 t/m 1.4	9
PD 2.1 t/m 2.4	9
3.2 Niveau PD 3 en verder	9
4. BEOORDELINGSCRITERIA DRESSUUR	11
4.1 Beoordelingscriteria per niveau	11
4.1.1 Niveau 1 – PD 1.1 t/m 1.4	11
4.1.2 Niveau 2 – PD 2.1 t/m 2.4	11
4.1.3 Niveau 3 – PD 3	11
4.1.4 Niveau 4 – PD 4	12
4.1.5 Niveau 5 – PD 5	12
4.1.6 Niveau 6 – PD 6	12
4.1.7 Niveau 7 – PD 7	12
4.1.8 Niveau 8 – PD 8	13
4.1.9 Niveau 9 – PD 9	13
4.1.10 Niveau 10 – PD 10	13
4.1.11 Niveau 11 – PD 11	13
4.1.12 Niveau 12 – PD 12	13
4.1.13 Niveau 13 – PD 13	14
4.1.14 Niveau 14 – PD 14	14
4.1.15 Niveau 15 – PD 15	14
4.1.16 Niveau 16 – PD 16	14
4.1.17 Niveau 17 – PD 17	14
4.1.18 Niveau 18 – PD 18	14
4.1.19 Niveau 19 – PD 19	15
4.1.20 Niveau 20 – PD 20	15
4.2 Algemene beoordeling	15
4.2.1 Houding	15

4.2.2	De zit	16
4.2.3	Juistheid van het tempo	16
4.2.4	Verzorging ruiter en paard	16
4.2.5	Van been wisselen/lichtrijden op juiste been	16
4.3	Oefeningen	16
4.3.1	Hand opsteken	16
4.3.2	Paard belonen	16
4.3.3	Teugels verlengen en verkorten	17
4.3.4	Halsstrekken	17
4.3.5	Overgangen	17
4.3.6	Tempowisselingen	17
4.3.7	Figuren rijden	17
4.3.8	Zijwaarts gaan	18
4.3.9	Wijken voor het been	18
4.3.10	Schijnovergang	18
4.3.11	Achterwaarts	18
4.3.12	Schoudervoor	19
4.3.13	Schouderbinnenwaarts	19
4.3.14	Contragalop	19
4.3.15	Rijbaan verlaten in stap	19
5.	OPBOUW VAARDIGHEIDSPROEVEN	20
5.1	Niveau PVa 1 t/m PVa 5	20
5.1.1	PVa 1	20
5.1.2	PVa 2	20
5.1.3	PVa 3	20
5.1.4	PVa 4	21
5.1.5	PVa 5	21
6.	BEOORDELINGSCRITERIA VAARDIGHEID	22
6.1	Beoordelingscriteria per niveau	22
6.1.1	Niveau 1 – PVa 1	22
6.1.2	Niveau 2 – PVa 2	22
6.1.3	Niveau 3 – PVa 3	22
6.1.4	Niveau 4 – PVa 4	23
6.1.5	Niveau 5 – PVa 5	23
6.2	Algemene beoordeling	23
6.2.1	Houding van de ruiter	23
6.2.2	De zit	23
6.2.3	Handhouding en juistheid der teugelhulpen	24
6.2.4	Beenligging en juistheid der beenhulpen	24
6.2.5	Juistheid van het tempo	24
6.2.6	Contact met de mond van het paard	24
6.2.7	Verzorging van ruiter en paard	24
6.3	Oefeningen	24



6.3.1	Slalommen tussen pilonnen	24
6.3.2	Balkjes draven	24
6.3.3	Kruisje springen	25
6.3.4	Voerschip overzetten	25
7.	REGLEMENT	26
7.1	Algemeen	26
7.2	Kledingvoorschriften	26
7.2.1	Veiligheidshoofddekseel	26
7.2.2	Wedstrijdtenue	26
7.2.3	Handschoenen	27
7.2.4	Schoeisel	27
7.2.5	Beschermende kleding	27
7.3	Paard	27
7.3.1	Optoming	27
7.3.2	Hulpmiddelen en -gebruik	27
7.4	Dressuurproeven PD – Plezier met Dressuur	28
7.4.1	Protocol niveau 1	28
7.4.2	Protocol vanaf niveau 2	28
7.4.3	Promotie	28
7.4.4	Diploma's en theorie-examen	29
7.5	Vaardigheidsproeven PVa – Plezier met Vaardigheid	29
7.5.1	Protocol PVa	29
7.5.2	Promotie	30
7.5.3	Diploma's en theorie-examen	30
7.6	Onvoorziene zaken in de proef	30
7.6.1	Vergissingen	30
7.6.2	Uitsluiting	30
7.6.3	Valpartij	31
7.6.4	Bloed bij het paard	31
7.6.5	Onregelmatig of kreupel	31
7.6.6	Weigering of balk	31
7.7	Uitslag en klassering	31
7.7.1	Klassering en prijsuitreiking	31
7.7.2	Ex aequo-uitslagen	32
8.	PD-PROEVEN	33
	PLEZIER MET DRESSUUR 1.1 (PD 1.1)	34
	PLEZIER MET DRESSUUR 1.2 (PD 1.2)	35
	PLEZIER MET DRESSUUR 1.3 (PD 1.3)	36



PLEZIER MET DRESSUUR 1.4 (PD 1.4)	37
PLEZIER MET DRESSUUR 2.1 (PD 2.1)	38
PLEZIER MET DRESSUUR 2.2 (PD 2.2)	39
PLEZIER MET DRESSUUR 2.3 (PD 2.3)	40
PLEZIER MET DRESSUUR 2.4 (PD 2.4)	41
PLEZIER MET DRESSUUR 3 (PD 3)	42
PLEZIER MET DRESSUUR 4 (PD 4)	43
PLEZIER MET DRESSUUR 5 (PD 5)	44
PLEZIER MET DRESSUUR 6 (PD 6)	45
PLEZIER MET DRESSUUR 7 (PD 7)	46
PLEZIER MET DRESSUUR 8 (PD 8)	47
PLEZIER MET DRESSUUR 9 (PD 9)	48
PLEZIER MET DRESSUUR 10 (PD 10)	49
PLEZIER MET DRESSUUR 11 (PD 11)	50
PLEZIER MET DRESSUUR 12 (PD 12)	51
PLEZIER MET DRESSUUR 13 (PD 13)	52
PLEZIER MET DRESSUUR 14 (PD 14)	53
PLEZIER MET DRESSUUR 15 (PD 15)	54
PLEZIER MET DRESSUUR 16 (PD 16)	55
PLEZIER MET DRESSUUR 17 (PD 17)	56
PLEZIER MET DRESSUUR 18 (PD 18)	57
PLEZIER MET DRESSUUR 19 (PD 19)	58



PLEZIER MET DRESSUUR 20 (PD 20)	59
9. PVA-PROEVEN	60
PLEZIER MET VAARDIGHEID 1 (PVA 1)	61
PLEZIER MET VAARDIGHEID 2 (PVA 2)	62
PLEZIER MET VAARDIGHEID 3 (PVA 3)	63
PLEZIER MET VAARDIGHEID 4 (PVA 4)	64
PLEZIER MET VAARDIGHEID 5 (PVA 5)	65
10. AANTEKENINGEN	66
11. RIJBAAN	67
12. PARCOURS PVA 1 - PVA 3	68
13. PARCOURS PVA 4 EN PVA 5	69
14. COLOFON	70



1. Welkom

Welkom in het nieuwe proevenboek van Plezier met Paarden!

Paardrijden is een geweldige sport waarin je steeds blijft leren en groeien. De ruiteropleiding van Plezier met Paarden is een gestructureerde en leuke manier om horsemanship en rijvaardigheden te ontwikkelen. Dit proevenboek bevat de nieuwe PD-proeven: **Plezier met Dressuur** en vaardigheidsproeven: **Plezier met Vaardigheid**, die perfect aansluiten bij andere ruiteropleidingen zoals Bixie&Friends en Brons. Later worden ook springproeven en voltigeproeven toegevoegd, zodat ruiters zich in meerdere disciplines kunnen ontwikkelen.

Dit proevenboek is bedoeld voor iedereen die betrokken is bij de proevendagen:

- Voor manegehouders en organisaties biedt dit proevenboek een praktische leidraad bij proevendagen. De proeven sluiten naadloos aan bij de ruiteropleiding en dragen bij aan een gestructureerde en motiverende ontwikkeling voor ruiters.
- Voor ruiters is dit proevenboek een hulpmiddel om zich voor te bereiden op een proevendag en zo stap voor stap beter te worden in dressuur. Het draait niet alleen om de uitvoering van de oefeningen, maar vooral om plezier in het rijden en samenwerken met het paard of pony.
- Voor officials biedt dit proevenboek duidelijke richtlijnen en beoordelingscriteria om proevendagen soepel en eerlijk te laten verlopen.

Met deze PD- en PVA-proeven zorgen we samen voor een leerzame en plezierige ervaring voor ruiters van alle niveaus. We wensen iedereen veel succes en vooral veel plezier bij het oefenen en rijden van de proeven!

Veel rijplezier!

Team Plezier met Paarden



P.S. Waar in dit proevenboek 'paard' vermeld wordt, wordt ook 'pony' bedoeld.

P.S. Waar in dit proevenboek 'ruiter' vermeld wordt, wordt ook 'amazone' bedoeld.

2. Plezier met Paarden

De ruiteropleiding van Plezier met Paarden is gebaseerd op de volgende pijlers:

Plezier voorop

Om goed te leren paardrijden is plezier belangrijk. Paardrijden is een moeilijke vaardigheid en vraagt vele uren aan oefening. Daaraan plezier beleven is een randvoorwaarde om een goede ruiter te worden. Ook het hierin samen optrekken met andere ruiters, instructie en medewerkers op de manege zorgt voor pret met elkaar.

Ruitergericht

Bij de ruiteropleiding van Plezier met Paarden gaat het om het leren paardrijden van de ruiter. Dit betekent dat officials dus ruitergericht beoordelen, ook in de hogere proeven. In de hogere proeven wordt meer gekeken naar hoe het paard reageert op de hulpen gegeven door de ruiter. Gaandeweg de proeven wordt het nagenoeg onzichtbaar en met gevoel geven van de hulpen van steeds groter belang.

Welzijn paarden

Manegepaarden hebben een indrukwekkend en uitdagend beroep en zijn een belangrijke schakel in het leren paardrijden. Deze trouwe viervoeters werken dagelijks met diverse niveaus van ruiters. Het is daarom essentieel om het welzijn van het manegepaard op de eerste plaats te zetten.

Doorlopende leer- en proevenlijn

De ruiteropleiding van Plezier met Paarden start vanaf het eerste contact tussen ruiter en paard tot het in volledige harmonie en balans kunnen paardrijden en alle stapjes daartussen in om dat te kunnen bereiken. De ruiteropleiding en proeven van Plezier met Paarden kennen daarmee een oplopende moeilijkheidsgraad.

Samenspel official en instructeur

De samenwerking tussen instructeur en official is een belangrijk onderdeel in de proeven van Plezier met Paarden. Samen maken én houden ze ruiters enthousiast zodat ze langer willen blijven genieten van het paardrijden en/of de omgang met paarden. Het is de taak van de instructeur om ruiters goed op te leiden en objectieve en positief geformuleerde feedback door officials bij de proeven zijn hierbij een essentieel onderdeel.

Meer doel- dan prestatiegericht

Iedere ruiter kan doelgericht leren en groeien in de ontwikkeling als ruiter door objectieve en opbouwende kritiek van hun proeven. Het doel is gericht op het verbeteren van de individuele ruitervaardigheid en minder op de prestatie ten opzichte van andere ruiters of de wedstrijd.



3. Opbouw dressuurproeven

3.1 Niveau PD 1 en PD 2

De proeven van niveau PD 1 en PD 2 zijn bedoeld om de ruiter vertrouwd te maken in de omgang met het paard en hier vooral ook plezier aan te beleven. De official kan na afloop van de proeven kort mondeling een tip en top geven, dit is altijd positief en opbouwend. Het doel is om de ruiter te enthousiasmeren.

Let op de volgende aandachtspunten per niveau:

PD 1.1 t/m 1.4

- PD 1.1 is een longeproef te paard, een eerste mogelijkheid om kennis te maken met het laten beoordelen van de vaardigheden. Het geeft de ruiter mogelijkheid om zich te focussen op het eigen rijden en op een veilige en vertrouwde manier en met plezier de eerste oefeningen te kunnen uitvoeren.
- Bij PD 1.1 t/m PD 1.4 vindt de beoordeling plaats in de rijbaan, op een veilige plek, door een official met accreditatie van Plezier met Paarden;
- Bij PD 1.2 t/m 1.4 kunnen eventueel pionnen in hoeken en bij X een pionnen-poortje gebruikt worden, dit vlak naast B-E lijn. Ook mogen balken gebruikt worden parallel aan diagonalen (lijn F/M-X en X-K/H 2 meter afstand).
- Bij PD 1.2 t/m 1.4 loopt een begeleider naast de pony.
- Bij PD 1.2 t/m PD 1.4 is het mogelijk om met meerdere ruiters (maximaal 5) tegelijk de proef te rijden;

PD 2.1 t/m 2.4

- PD 2.1 kan eventueel onder begeleiding en met twee combinaties tegelijk gereden worden.
- Bij PD 2.1 t/m 2.4 vindt de beoordeling plaats vanuit buiten de rijbaan, bij de letter C, door een official met accreditatie van Plezier met Paarden;
- Bij 2.1 kunnen eventueel pionnen in hoeken en bij X een pionnen-poortje gebruikt worden, dit vlak naast B-E lijn. Ook mogen balken gebruikt worden parallel aan diagonalen (lijn F/M-X en X-K/H 2 meter afstand).
- Vanaf PD 2.2 worden de proeven individueel en zelfstandig gereden.

3.2 Niveau PD 3 en verder

De belangrijkste focus in de proeven vanaf PD 3 ligt op de manier waarop de ruiter de hulpen geeft waarbij per niveau de volgende aspecten worden beoordeeld:

- In PD 3 ligt de focus op ontspannen zitten van de ruiter en het leren bewegingen te volgen van het paard, met de nadruk op het leren beheersen van op het juiste been lichtrijden in draf en het leren van de galop.



- Vanaf PD 4 worden de hulpen meer verfijnd en moeten moeilijke figuren zoals de slangenvolte worden uitgevoerd. Tevens komt de nadruk te liggen op de juiste houding van de ruiter en het contact met de mond van het paard, evenals de activiteit van de hulpen.
- Vanaf PD 6 worden meer complexe figuren gevraagd, zoals voltes van 15 meter en gaat het om geven van subtielere hulpen en meer beheersing van doorzitten om de communicatie met het paard verder te verbeteren.
- Tot niveau PD 8 is het essentieel dat de ruiter gaandeweg leert in balans te zitten zonder het paard in de mond te storen.
- Vanaf niveau PD 10 komt de nadruk te liggen op het ontwikkelen van een constante, fijne verbinding met de mond van het paard.
- Vanaf niveau PD 12 wordt verder gewerkt aan de juiste basis voor stelling en
- Vanaf niveau PD 16 zijn er nieuwe beoordelingspunten: impuls en activiteit, en rijvaardigheid en harmonie. De gereden verbinding wordt steeds belangrijker om moeilijkere oefeningen uit te voeren.
- Vanaf niveau PD 17 worden de oefeningen verder uitgebreid en vragen meer coördinatie en precisie van de ruiter.
- Vanaf niveau PD 18 komen meer tempo controle (verzameling) en rechtgerichtheid (op twee teugels) nadrukkelijker aan bod.
- Vanaf niveau PD 19 vraagt de ruiter, in ontspanning, meer gehoorzaamheid van het paard om een verfijndere aansturing te bewerkstelligen.
- Niveau PD 20 vraagt precisie in hulpen, balans en timing, en laat zien of de ruiter en het paard in harmonie samenwerken op een meer gevorderd technisch niveau.

Het blijft echter altijd belangrijk dat in de proef altijd de focus ligt op de manier van rijden van de ruiter, waarbij harmonie en samenwerking met het paard centraal staan.

4. Beoordelingscriteria dressuur

4.1 Beoordelingscriteria per niveau

4.1.1 Niveau 1 – PD 1.1 t/m 1.4

Hier wordt alleen gekeken naar de ruiter en dat zij plezier hebben in paardrijden. Proef PD 1.1 wordt individueel aan de longe uitgevoerd. Bij de andere proeven wordt de ruiter begeleid, tenzij de manegehouder of organisatie anders beslist. De proeven kunnen alleen of in een groepje gereden worden. Bij niveau 1 wordt er nog niet gewerkt met cijfers op het protocol, maar worden er kruisjes/stempels/stickers in kolommen geplaatst.

Er wordt alleen stap en draf gevraagd in deze proeven. Lichtrijden op juiste been is niet van toepassing en wordt niet beoordeeld. Tijdens het rijden zit de ruiter ontspannen en de benen liggen redelijk stil. Het totaalbeeld geeft een onbevangen indruk. De teugel- en beenhulpen moeten voldoende reactie hebben. Het tempo van het paard is in stap en draf redelijk constant. De oefening zoals staan in de beugels en teugels om beurten los laten, tonen dat de ruiter het paard vertrouwt. Het is de bedoeling dat ruiters correcte en schone laarzen en kleding dragen.

4.1.2 Niveau 2 – PD 2.1 t/m 2.4

Proef PD 2.1 mag met twee tegelijk gereden worden. Vanaf PD 2.2 worden de proeven zelfstandig gereden. Vanaf niveau 2 zijn het eerste echte proeven met cijfers. Er mag gebruik gemaakt worden van balken, pionnen in hoeken en een poortje op X.

Er is een apart cijfer voor hoeken doorrijden/om en door pionnen.

De proeven bestaan uit simpele figuren en oefeningen stap en draf en het kunnen versnellen in draf.

Ruiters zitten ontspannen rechtop, de ellebogen en armen zijn dichtbij het lichaam en de benen liggen aangesloten.

De official kijkt hoe de ruiter de hulpen geeft en hoe het paard daarop reageert. Ook is het belangrijk dat de ruiter laat zien dat de ruiter het tempo bepaalt en niet het paard. Dus niet te langzaam maar ook niet te snel. In deze proeven rijdt de ruiter ook enkele malen van letter tot letter, moet de ruiter op het goede been lichtrijden en doet in stap de voeten uit en in de beugel. Deze proef start met werken aan ontspannen zitten in balans.

4.1.3 Niveau 3 – PD 3

In deze proeven moet balans van de ruiter al een beetje beter worden. De ruiter volgt de bewegingen van het paard en de bewegingen van de handen zijn ook meer gecontroleerd. De ruiter zit ontspannen in balans.

Dit is de proef waarbij op veel onderdelen in draf op het goede been moet worden lichtgereden.

Bij deze proeven wordt voor het eerst de galop gevraagd, de hoefslag één keer rond. De verkeerde galop wordt niet door de official beoordeelt (wel vermeld). Belangrijk is vooral dat het paard hierbij goed op de hulpen reageert.

4.1.4 Niveau 4 – PD 4

Bij deze proeven gaan ruiters steeds meer letten op de juiste houding en het geven van de hulpen. Het lichtrijden op het juiste been moet nu in de gehele proef. Bij dit niveau is het de bedoeling dat de ruiter de hoefslag één keer rond in de juiste galop kan maken. De jury kijkt of je hiervoor de goede hulpen geeft. Springt het paard toch verkeerd aan, dan neemt de ruiter het paard terug in draf en doet een tweede poging met de juiste hulpen. Daarnaast worden er ook moeilijkere figuren gevraagd zoals een slangenvolte met drie bogen waarbij de ruiter in het juiste tempo goed op de verdeling in de rijbaan moet letten.

4.1.5 Niveau 5 – PD 5

De houding van de ruiter wordt nu steeds beter en het geven van de juiste hulpen is ook veel belangrijker. Daarom krijgen ruiters vanaf dit niveau een apart cijfer voor 'contact met de mond van het paard' en 'activiteit en/inwerking op de hulpen'. Als deze beide onderdelen op juiste wijze wordt beheerst dan is dit een eerste stap om meer invloed te kunnen hebben.

Bij dit niveau gaat de ruiter ook voor het eerst enkele onderdelen doorzitten als oefening. Bij het doorzitten gaat het erom dat de ruiter ontspannen in balans kan zitten, zonder te klemmen, en de bewegingen van het paard kan volgen.

Ook wordt de beheersing over de galop getoetst bij een volte en mag de ruiter in stap 'enkele passen verruimen' tonen. Dit verruimen leert de ruiter door met de handen toe te staan (zonder contact verlies) en dit te ondersteunen met de beenhulpen.

4.1.6 Niveau 6 – PD 6

Bij deze proeven gaat de ruiter steeds verder in op het leren om op de juiste wijze het paard bij moeilijkere oefeningen en figuren te begeleiden. De overgangen zijn ook meer op de letter en enkele tussen de letters. Zo rijdt de ruiter voor het eerst een volte 15 meter en een gebroken lijn 5 meter in draf. De ruiter rijdt ook voor het eerst bij B en E een grote volte in galop.

Het zijn moeilijkere oefeningen omdat de ruiter zelf goed ruimtelijk inzicht moet hebben en daarnaast het paard de juiste hulpen moet geven. Ook staat er in deze proeven voor het eerst vier seconden halthouden.

4.1.7 Niveau 7 – PD 7

Hoe hoger het niveau hoe meer de juiste houding van de ruiter van belang is en de hulpen steeds subtieler moeten zijn om het paard zo goed mogelijk te begeleiden. Bij dit niveau gaat de ruiter het paard bijna op de juiste wijze zijn hals laten strekken. Het wordt nu nog genoemd 'teugel langer laten worden' maar hierachter staat (halsstrekken) tussen haakjes. Dit betekent dat de ruiter de teugels langer mag laten worden. Tonen ze dat ze weten wat halsstrekken is door de teugels iets minder in een boogje te laten hangen, dan wordt dit ook positief beoordeeld.

Bij dit niveau wordt er ook meer doorzitten gevraagd zodat de ruiter meer het paard kan aanvoelen.

4.1.8 Niveau 8 – PD 8

Bij dit niveau zijn er moeilijkere figuren. Deze moet de ruiter op een ontspannen manier en met de juiste hulpen begeleiden. Het tempo beheersen is hierbij heel belangrijk omdat de wendingen gaandeweg kleiner worden. Voor de moeilijkere oefeningen en overgangen is het steeds belangrijker dat de ruiter de goede hulpen geeft op het juiste moment zodat het paard de oefeningen en overgangen op de hulp van de ruiter uitvoert, zoals bij E en B in galop aanspringen en in galop een volte 15 meter rijden.

4.1.9 Niveau 9 – PD 9

Om bij dit niveau de hulpen beter te kunnen geven is het belangrijk dat de ruiter onafhankelijk zitten (heeft) ontwikkeld. Dit betekent dat de ruiter ontspannen de beweging van het paard kan volgen, zonder te klemmen met de benen of steun te zoeken op je teugels.

Ook zit in deze proef een nieuw figuur: de links/rechtsomkeert. Hierbij is controle over het tempo en het recht houden tussen twee benen en teugels belangrijk, wat alleen lukt als de ruiter in balans de juiste hulpen geeft. Alle onderdelen volgen bij dit niveau elkaar steeds sneller op.

4.1.10 Niveau 10 – PD 10

In dit niveau wordt voor het eerst echt het halsstrekken gevraagd. Dit betekent dat de ruiter meer teugel gaat geven en is het de bedoeling dat het paard met zijn hoofd naar voren/beneden gaat richting zijn voorknie. Het is belangrijk dat de ruiter licht contact houdt met de mond van het paard.

Bij deze proeven wordt voor het eerst enkele passen galop verruimen gevraagd. Ook hier is beheersing van het tempo heel belangrijk, dus in balans met de juiste hulpen dit goed voorbereiden.

Kleinere wendingen komen hier ook naar voren zoals de korte links- en rechtsomkeert.

4.1.11 Niveau 11 – PD 11

Bij deze proeven wordt er steeds meer doorzitten gevraagd. Bij deze oefening is het belangrijk dat de ruiter met een onafhankelijke zit, in balans en ontspannen de bewegingen van het paard volgt.

Zo kan de ruiter ook beter de gevraagde figuren volte 10 meter vanaf de A-C-lijn rijden.

Het onderdeel halsstrekken is nu op de volte 15 meter. Dit betekent dat de ruiter met goede voorbereiding ook hier weer controle moet hebben over het tempo.

4.1.12 Niveau 12 – PD 12

In dit niveau wordt er voor het eerst gevraagd om de juiste verbinding met de mond van het paard.

Contact wat eerder werd genoemd gaat meer vanuit initiatief ruiter maar verbinding betekent dat het paard hier ook aan mee gaat werken.

Bij deze proeven wordt er ook voor het eerst een cijfer gegeven voor 'juiste basis voor stelling en buiging'. Vanaf dit niveau mag de ruiter laten zien dat hij/zij met de juiste afgestemde hulpen het paard hierin kan stimuleren. In deze proef is 'verzorging paard en ruiter' één cijfer.

4.1.13 Niveau 13 – PD 13

Door de voorgaande fases heeft de ruiter geleerd om in ontspannen balans en met een onafhankelijke zit het paard via de juiste hulpen, oefeningen te laten doen. Het zijwaarts gaan wat in deze proef gevraagd wordt is een oefening waarbij de hulpen afgestemd en gedoseerd gegeven worden. Voorbereiding is enorm belangrijk om vervolgens het inleiden van het zijwaarts en de begeleiding tijdens het uitvoeren van deze oefening in goede banen te leiden. Daarom worden er ook maar enkele passen gevraagd. De slangenvolte met vier bogen is een verdieping van het nauwkeurig uit kunnen voeren van figuren.

4.1.14 Niveau 14 – PD 14

Dit niveau vraagt op alle vlakken meer precisie in het geven van de hulpen. Het blijft van belang dat de ruiter correct op het paard zit en de hulpen bijna onzichtbaar kan geven. Bij deze proeven moet de voorbereiding en uitvoering van een figuur, oefening of overgang op een ontspannen wijze nog meer gecontroleerd worden uitgevoerd. Oefeningen als meerdere passen zijwaarts en een overgang van galop naar draf op de diagonaal zijn hier een onderdeel van.

4.1.15 Niveau 15 – PD 15

In eerdere proeven spraken we over zijwaarts gaan maar nu gaat de ruiter vijf meter wijken voor het been. Dit betekent dat er een juiste stelling en buiging moet zijn waarbij het paard voorwaarts/zijwaarts gaat en dat de activiteit, tempo en regelmaat gelijk blijft.

Bij het onderdeel 'enkele passen stap uitstrekken' is het de bedoeling dat de hals van het paard langer wordt en het hoofd hierbij naar voren komt zodat het paard de ruimte krijgt om zijn passen in ontspanning groter te maken.

4.1.16 Niveau 16 – PD 16

Vanaf dit niveau worden de proeven technischer beoordeeld en komen er nieuwe aandachtspunten bij, zoals impuls, activiteit, rijvaardigheid en harmonie. De ruiter moet laten zien dat de hulpen subtiel maar effectief gegeven worden. De harmonie tussen ruiter en paard wordt belangrijker: de proef moet vloeiend en ontspannen worden gereden. Als nieuwe oefening wordt de gebroken lijn in galop over 3 tot 5 meter geïntroduceerd, hierbij blijft het paard in de juiste galop zonder te wisselen.

4.1.17 Niveau 17 – PD 17

De oefeningen worden verder uitgebreid en vragen meer coördinatie, precisie en invloed van de ruiter. Voor het eerst wordt de slangenvolte met galop gereden, dit vraagt tempocontrole en het vermogen om het paard soepel door de wendingen te leiden. Tijdens de slangenvolte in galop bewaart de ruiter ritme en impuls in de galop. De bogen zijn gelijkmatig verdeeld. Daarnaast worden enkele passen wijken gevraagd, waarbij het paard voorwaarts-zijwaarts van de hoefslag af beweegt met behoud van juiste stelling, buiging en activiteit. Het correct inzetten van deze hulpen laat zien dat de ruiter steeds meer invloed en verfijning ontwikkelt.

4.1.18 Niveau 18 – PD 18

Op dit niveau komen meer verzameling en rechtgerichtheid nadrukkelijker aan bod. Nieuwe oefeningen zijn schouder voor, een schijnovergang naar stap en de eerste pas(sen)



achterwaarts. Bij het schoudevoor vraagt de ruiter lichte stelling en buiging om het binnenbeen waarbij de schouders iets van de hoefslag af gaat en drie sporen zichtbaar zijn. Hierbij aandacht voor stabiele verbinding op twee teugels en daarbij correct begrensd door buitenteugel.

Bij de schijnovergang naar de stap beheerst de ruiter het tempo nauwkeurig. De schijnovergang heeft tot doel het verbeteren van reactiesnelheid en controle.

De ruiter zet een overgang kort in om direct daarna weer voorwaarts te rijden vóór de nieuwe gang volledig is gemaakt. Hierbij is een directe reactie, vloeiende uitvoering, behoud van impuls en ontspanning belangrijk.

Voor het eerst wordt een enkele pas achterwaarts toegevoegd, waarmee de ruiter laat zien over controle en fijngevoeligheid te beschikken. Achterwaarts (enkele pas) is een oefening voor controle, balans en vertrouwen tussen ruiter en paard. Het paard staat eerst stil, in balans en aan de hulpen. Op subtiele beenhulpen waarbij de ruiter voorwaarts gaan begrenst, beweegt het paard één à twee passen achterwaarts. De ruiter beloont het paard door de handen toe te staan en daarna voorwaarts te rijden.

4.1.19 Niveau 19 – PD 19

De moeilijkheidsgraad neemt verder toe met twee tot drie passen achterwaarts, wat meer ontspanning en gehoorzaamheid van het paard vraagt en een verfijnde aansturing van de ruiter. Ook hier blijft de schoudevoor een vast onderdeel, waarmee gewerkt wordt aan rechtgerichtheid, op twee teugels gelijke druk. Bij het achterwaarts worden meer gelijkmatige passen, geen weerstand of spanning, vloeiende overgang naar voorwaarts, gevraagd. Daarnaast wordt het rijden van een lijn via F–X–C of K–X–C geïntroduceerd, waarbij een gedeelte in contra-galop gereden wordt. Dit vraagt veel balans, nauwkeurige hulpen en de vaardigheid van de ruiter om het paard in harmonie door deze oefening te begeleiden. Het ontwikkelen van balans, verzameling en controle is het doel. Hierbij is het belangrijk dat het paard ontspannen, in juiste ritme en impuls blijft gaan.

4.1.20 Niveau 20 – PD 20

Op dit niveau wordt schouderbinnenwaarts voor het eerst gevraagd, een oefening die veel vraagt van de rechtgerichtheid, buiging, impuls en tempocontrole van het paard. De ruiter moet hierbij in staat zijn het paard voorwaarts-zijwaarts, op drie sporen, te laten bewegen, met behoud van ritme en ontspanning. Ook wordt de gebroken lijn in galop uitgebreid naar 5 meter, waarbij het paard in contragalop moet blijven. Deze oefening vraagt precisie in hulpen, balans en timing, en laat zien of de ruiter en het paard in harmonie samenwerken op een meer gevorderd technisch niveau.

4.2 Algemene beoordeling

4.2.1 Houding

Het betreft het totaalbeeld van de ruiter te paard oftewel de ruiter in evenwicht en in een natuurlijke balans. Van opzij gezien horen schouder, heup en hak op één lijn te zitten, als een onzichtbare rechte lijn. De armen hangen ontspannen af en vormen een rechte lijn van de teugel naar de mond van het paard. Een ontspannen en correcte zit straalt niet alleen elegantie uit maar zorgt ervoor dat hulpen effectief en duidelijk kunnen worden gegeven aan het paard.

4.2.2 De zit

De zit is de manier waarop de ruiter zichzelf afstemt en naadloos meebeweegt met het paard. Ook het volgen van de bewegingen in elke gang met de handen door middel van verende ellebogen wordt hierbij beoordeeld. De ruiter moet zorgdragen dat het comfortabel en in balans voelt voor het paard, zodat er een soepel en natuurlijk ritme wordt gecreëerd.

4.2.3 Juistheid van het tempo

Het gaat er hierbij om dat het tempo constant en juist is. Te snel of te langzaam kan het geheel uit balans brengen, net als een onregelmatig tempo. De ruiter laat goed zien dat het ritme vastgehouden kan worden. De official beoordeelt dit positief.

4.2.4 Verzorging ruiter en paard

Houd er rekening mee dat de verzorging van paarden en pony's niet altijd volledig aan de ruiter kan worden toegerekend maar de kleding en laarzen kunnen wel schoon en gepoetst zijn. Ook de uiterlijke correcte verzorging zoals het invlechten of vastbinden van lange haar in vlecht of knot, heeft de ruiter wel zelf in de hand.

Vanaf PD 12 worden deze onderdelen (verzorging ruiter en verzorging paard) samengevoegd in onderdeel 35. Als advies wordt gegeven om een score tussen de 5 en de 8 te hanteren. Ook mag een promotiepunt niet afhankelijk zijn van het of de verzorgingscijfer(s): laat hier het rijtechnische gedeelte doorslaggevend zijn.

4.2.5 Van been wisselen/lichtrijden op juiste been

Als een ruiter op het verkeerde been lichtrijdt, wordt dit vanaf PD 3 in sommige onderdelen en vanaf PD 4 de gehele proef beoordeeld. Wanneer niet op het juiste been wordt lichtgereden door de ruiter in het betreffende onderdeel dan wordt daarvoor 1 punt aftrek gerekend. Bijvoorbeeld, voor onderdeel 13 wordt dan een 7 gegeven in plaats van een 8 (geen strafpunt -1).

Bij het van hand veranderen in draf hoort de ruiter bij de hoekletter, aan het einde van de diagonaal, van been te wisselen. Als de ruiter aan het einde van de diagonaal door moet gaan zitten, is het niet nodig om van been te wisselen.

4.3 Oefeningen

4.3.1 Hand opsteken

In de eerste proeven wordt 'hand opsteken' gevraagd. Belangrijk daarbij is hoe de ruiter de teugels in 1 hand neemt. Niet belangrijk is hoe hoog hij de losse hand opsteekt. Beoordeel verder de ontspannenheid van de uitvoering.

4.3.2 Paard belonen

In de eerste proeven wordt het belonen van het paard beoordeeld waarbij een zacht klopje of 'kriebeltje' op de hals of nabij de schoft van het paard de bedoeling is.

4.3.3 Teugels verlengen en verkorten

De ruiters moeten bij deze oefening de teugels zo verlengen dat ze in een mooi groot, maar wel veilig, boogje hangen. Dit is een goede oefening die hen ook helpt te controleren of ze geen steun op de teugels zoeken. Hier zijn enkele belangrijke punten om op te letten:

- Dat de houding van de ruiter niet verandert en hij ontspannen rechtop blijft zitten. Het is belangrijk dat de ruiter een constant beeld laat zien en niet in houding verandert. Het doel is immers om te beoordelen of de ruiter wel of geen steun op de teugels zoekt.
- Het paard moet blijven doorstappen/draven terwijl de teugels worden verlengd. Het is belangrijk dat het tempo van het paard hetzelfde blijft, zelfs bij langer wordende teugels
- Na het verlengen van de teugels, maakt de ruiter de teugels weer op maat. Let er hierbij op dat de ruiter dit voorzichtig uitvoert en het paard niet stoort in de mond. De ruiter begint het teugels korter maken met de buitenteugel en kan dit doen door de teugel door te halen of door om en om de teugellengte korter te maken.

Een correcte uitvoering laat zien dat de ruiter een goede eigen balans en controle heeft.

4.3.4 Halsstrekken

Halsstrekken betekent dat de ruiter meer teugel geeft en dat het paard de hand van de ruiter volgt. Het is daarbij de bedoeling dat het paard met het hoofd naar voren/beneden gaat richting de voorknie gaat. Het is belangrijk dat de ruiter via de teugel licht contact houdt met de mond van het paard en dat het tempo van het paard gelijk blijft. Het 'op maat maken van de teugel' hoort in een vloeiende beweging plaats te vinden zonder het tempo en/of verbinding te verstoren.

4.3.5 Overgangen

Overgangen dienen altijd op een vloeiende en progressieve manier gereden te worden, waarbij elke gang netjes wordt getoond. Bij een overgang van draf naar halthouden, maakt men eerst een overgang naar de stap en vervolgens naar het stil staan of halthouden (afhankelijk van het niveau van de proef). Een vloeiend gereden en gecontroleerde overgang is het doel.

4.3.6 Tempowisselingen

Het is belangrijk om rekening te houden met de mogelijkheden van het paard. Wanneer de hulpen correct worden gegeven, maar het paard sneller gaat in plaats van ruimer, wordt dit op een positieve manier beoordeeld, omdat het laat zien dat het paard reageert op de hulpen.

4.3.7 Figuren rijden

Tussen, bij en op de letter

In de lagere proeven (t/m PD 5) begint de ruiter met oefeningen tussen twee letters te rijden. Hierdoor heeft de ruiter dan enkele meters om de gevraagde oefening uit te voeren. De oefening mag op een zelf gekozen plek tussen die letters plaatsvinden. Naarmate het niveau stijgt (vanaf PD 6) moet de ruiter de oefeningen steeds dichterbij een letter laten zien. Dit betekent dat de ruiter de oefening 'bij de letter' moet laten plaatsvinden, dit betekent binnen een paardlengte van de gevraagde letter. Bij de hogere

niveaus (vanaf PD 12) moet de oefening 'op de letter' plaatsvinden, dit betekent dat de schouder van de ruiter bij de letter hoort te zijn.

Figuren en lijnen

Naarmate het niveau van de proeven stijgt moet de ruiter de oefeningen steeds correcter laten zien. Dit betekent dat in de lagere proeven de lijnen van de oefeningen (zoals een volte of gebroken lijn) nog niet perfect hoeven te zijn, maar bij de hogere niveaus de lijnen van de oefeningen steeds correcter gereden moeten worden.

Afwenden

Bij het afwenden rijdt de ruiter met het paard een hoek van 90 graden, oftewel een rechte hoek. Afwenden kan bijvoorbeeld bij C om een rechte lijn te maken naar A. Afwenden kan eigenlijk overal in de baan, van E naar B of van F naar K. Als de ruiter wil afwenden bij een letter zet deze het paard een paar meter voor de letter al in de wending om zo recht op de beoogde lijn te komen.

4.3.8 Zijwaarts gaan

Dit is een oefening waarbij de ruiter het paard leert voorwaarts zijwaarts te bewegen voor de éézijdige kuithulp en is bedoeld als gehoorzaamheidsoefening bij de basis voor het wijken voor het been. Het paard gaat zijwaarts voor de éézijdige druk van het been en kijkt hierbij iets tegengesteld aan de richting waar het heen gaat. De schouder blijft hierbij altijd iets vóór de achterhand, de ruiter laat de schouder dus eerst opzij komen en daarna pas de achterhand. Na het afwenden geeft de ruiter teugelhulpen om te gaan in de gewenste richting en de achterhand gaat mee als de kuithulp komt.

Bij het zijwaarts gaan is het nog niet gevraagd dat de benen van het paard zich kruisen, maar dat het paard reageert op de hulpen van de ruiter. Het gaat dus om de gehoorzaamheid van het paard en de reactie op de been- en teugelhulp van de ruiter.

4.3.9 Wijken voor het been

Accent ligt op het correct uitvoeren van de hulpen door de ruiter waarbij kijken in de rijrichting, vragen van stelling in tegenovergestelde richting van beweging en geven van correcte beenhulp belangrijk zijn. De mate van overstappen door paard is minder belangrijk.

4.3.10 Schijnovergang

Een schijnovergang is een oefening om het paard alert en scherp op de hulpen te houden. Een overgang wordt ingezet (bijvoorbeeld van draf naar stap), maar voordat het paard volledig de nieuwe gang heeft ingezet, wordt weer voorwaarts gereden naar de oorspronkelijke gang. Het paard leert zo om niet te 'rekenen' op een overgang, maar direct te reageren op de hulpen, wat resulteert in beter gecontroleerde overgangen.

4.3.11 Achterwaarts

Achterwaarts rijden vraagt controle, balans en vertrouwen tussen ruiter en paard. Het helpt het paard de achterhand te versterken en beter te reageren op subtiele hulpen.

De ruiter houdt lichte aanleuning zonder te trekken, activeert met subtiele beenhulpen en verplaatst het gewicht iets naar voren om de rug te ontlasten. Zodra het paard achterwaarts beweegt, ontspant de ruiter licht in de handen en blijft rustig zitten. Om te stoppen, gaat de ruiter weer rechtop zitten en geeft lichte beenhulpen om voorwaarts te

rijden. Beloon elke correcte pas, vooral bij onervaren paarden en bouw het aantal passen geleidelijk op.

4.3.12 Schoudervoor

Schoudervoor is de voorbereiding op het schouderbinnenwaarts rijden. Het is de bedoeling dat de schouders van het paard een klein stukje van de hoefslag afkomen en het paard als het ware gebogen gaat lopen. Als je van voren kijkt zie je dat het buitenvoorbeen tussen het spoor van de achterbenen wordt geplaatst.

4.3.13 Schouderbinnenwaarts

Een paard in schoudervoor, loopt op drie sporen. Bij schouderbinnenwaarts is dat ook de bedoeling, maar met meer buiging. Het buitenachterbeen blijft op de hoefslag, het binnenachterbeen en buitenvoorbeen lopen iets ernaast, en het binnenvoorbeen beweegt bijna op de tweede hoefslag. Belangrijk is dat het paard tussen binnenbeen en buitenhand 'opgesloten' wordt. De buitenteugel begrenst zijwaarts zodat het paard niet naar binnen valt. De ruiter trekt niet aan de binnenteugel, want dan buigt alleen het hoofd, waardoor de buitenschouder juist naar buiten valt in plaats van de hoefslag af.

4.3.14 Contragalop

Contragalop is een gymnastische, rijkunstige oefening die de balans van het paard verbetert en voor meer verzameling zorgt. Het paard moet een constante galop met voldoende impuls hebben. Contragalop is eigenlijk galopperen in de 'verkeerde galop'. Wanneer de ruiter begint met het vragen van contragalop, rijd deze alleen een klein stukje op een rechte lijn. Dit kan uitgebreid worden naar een kleine wending in contragalop zoals een gebroken lijn 3 tot 5 meter. Later wordt dit verder uitgebouwd tot bijvoorbeeld een lijn H-X-A in linkergalop.

4.3.15 Rijbaan verlaten in stap

De ruiter wordt verzocht na het groeten rustig voorwaarts te stappen. Daarna kan de rijbaan, op voorkeur aan de kant van de voorlezer verlaten worden. Alleen het wegstappen zelf wordt nog beoordeeld. De proef eindigt zodra de ruiter gegroet heeft. Wel wordt er gekeken of het paard op initiatief van de ruiter wegstapt.

5. Opbouw vaardigheidsproeven

5.1 Niveau PVa 1 t/m PVa 5

De PVa-proeven zijn bedoeld om de ontwikkeling van de ruiter en het paard stap voor stap te volgen op het gebied van balans, ritme, stuurvaardigheid, ontspanning en controle. Elke proef bouwt voort op de vorige, waarbij de moeilijkheidsgraad geleidelijk toeneemt. Er wordt steeds gekeken naar het vertrouwen tussen ruiter en paard, de mate van ontspanning en de kwaliteit van de uitvoering. De belangrijkste focus in de proeven ligt op de manier waarop de ruiter de hulpen geeft waarbij per niveau de volgende aspecten worden beoordeeld:

5.1.1 PVa 1

Bij de proef van PVa 1 staat de ontwikkeling van balans, tempo en stuurvaardigheid centraal met behulp van balken en pilonnen. De oefeningen worden gereden in stap en draf; galop komt nog niet aan bod.

De nadruk ligt op rust, vertrouwen en regelmaat. De ruiter leert in een ontspannen houding te blijven rijden, de hulpen rustig en duidelijk te geven en zijn/haar balans te behouden; ook bij het rijden over balkjes.

De proef bestaat uit eenvoudige oefeningen zoals slalommen tussen pilonnen, figuren rijden en het in draf over balkjes gaan. Afwisseling tussen figuren, overgangen en tempowisselingen houdt paard en ruiter alert, maar altijd met het behoud van rust en controle.

5.1.2 PVa 2

In deze proef worden de vaardigheden uitgebreid met de eerste stukken galop.

De ruiter leert de overgang naar galop rustig en gecontroleerd te rijden, met behoud van balans en ritme. Daarnaast wordt een eerste sprongetje toegevoegd; een eenvoudig kruisje tussen de 30 en 50 cm, waarbij vooral controle, ritme en ontspanning worden beoordeeld.

De hindernissen en balken staan op dezelfde plekken als in PVa 1. Let op: de balken tussen K en X maken op dit niveau plaats voor een klein kruisje. Voor pony's mag het parcours iets lager zijn.

5.1.3 PVa 3

Bij deze proef ligt de nadruk op een stabiele en verfijnde verlichte zit en het springen vanuit galop met behoud van ritme, balans en harmonie. De ruiter laat zien dat hij in staat is het paard soepel te begeleiden, met een onafhankelijke zit en zachte hand.

De hindernissen (30-50 cm, voor pony's eventueel lager) staan op dezelfde plekken als in PVa 2. De balken worden nu vanuit galop genomen.

5.1.4 PVa 4

Vanaf dit niveau toont de ruiter meer overzicht en planning door korte lijnen te rijden in een eenvoudig parcours. Er is aandacht voor het juiste aanrijden naar de sprong, het doorrijden na de sprong en het vasthouden van tempo en ritme.

De hindernissen (30-50 cm) worden hoofdzakelijk vanuit draf genomen, maar enkele mogen met een paar galopsprongen gereden worden. De ruiter leert te anticiperen op de volgende lijn en het paard correct te ondersteunen.

5.1.5 PVa 5

In de laatste proef van deze reeks bewijst de ruiter controle, overzicht en ritme te hebben bij sprongen vanuit galop. Het rijden van vloeiende lijnen en een constant ritme vormt de basis voor verdere doorstroming naar hogere niveaus.

De hindernissen en balken staan op dezelfde plekken als in PVa 4. De hindernissen zijn 30-50 cm hoog (voor pony's lager) en worden in een samenhangend parcours gereden. De nadruk ligt op harmonie, balans, vertrouwen en het correct volgen van het parcours.



6. Beoordelingscriteria vaardigheid

6.1 Beoordelingscriteria per niveau

6.1.1 Niveau 1 – PVa 1

Alle oefeningen worden in stap en draf uitgevoerd. Er wordt nog niet gegaloppeerd. In draf worden korte stukjes verlichte zit gevraagd om de balans en het evenwicht van de ruiter te beoordelen.

De pilonnen en balken liggen op vaste plekken in de rijbaan, waarmee de ruiter zijn stuurvaardigheid, nauwkeurigheid en ritmegevoel kan tonen.

Bij het onderdeel voerschep overzetten van staander naar staander wordt gekeken naar de balans, concentratie en rust van de ruiter: kan de ruiter een taak uitvoeren zonder zijn evenwicht of controle te verliezen?

Beoordeeld wordt op:

- houding en balans
- controle over tempo
- rust en vertrouwen
- correcte figuren rijden
- nauwkeurig sturen tussen balken/pilonnen
- zelfstandigheid en samenwerking met het paard

6.1.2 Niveau 2 – PVa 2

In deze proef wordt voor het eerst in galop gereden. De ruiter toont controle over tempo en richting in alle gangen. Ook in galop wordt verlichte zit gevraagd, om de onafhankelijkheid van zit en hand te beoordelen. Het toevoegen van een kleine hindernis (kruisje 30-50 cm) laat zien of de ruiter zijn balans en ritme kan behouden bij een sprongetje.

Beoordeeld wordt op:

- soepele overgangen naar galop
- ontspannen houding
- ritmebehoud voor en na de sprong
- zelfvertrouwen en controle

6.1.3 Niveau 3 – PVa 3

De moeilijkheid neemt toe met meer oefeningen in verlichte zit en het springen vanuit galop. De ruiter moet balans te behouden bij het naderen van een balk of hindernis in galop. De uitvoering wordt rustiger, gecontroleerder en met meer verfijning.

Beoordeeld wordt op:



- stabiele verlichte zit
- harmonie tussen ruiter en paard
- ritme en regelmaat in galop
- correcte aanrijdingen naar balk of sprong

6.1.4 Niveau 4 – PVa 4

De proef wordt nu meer een eenvoudig parcours, met korte lijnen tussen de hindernissen. De ruiter leert vooruit te kijken, juiste bochten te rijden en zijn paard goed te begeleiden. Er mogen enkele galopsprongen gemaakt worden voor de sprong, maar controle blijft belangrijker dan snelheid.

Beoordeeld wordt op:

- overzicht en voorbereiding
- juiste lijnvoering
- tempo- en ritmebehoud
- vloeiende overgang tussen sprongen

6.1.5 Niveau 5 – PVa 5

De ruiter toont volledig overzicht en controle in een parcours met sprongen in galop. Er wordt gekeken naar de kwaliteit van de lijnen, de vloeiende uitvoering, en het vertrouwen tussen ruiter en paard. Dit niveau vormt de voorbereiding op hogere spring- of vaardigheidsniveaus.

Beoordeeld wordt op:

- harmonie en ritme
- balans en houding
- vloeiende lijnen en correcte aanrijdingen
- vertrouwen en controle voor, over en na de sprong

6.2 Algemene beoordeling

6.2.1 Houding van de ruiter

Het betreft het totaalbeeld van de ruiter te paard oftewel de ruiter in evenwicht en in een natuurlijke balans. Van opzij gezien horen schouder, heup en hak op één lijn te zitten, als een onzichtbare rechte lijn. De armen hangen ontspannen af en vormen een rechte lijn van de teugel naar de mond van het paard. Een ontspannen en correcte zit straalt niet alleen elegantie uit maar zorgt ervoor dat hulpen effectief en duidelijk kunnen worden gegeven aan het paard. Ook de houding in de verlichte zit bij de vaardigheidsproeven wordt beoordeeld. Hierbij wordt gelet op balans en dat de ruiter niet te ver uit het zadel komt en de bewegingen kan volgen.

6.2.2 De zit

De zit is de manier waarop de ruiter zichzelf afstemt en naadloos meebeweegt met het paard. Ook het volgen van de bewegingen in elke gang met de handen door middel van verende ellebogen wordt hierbij beoordeeld. De ruiter moet zorgdragen dat het comfortabel en in balans voelt voor het paard, zodat er een soepel en natuurlijk ritme wordt gecreëerd.

6.2.3 Handhouding en juistheid der teugelhulpen

De handen van de ruiter zijn gesloten en met de duimen naar boven, boven de manenkam van het paard, ongeveer een vuist voor het zadel. De teugelhulpen zijn consequent, maar vriendelijk met een continue voorwaarts denkende hand.

6.2.4 Beenligging en juistheid der beenhulpen

Het onderbeen van de ruiter ligt iets achter de singel en houdt met de kuit contact met het paardenlichaam. De voet steunt op de breedste plaats van de bal van de voet in de beugel. De hak moet het laagste punt zijn. De ruiter veert door de enkels voor een betere balans.

Wanneer niet op het juiste been wordt lichtgereden door de ruiter in het betreffende onderdeel dan wordt daarvoor 1 punt aftrek gerekend. Bij het van hand veranderen in draf hoort de ruiter bij de hoekletter, aan het einde van de diagonaal, van been te wisselen. Als de ruiter aan het einde van de diagonaal door moet gaan zitten, is het niet nodig om van been te wisselen.

6.2.5 Juistheid van het tempo

Het gaat er hierbij om dat het tempo constant en juist is. Te snel of te langzaam kan het geheel uit balans brengen, net als een onregelmatig tempo. De ruiter laat goed zien dat het ritme vastgehouden kan worden. De official beoordeelt dit positief.

6.2.6 Contact met de mond van het paard

De ruiter beweegt elastisch mee met de beweging van het paard, zonder contact met de mond te verliezen.

6.2.7 Verzorging van ruiter en paard

De verzorging van paarden en pony's kan niet altijd volledig aan de ruiter worden toegerekend, maar de kleding en laarzen kunnen wel schoon en gepoetst zijn. Ook de uiterlijke correcte verzorging zoals het invlechten of vastbinden van lange haar in vlecht of knot, heeft de ruiter wel zelf in de hand.

6.3 Oefeningen

6.3.1 Slalommen tussen pilonnen

Slalommen met een paard is een oefening waarbij de ruiter het paard tussen pionnen zigzaggend doorrijdt, wat de souplesse, balans en reactie op hulpen bevordert. Het doel is om het paard maar ook zeker de ruiter te leren omgaan met zijwaartse buiging en gewicht verplaatsen, wat een goede voorbereiding is voor meer complexere oefeningen.

6.3.2 Balkjes draven

Balkjes draven is een oefening die bijdraagt aan een betere coördinatie en balans van ruiter en paard. Het paard leert zijn benen hoger op te tillen, zijn paslengte aan te passen en de ruiter zijn evenwicht te bewaren, wat de algehele souplesse van beide verbetert.

Het begint eenvoudig met een enkele balk op de grond en de ruiter rijdt in een rustig, gelijkmatig tempo recht op de balken af en geeft het paard voldoende ruimte om de benen juist neer te kunnen zetten. Let op een rechte lijn, een stabiel tempo en een ontspannen houding, zodat het paard zijn balans kan behouden.

6.3.3 Kruisje springen

Een kruisje is een eenvoudige maar effectieve oefening waarbij de ruiter met het paard over het laagste punt in het midden van de hindernis springt. Dit kruisje nodigt het paard uit om recht over het midden te springen en helpt zowel paard als ruiter om de juiste lijn en balans te vinden. Als ruiter is het belangrijk om mee te bewegen in de verlichte zit en de hand ook mee naar voren te laten gaan. De ruiter blijft met beenhulpen het paard voor, tijdens en na het springen ondersteunen. Kijk als ruiter goed naar voren, over het midden van de hindernis en houd een gelijkmatig tempo, zodat het paard vertrouwen krijgt in de sprong.

6.3.4 Voerschep overzetten

Bij de oefening voerschep overzetten draait alles om balans, concentratie en rust van de ruiter. Het doel is om te laten zien dat de ruiter een extra taak kan uitvoeren zonder het evenwicht, controle of contact met het paard te verliezen. De oefening wordt beoordeeld op verschillende punten: de houding, balans, de controle, de rust en het vertrouwen die het geheel uitstraalt en hoe nauwkeurig de ruiter deze oefening uitvoert. Daarnaast wordt gekeken naar de samenwerking met het paard.



7. Reglement

7.1 Algemeen

Wanneer de reglementaire bepalingen geen uitkomst bieden, handel dan altijd in de geest van de sport, waarbij fairplay en het welzijn van mens en dier centraal staan.

- Het welzijn van de paarden komt altijd eerst. Houd altijd rekening met zowel het fysieke als mentale welzijn van het paard in alles wat er gebeurt.
- Veiligheid is altijd het belangrijkste. Iedereen moet zich aan de veiligheidsmaatregelen en -richtlijnen houden, zowel voor zichzelf als voor het paard.
- Iedere ruiter is verantwoordelijk voor het eigen gedrag. Het is belangrijk om altijd professioneel en respectvol te blijven, zowel naar andere ruiters als naar de officials.
- De PD- en PVa-proeven worden beoordeeld door officials met een accreditatie voor Plezier met Paarden.
- Een ruiter mag nooit beoordeeld worden door een bloed- en aanverwante official.

7.2 Kledingvoorschriften

7.2.1 Veiligheidshoofddekseel

Iedereen die op een paard zit, moet een goedgekeurd veiligheidshoofddekseel dragen volgens de geldende wettelijke normen van Stichting Veilige Paardensport (SVP). Dit geldt ook tijdens het losrijden.

7.2.2 Wedstrijdenue

Een rij-jas (type colbert) met een overhemd, dressuurblouse of wedstrijdshirt en een witte of andere lichte kleur rijbroek. Het is ook toegestaan om in manegetenue te rijden: een effen sweater of bodywarmer (eventueel met logo) in combinatie met een overhemd of shirt met lange mouwen. De kleur van de rijbroek en bovenkleding is vrij bij een manegetenue.

Het overhemd, blouse of shirt moeten lange of korte mouwen hebben en voorzien zijn van een hoge boord of kol.

Bij warme weersomstandigheden kan de organisatie besluiten dat de rij-jas mag worden uitgelaten en dat er in zomertenue gereden kan worden. Dit zomertenue bestaat uit een blouse of shirt met korte of lange mouwen, waarbij het dragen van een bodywarmer ook toegestaan is.

In het kader van veiligheid zijn grote oorbellen en ringen niet wenselijk. Bij lang haar wordt voorkeur gegeven aan een vlecht/staart, knot of haarnetje.



7.2.3 Handschoenen

Handschoenen zijn niet verplicht. Als je ervoor kiest om handschoenen te dragen, moeten ze licht van kleur zijn (bij voorkeur wit) voor een optimale beoordeling van de handhouding.

7.2.4 Schoeisel

Een paar rijlaarzen of jodphurlaarsjes, in combinatie met gelijk gekleurde gladleren of gladde kunstleren chaps (zonder franjes), is verplicht.

7.2.5 Beschermende kleding

Het is toegestaan om met een bodyprotector en/of airjacket te rijden tijdens de wedstrijd.

7.3 Paard

7.3.1 Optoming

In het kader van paard en welzijn is aandacht voor het volgende belangrijk:

- Zorg ervoor dat het paard is voorzien van een goed passend, deugdelijk en goed onderhouden zadel, hoofdstel en bit (trens-optoming)
- Een bitloze optoming is toegestaan met toestemming van de manegehouder of organisatie.
- Beenbeschermers, oor- of neusnetje zijn toegestaan met toestemming van de manegehouder of organisatie.

7.3.2 Hulpmiddelen en -gebruik

Hulpteugels

Gebruik van hulpteugels wordt door de manegehouder of organisatie bepaald, passend voor de combinatie en op de juiste wijze afgesteld. Het gebruik van een martingaal, bijzetteugel, halsverlenger of thiedeman is toegestaan zodat de ruiter de gelegenheid heeft om beter te concentreren op de ontwikkeling van de eigen rijvaardigheid en het paardenwelzijn niet in het geding komt.

Zweep

Zweeplengte wordt door de manegehouder of organisatie bepaald passend voor de combinatie en mits op juiste wijze gebruikt. Overmatig of verkeerd gebruik van zweep, teugels en/of sporen wordt bestraft met een waarschuwing. Bij de tweede waarschuwing volgt uitsluiting. Paardenwelzijn is heel belangrijk.

Sporen

Sporen zijn toegestaan met toestemming van de manegehouder of organisatie, passend voor de combinatie.

Ondersteunende materialen

Ondersteunende materialen zoals een instructieset, speciale teugels of beugels, mogen alleen gebruikt worden in overleg met de manegehouder of organisatie.



7.4 Dressuurproeven PD – Plezier met Dressuur

Iedere proef krijgt meerdere versies, de manegehouder of organisatie bepaalt welke proef er wordt gereden.

Nieuwe ruiters mogen instromen in de proeven op hun eigen niveau. De manegehouder of instructeur bepaalt op welk niveau wordt ingestroomd.

Gebruik onderstaande tabel om een ruiter vloeiend door te laten stromen naar de PD-proeven van Plezier met Paarden vanuit een eerdere ruiteropleiding zoals Brons, Zilver en/of Bixie&Friends.

Andere ruiteropleiding	Plezier met Paarden
Bixie&Friends	PD 1 en PD 2 (totaal 8 proeven)
Brons vanaf F3	PD 3 t/m PD 12 (totaal 10 proeven)
Zilver	PD 13 t/m PD 15 (totaal 3 proeven)
	PD 16 t/m PD 20 (nog in ontwikkeling)

7.4.1 Protocol niveau 1

Hier wordt alleen gekeken naar de ruiter waarbij het plezier beleven aan paard en paardrijden voorop staat. De proeven zijn begeleid en kunnen individueel of in een groep(je) worden gereden. De plek waar de oefening wordt uitgeoefend is ondergeschikt aan de wijze van uitvoering.

De ruiter kan naar de volgende proef doorstromen als:

- er geen kruisjes/stempels/stickers in kolom 1 'Nog niet duidelijk gezien' staan;
- minstens 4 kruisjes/stempels/stickers in kolom 3 'Overtuigend/duidelijk gezien' staan
- bij 6 kruisjes/stempels/stickers in kolom 3 'Overtuigend/duidelijk gezien' is de ruiter een echte 'Plezier met Paarden Topper'!

7.4.2 Protocol vanaf niveau 2

Vanaf niveau 2 zijn het eerste echte proeven met cijfers. De onderdelen in de proeven vanaf niveau PD 2 worden beoordeeld op een schaal van 0 tot en met 10:

0 = niet uitgevoerd	6 = voldoende
1 = zeer slecht	7 = tamelijk goed
2 = slecht	8 = goed
3 = tamelijk slecht	9 = zeer goed
4 = onvoldoende	10 = uitmuntend
5 = matig	

Vanaf niveau PD 2 komt men in aanmerking voor een promotiepunt bij het behalen van 210 protocolpunten of meer. Een ruiter kan maximaal 1 promotiepunt per proevendag behalen.

7.4.3 Promotie

Promoveren naar een volgend niveau kan indien volgende promotiepunten behaald zijn:

- Bij PD 1.1 t/m 1.4 is 1 promotiepunt per proef nodig om door te gaan naar het volgende niveau (dus 1 promotiepunt om van PD 1.1 naar PD 1.2 te gaan, etc.)
- Bij PD 2 zijn er minimaal 1 promotiepunt nodig om door te gaan naar het volgende niveau (dus 1 promotiepunt om van PD 2.1 naar PD 2.2 te gaan, etc.)
- Bij PD 3 en PD4 zijn er minimaal 3 promotiepunten nodig om door te gaan naar het volgende niveau.
- Bij PD 5 t/m PD 8 zijn er minimaal 4 promotiepunten nodig om door te gaan naar het volgend niveau.
- Bij PD 9 en hoger zijn er minimaal 5 promotiepunten nodig om door te gaan naar het volgende niveau.
- Het maximaal te behalen promotiepunten per niveau wordt door de manegehouder of organisatie bepaald.
- Versnelde promotie naar een hoger niveau kan door de manegehouder of organisatie worden bepaald.

7.4.4 Diploma's en theorie-examen

Aan alle even proeven (PD 1.4, PD 2.4, PD 4, PD 6, PD 8, etc.) zijn theorie-examens en diploma's verbonden. De manegehouder of organisatie draagt zorg voor de diploma's zodat deze kunnen worden uitgereikt.

Het diploma wordt toegekend indien zowel de praktijk als de theorie voldoende zijn, met een maximum van 3 fouten in de theorietoets. Bij meer dan 3 fouten in de theorietoets, wordt de theorietoets op een volgende proevendag herhaald. Indien de tweede poging wederom onvoldoende is, hoeft alleen de theorietoets opnieuw te worden gedaan.

7.5 Vaardigheidsproeven PVa – Plezier met Vaardigheid

Nieuwe ruiters mogen instromen in de proeven op hun eigen niveau. De manegehouder of instructeur bepaalt op welk niveau wordt ingestroomd.

Gebruik onderstaande tabel om een ruiter vloeiend door te laten stromen naar de PVa-proeven van Plezier met Paarden vanuit een eerdere ruiteropleiding zoals Brons.

Er is geen minimaal PD-niveau nodig om in te stromen bij de eerste PVA 1-proef. Vanaf PVa 2 en hoger wordt minimaal niveau PD 4 (met galop) geadviseerd om in te stromen.

Andere ruiteropleiding	Plezier met Paarden
Vaardigheid 1 Brons	PVa 1 en PVa 2
Vaardigheid 2 Brons	PVa 3
	PVa 4 en 5 (<i>nieuw</i>)

7.5.1 Protocol PVa

De PVa-proeven worden beoordeeld met cijfers. De onderdelen worden beoordeeld op een schaal van 0 tot en met 10:

0 = niet uitgevoerd	6 = voldoende
1 = zeer slecht	7 = tamelijk goed
2 = slecht	8 = goed
3 = tamelijk slecht	9 = zeer goed
4 = onvoldoende	10 = uitmuntend
5 = matig	

Een ruiter komt in aanmerking voor een promotiepunt bij het behalen van 180 protocolpunten of meer. Een ruiter kan maximaal 1 promotiepunt per proevendag behalen.

7.5.2 Promotie

Promoveren naar een volgend niveau kan indien er minimaal 3 promotiepunten behaald zijn.

- Het maximaal te behalen promotiepunten per niveau wordt door de manegehouder of organisatie bepaald.
- Versnelde promotie naar een hoger niveau kan door de manegehouder of organisatie worden bepaald.

7.5.3 Diploma's en theorie-examen

Aan alle even proeven (PVa 2 en PVa 4) zijn theorie-examens en diploma's verbonden. De manegehouder of organisatie draagt zorg voor de diploma's zodat deze kunnen worden uitgereikt.

Het diploma wordt toegekend indien zowel de praktijk als de theorie voldoende zijn, met een maximum van 3 fouten in de theorietoets. Bij meer dan 3 fouten in de theorietoets, wordt de theorietoets op een volgende proevendag herhaald. Indien de tweede poging wederom onvoldoende is, hoeft alleen de theorietoets opnieuw te worden gedaan.

7.6 Onvoorziene zaken in de proef

7.6.1 Vergissingen

Elke vergissing in de proef levert 2 punten aftrek op. De official attendeert de ruiter vriendelijk op de vergissing. De ruiter krijgt altijd de kans om het onderdeel opnieuw te rijden zodat het onderdeel alsnog beoordeeld kan worden. Er volgt geen uitsluiting, ongeacht het aantal vergissingen.

Het buiten de ring komen van ruiter en paard wordt als een vergissing beschouwd. Gang- en overgangsfouten worden niet als vergissing beschouwd, maar meegenomen in het cijfer.

7.6.2 Uitsluiting

Overmatig of verkeerd gebruik van zweep, teugels en/of sporen wordt bestraft met een mondelinge waarschuwing. Na de eerste waarschuwing kan de proef hervat worden. Bij de tweede waarschuwing volgt uitsluiting. Respect voor het paardenwelzijn is heel belangrijk en staat altijd voorop.

Indien de veiligheid van ruiter en/of paard in het geding komt, volgt een waarschuwing van de official. Bij de tweede waarschuwing volgt uitsluiting.

Op het protocol staat altijd duidelijk de reden van uitsluiting vermeld.

7.6.3 Valpartij

In het geval van een val van de ruiter of het paard, zal de ruiter de ring te voet moeten verlaten. De ruiter kan de proef afronden na overleg en goedkeuring door de manegehouder of organisatie.

Bij een herstart wordt de proef vervolgd vanaf het onderdeel waar de ruiter is gestopt door de val. De proef mag ook worden voortgezet op een ander paard. Bij dit onderdeel wordt hiervoor wel een -2 genoteerd. Ook na deze herstart blijft de ruiter in aanmerking komen voor prijzen.

7.6.4 Bloed bij het paard

Wanneer bloed zichtbaar is bij het paard, wordt de proef door de official gestopt en zullen ruiter en paard de ring verlaten. De ruiter kan de proef later vervolgen wanneer het bloeden is gestopt/niet meer zichtbaar is (vastgesteld door manegehouder of organisatie) op hetzelfde paard of de ruiter vervolgt, na overleg met de manegehouder of organisatie, de proef op een ander paard.

Bij een herstart wordt de proef vervolgd vanaf het onderdeel waar de proef is beëindigd door de official.

7.6.5 Onregelmatig of kreupel

Wanneer een paard onregelmatig of kreupel loopt in een proef, wordt in overleg met de manegehouder of organisatie een passende oplossing gezocht. Dierenwelzijn heeft altijd prioriteit.

7.6.6 Weigering of balk

Een weigering of balk in een vaardigheidsproef levert 2 punten aftrek op. Een ruiter mag maximaal drie pogingen doen om een fout te herstellen. Daarna moet de ruiter de proef vervolgen. Ongeacht het aantal weigeringen, balken of herstelpogingen mag de ruiter altijd de proef vervolgen en volgt er geen uitsluiting.

7.7 Uitslag en klassering

De uitslagen van ruiters die deelnemen aan de proevendagen worden verwerkt in hun (digitale) paspoort of het tijdelijke stempelpad van Plezier met Paarden.

7.7.1 Klassering en prijsuitreiking

Indien bij een proevendag een klassering wordt opgemaakt is de ruiter met het hoogste aantal punten de winnaar, de ruiter met het daarop volgende hoogste aantal punten wordt tweede, etc.

Geadviseerd wordt om per 4 deelnemers een prijs uit te reiken. Een manegehouder of organisatie kan hiervan afwijken.

7.7.2 Ex aequo-uitslagen

Bij gelijk aantal punten op het protocol wordt gekeken naar een aantal overeenkomende onderdelen.

Bij de PD-proeven gaat het om de volgende punten:

- 26. Houding van de ruiter
- 27. Zit van de ruiter,
- 31. Juistheid van de teugelhulpen
- 32. Juistheid van de beenhulpen

Bij de PVa-proeven gaat het om de volgende punten:

- 24. Houding van de ruiter (ook in verlichte zit)
- 25. Zit van de ruiter (volgen van de beweging)
- 26. Handhouding en juistheid der teugelhulpen
- 27. Beenligging en juistheid der beenhulpen

Indien na optellen van de cijfers bij deze onderdelen geen verschil ontstaat, worden de ruiters gelijk geplaatst en wordt de volgende plaatsing niet uitgereikt



8. PD-proeven

In dit proevenboek staan de voorleesprotocollen van PD 1 t/m PD 20. De ruitersprotocollen zijn door de manegehouder of organisatie te downloaden via de website van de FNRS.

Achterin dit proevenboek staat een afbeelding van een rijbaan en de bijbehorende letters. Ook is er een gelegenheid om aantekeningen te maken



Plezier met Dressuur 1.1 (PD 1.1)

- Verklein de rijbaan met bijvoorbeeld balken om een longeerruimte te creëren (optioneel)
- De hele proef lichtrijden, goede been niet belangrijk
- Hulp toegestaan bij op- en afstijgen tijdens de proef
- Gehele proef op dezelfde hand/rijrichting, deze is naar keuze linksom of rechtsom

1. Breng het paard met begeleider naar het midden van de rijbaan/longeercirkel
2. Stijg op met opstapkruk of voetje van begeleider of hulp
Doe de beugels in en pak de teugels vast.
3. Overgaan in stap en laat het paard goed doorstappen (minimaal 2 cirkels)
4. Laat het paard stilstaan, ga staan in de beugels en ga weer zitten, daarna wegstappen
5. Neem de teugels in één hand en steek de andere hand omhoog, wissel daarna om en steek de andere hand omhoog
Pak daarna met beide handen de teugels weer vast
6. Laat paard stilstaan, doe voeten uit en weer in de beugels, stap daarna weg
7. Laat paard sneller stappen en breng weer terug naar normaal tempo
8. Overgaan in draf en lichtrijden (minimaal 2 cirkels)
9. Beloon het paard (in draf)
10. Overgaan in stap en het paard weer belonen
11. Laat het paard stil staan, stijg af en steek de beugels op (mag met hulp)
12. Neem het paard aan de hand mee en verlaat rijbaan/longeercirkel (mag met hulp)



Plezier met Dressuur 1.2 (PD 1.2)

- Naast X staan 2 pionnen 2 meter van elkaar, iets naast B-E lijn (optioneel)
- Tussen F-X liggen 2 balken parallel met 2 meter tussenruimte (optioneel)
- Tussen X-M liggen 2 balken parallel met 2 meter tussenruimte (optioneel)
- Bij meerdere ruiters flexibel omgaan met gevraagde plaats van oefening, de wijze van uitvoering is het meest belangrijk.

1.	Ruiter(s) stappen op linkerhand
2. Lange zijde F – B – M	Teugels in de linkerhand en rechterhand opsteken daarna, Teugels in de rechterhand en linkerhand opsteken en teugels weer vastnemen.
3. Korte zijde M – C – H	Pony belonen
4. Lange zijde H – E – K	Teugels langer laten
5. Korte zijde K – A – F	Teugels op maat
6. Gebroken lijn F – X – M	Oefening sturen
7. Korte zijde M – C – H	Stilstaan, dan even staan in beugels en weer gaan zitten
8.	Daarna wegstappen
9. Lange zijde H – E – K	Oefening stilstaan, voeten in en uit beugels
10.	Daarna wegstappen
11. A richting C	Sturen
12. Op lijn E – X – B*	Stilstaan en daarna groeten *Naast elkaar halthouden op lijn B-X-E en om beurten groeten
13.	Daarna wegstappen en rijbaan verlaten



Plezier met Dressuur 1.3 (PD 1.3)

- Naast X staan 2 pionnen 2 meter van elkaar, iets naast B-E lijn (optioneel)
- Tussen F-X liggen 2 balken parallel met 2 meter tussenruimte (optioneel)
- Tussen X-M liggen 2 balken parallel met 2 meter tussenruimte (optioneel)
- Bij meerdere ruiters flexibel omgaan met gevraagde plaats van oefening, de wijze van uitvoering is het meest belangrijk.

1.	Ruiter(s) stappen op linkerhand
2. Lange zijde F – B – M	Sneller stappen
3. Lange zijde H – E – K	Teugel langer laten worden, pony belonen en teugel op maat maken
4. Lange zijde F – B – M	Teugels in de linkerhand en rechterhand opsteken daarna, Teugels in de rechterhand en linkerhand opsteken en vervolgens teugels weer vastnemen.
5. Korte zijde M – C – H	Tijdens het stappen voeten uit en in de beugels doen
6. Lange zijde H – E – K	Stilstaan, dan even staan in beugels en weer gaan zitten
7.	Daarna wegstappen
8. Lange zijde F – X – M	Gebroken lijn
9. Tussen H – E*	In draf overgaan, rijbaan 1x rond *Bij meer ruiters: om beurten laten aandraven en aansluiten bij groep
10. Tussen H – E	In stap overgaan
11. A richting C	Wenden
12. Bij X*	Stilstaan, daarna groeten *Bij meer ruiters: naast elkaar halthouden op lijn B – X – E en om beurten groeten
13.	Wegstappen en rijbaan verlaten



Plezier met Dressuur 1.4 (PD 1.4)

- Naast X staan 2 pionnen 2 meter van elkaar, iets naast B-E lijn (optioneel)
- Tussen H-X liggen 2 balken parallel met 2 meter tussenruimte (optioneel)
- Tussen X-K liggen 2 balken parallel met 2 meter tussenruimte (optioneel)
- Bij meerdere ruiters flexibel omgaan met gevraagde plaats van oefening, de wijze van uitvoering is het meest belangrijk.

1.	Ruiter(s) stappen op linkerhand
2. Lange zijde F – B – M	Sneller stappen
3. Korte zijde M – C – H	Tijdens het stappen voeten uit en in de beugels doen
4. Lange zijde H – X – K	Gebroken lijn
5. Tussen F – B *	In draf overgaan, rijbaan 1x rond, daarbij <i>*Bij meer ruiters: om beurten laten aandraven en aansluiten bij groep</i>
6. Tussen H – E – K	Teugels in de linkerhand en rechterhand opsteken, daarna teugels in de rechterhand en linker hand opsteken en teugels weer vastnemen.
7. Tussen F – B	In stap overgaan
8. Tussen M – C – H	Teugels langer laten worden en teugels op maat maken
9. Tussen H – E *	In draf overgaan <i>*Bij meer ruiters: om beurten laten aandraven en aansluiten bij groep</i>
10. Tussen F – B – M	Pony in draf belonen
11. Lange zijde M – C – H	In stap overgaan
12. Tussen H – K	Enkele passen gaan staan in de beugel (leunen op de hals toegestaan) daarna zachtjes gaan zitten.
13. Bij A	Afwenden richting C
14. Bij X*	Stilstaan en groeten, daarna wegstappen en rijbaan verlaten <i>*Bij meer ruiters: naast elkaar halthouden op lijn B – X – E en om beurten groeten</i>

Plezier met Dressuur 2.1 (PD 2.1)

Gehele proef lichtrijden (juiste been niet belangrijk)

Optioneel: pionnen in hoeken en op X als poortje

Optioneel: balken parallel M/H en X-F/K (2 meter)

1. A-F-B	Binnenkomen in stap op linkerhand
2. Tussen B – M	In draf overgaan
3. Tussen E – K	In stap overgaan
4. Bij A	Even stilstaan
5.	Paard/pony belonen daarna,
6.	In stap overgaan
7. Tussen F – B	In draf overgaan
8. H – X – F	Van hand veranderen
9. Tussen A – K	In stap overgaan
10. Tussen K – E	Teugels langer laten worden
11. Tussen E – H	Teugels op maat maken
12. Tussen H – C	In draf overgaan
13. M – X – K	Van hand veranderen
14. Tussen F – B – M	In draf belonen
15. Tussen M – C - H	In stap overgaan
16. Bij E	Afwenden
17. Bij X	Even stilstaan
18.	Paard/pony belonen
19.	Daarna, in stap overgaan
20. Bij B	Op de rechterhand overgaan
21. Bij A	Afwenden
22. Bij X	Stilstaan, daarna
23.	Groeten
24.	Voorwaarts in stap (rijbaan verlaten)
25.	Door de hoeken/om de pionnen
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding van de ruiter
29.	Beenligging van de ruiter
30.	Juistheid van de teugelhulpen
31.	Juistheid van de beenhulpen
32.	Juistheid van het tempo
33.	Algemene indruk
34.	Verzorging van de ruiter
35.	Verzorging van paard/pony



Plezier met Dressuur 2.2 (PD 2.2)

Gehele proef lichtrijden (juiste been niet belangrijk)

1. A – K – E	Binnenkomen in stap op rechterhand
2. Tussen E – H	In draf overgaan
3. Tussen A – K	In stap overgaan
4. Bij E	Stilstaan
5.	Even staan in de beugels en daarna weer gaan zitten
6.	In stap overgaan
7. Tussen H – C	In draf overgaan
8. M – X – F	Gebroken lijn
9. K – X – M	Van hand veranderen
10. Tussen C – H	In stap overgaan
11. Tussen H – E	Teugels langer laten worden
12. Tussen E – K	Teugels op maat maken
13. Tussen K – A	In draf overgaan
14. Bij M	Afwenden
15. Bij H	Linkerhand
16. Tussen K – A	In stap overgaan
17. F – E	Van hand veranderen
18. Tussen E – H	In draf overgaan
19. Bij C	Paard/pony klopje op de hals geven
20. M – E	Van hand veranderen
21. Tussen E – K	In stap overgaan
22. Bij A	Afwenden
23. Bij X	Stil staan
24.	Groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding van de ruiter
29.	Beenligging van de ruiter
30.	Juistheid van de teugelhulpen
31.	Juistheid van de beenhulpen
32.	Juistheid van het tempo
33.	Algemene indruk
34.	Verzorging van de ruiter
35.	Verzorging van paard/pony



Plezier met Dressuur 2.3 (PD 2.3)

Gehele proef lichtrijden (juiste been alleen belangrijk daar waar in de proef gevraagd)

1. A – F – B	Binnenkomen in draf op linkerhand
2. H – X – F	Van hand veranderen
3. Tussen F – A	In stap overgaan
4. K – X – M	Van hand veranderen, daarbij
5.	Enkele passen sneller laten stappen
6. Tussen M – C	In draf overgaan
7. H – X – K	Gebroken lijn (op juiste been lichtrijden)
8. Bij B	Afwenden
9. Bij E	Rechterhand
10. Tussen E – H	In stap overgaan
11. Tussen H – C – M	Teugels langer laten worden
12. Tussen M – B	Teugels op maat maken
13. Tussen B – F	In draf overgaan
14. K – X – M	Van hand veranderen daarbij
15.	Enkele passen sneller laten draven
16. Bij C	Afwenden
17. Bij X	Enkele passen stap daarna weer in draf
18. Bij A	Rechterhand
19. K – X – H	Gebroken lijn (daarbij op juiste been lichtrijden)
20. M – E	Van hand veranderen
21. Tussen K – A	In stap overgaan
22. Bij A	Afwenden
23. Bij X	Stil staan
24.	Groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding van de ruiter
29.	Beenligging van de ruiter
30.	Juistheid van de teugelhulpen
31.	Juistheid van de beenhulpen
32.	Juistheid van het tempo
33.	Algemene indruk
34.	Verzorging van de ruiter
35.	Verzorging van paard/pony



Plezier met Dressuur 2.4 (PD 2.4)

Gehele proef lichtrijden (juiste been alleen belangrijk daar waar in de proef gevraagd)

1. A – K	Binnenkomen in draf op rechterhand
2. M – X – K	Van hand veranderen
3. F – X – M	Gebroken lijn (op juiste been lichtrijden)
4. H – X – F	Van hand veranderen daarbij
5.	Enkele passen sneller laten draven
6. Bij A	Grote volte (daarbij op juiste been lichtrijden)
7. Bij E	Afwenden
8. Bij B	Linkerhand
9. Tussen M – C – H	Teugel langer laten worden
10. Tussen H – E	Teugels op maat maken
11. Bij A	Grote volte (daarbij op juiste been lichtrijden)
12. F – X – H	Van hand veranderen daarbij
13.	Enkele passen sneller laten draven
14. Bij C	Afwenden en in stap overgaan
15. Bij X	Voeten enkele passen uit/in de beugels
16. Bij A	Rechterhand
17. Tussen A – K	In draf overgaan
18. Bij E	Afwenden
19. Bij B	Linkerhand
20. H – X – K	Gebroken lijn (daarbij op juiste been lichtrijden)
21. Bij A	Afwenden
22. Na A	In stap overgaan
23. Bij X	Stil staan
24.	Groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding van de ruiter
29.	Beenligging van de ruiter
30.	Juistheid van de teugelhulpen
31.	Juistheid van de beenhulpen
32.	Juistheid van het tempo
33.	Algemene indruk
34.	Verzorging van de ruiter
35.	Verzorging van paard/pony



Plezier met Dressuur 3 (PD 3)

Gehele proef lichtrijden

Op juiste been bij meerdere onderdelen

Verkeerde galop niet beoordelen

1. A - C	Binnenkomen in draf
2. C	Linkerhand (juiste been lichtrijden)
3. H-X-K	Gebroken lijn (juiste been lichtrijden)
4. A	Grote volte (juiste been lichtrijden)
5. B	Afwenden (juiste been lichtrijden)
6. E	Linkerhand (juiste been lichtrijden)
7. Tussen K - A	In galop aanspringen
8.	Rijbaan 1x rond
9. Tussen K-A	In draf overgaan
10. F-X-H	Van hand veranderen daarbij tussen F-X in stap overgaan
11. Tussen X-H	In draf overgaan
12. C	Grote volte (juiste been lichtrijden)
13. Tussen F - A	In galop aanspringen
14.	Rijbaan 1x rond
15. Tussen F - A	In draf overgaan.
16. Bij E	Afwenden en,
17. Bij B	Op de rechterhand
18. K - X – H	Gebroken lijn (juiste been lichtrijden)
19. H – C – M	Teugels langer laten worden
20. Tussen M – B	Teugels op maat maken
21. Tussen B- F	In stap overgaan
22. Bij A	Afwenden
23. Bij X	Halhouden
24.	Groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding van de ruiter
29.	Beenligging van de ruiter
30.	Juistheid van de teugelhulpen
31.	Juistheid van de beenhulpen
32.	Juistheid van het tempo
33.	Algemene indruk
34.	Verzorging van de ruiter
35.	Verzorging van paard/pony

Plezier met Dressuur 4 (PD 4)

Gehele proef lichtrijden op het juiste been

1. A – C	Binnenkomen in draf
2. Bij C	Rechterhand
3. M – X – K	Van hand veranderen en enkele passen sneller laten draven
4. Bij A	Slangenvolte 3 bogen
5. Tussen C – H	In linkergalop aanspringen
6.	Rijbaan 1x rond
7. Tussen C – H	In draf overgaan
8. E – F	Van hand veranderen
9. Tussen A – K	In rechtergalop aanspringen
10.	Rijbaan 1x rond
11. Tussen A – K	In draf overgaan
12. Bij E	Grote volte
13. C – X	Wenden
14. X – K	Wenden
15. K – A – F	Teugels langer laten worden
16. Tussen F – B	Teugels op maat maken
17. Bij E	Grote volte
18. F – X – H	Van hand veranderen en enkele passen sneller laten draven.
19. Tussen M – B	In stap overgaan
20. Tussen B – F	In draf overgaan
21. Bij A	Afwenden
22. Na A	In stap overgaan
23. Bij X	Halthouden
24.	Groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding van de ruiter
29.	Beenligging van de ruiter
30.	Juistheid van de teugelhulpen
31.	Juistheid van de beenhulpen
32.	Juistheid van het tempo
33.	Algemene indruk
34.	Verzorging van de ruiter
35.	Verzorging van paard/pony



Plezier met Dressuur 5 (PD 5)

Gehele proef lichtrijden op het juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

1. A-C	Binnenkomen in draf
2. Bij C	Linkerhand
3. H-X-K	Gebroken lijn (van X naar K doorzitten) daarna lichtrijden
4. Bij A	Slangenvolte 3 bogen (laatste boog doorzitten)
5. Tussen C – H	Linkergalop aanspringen
6. Bij A	Grote volte
7. Tussen M – C	In draf overgaan
8. Tussen H – E	In stap overgaan
9. E – F	Van hand veranderen, daarbij
10.	Enkele passen de stap verruimen
11. Tussen F – A	In draf overgaan
12. K – X – H	Gebroken lijn (vanaf X doorzitten)
13. Tussen C – M	Rechtergalop aanspringen
14. Bij A	Grote volte
15. Tussen A – K	In draf overgaan
16. E – M	Van hand veranderen
17. M – C – H	Teugels langer laten worden
18. Tussen H – E	Teugels op maat maken
19. F – E	Van hand veranderen, daarbij
20.	Enkele passen in stap daarna weer aandraven
21. M – X – K	Van hand veranderen en enkele passen draf versnellen (verruimen)
22. Bij A	Afwenden
23. Na A	In stap overgaan
24. Bij X	Halhouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Contact met mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Activiteit/inwerking van de hulpen
32.	Juistheid van het tempo
33.	Algemene indruk
34.	Verzorging van de ruiter
35.	Verzorging van paard/pony



Plezier met Dressuur 6 (PD 6)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

1. A – C	Binnenkomen in draf
2. Bij C	Rechterhand
3. M – F	Gebroken lijn 5 meter
4. Bij A	Slangenvolte 3 bogen (middelste boog doorzitten)
5. Bij C	Volte 15 meter (doorzitten)
6. Tussen C – M	Rechtergalop aanspringen
7. Bij B	Grote volte
8. Tussen F – A	In draf overgaan
9. K – B	Van hand veranderen (vanaf B doorzitten)
10. Tussen M – C	Linkergalop aanspringen
11. Bij E	Grote volte
12. Tussen K – A	In draf overgaan
13. F – X – H	Van hand veranderen (doorzitten)
14. Bij H	In stap overgaan
15. Bij C	Halthouden, na 4 seconden voorwaarts stap
16. M – E	Van hand veranderen enkele passen stap verruimen
17. E – A	Wenden en daarbij in draf overgaan, bij A linkerhand
18. F – B – M	Teugels langer laten worden
19. Tussen M – C	Teugels op maat maken
20. Bij C	Volte 15 meter
21. H – X – F	Van hand veranderen daarbij enkele passen draf verruimen
22. Bij A	Afwenden
23. Na A	In stap overgaan
24. Bij X	Halthouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Contact met mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Activiteit/inwerking van de hulpen
32.	Juistheid van het tempo
33.	Algemene indruk
34.	Verzorging van de ruiter
35.	Verzorging van paard/pony

Plezier met Dressuur 7 (PD 7)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

1. A-C	Binnenkomen in draf
2. Bij C	Linkerhand
3. E – F	Van hand veranderen (daarbij doorzitten)
4. K – X – H	Gebroken lijn (daarbij doorzitten)
5. H – C	Rechtergalop aanspringen
6. Bij B	Grote volte
7. Tussen A – K	In draf overgaan
8. E – M	Van hand veranderen (daarbij doorzitten)
9. Tussen M – C	Linkergalop aanspringen
10. Bij E	Grote volte
11. Tussen K – A	In draf overgaan
12. Bij A	Slangenvolte 3 bogen (middelste boog doorzitten)
13. Bij C	Grote volte daarbij
14. C – X	Teugels langer laten worden (halsstrekken)
15. X – C	Teugels op maat maken
16. H – X – F	Van hand veranderen enkele passen draf verruimen
17. Voor E	In stap overgaan
18. E – M	Van hand veranderen enkele passen stap verruimen
19. Bij C	In draf overgaan
20. H – X – F	Van hand veranderen, daarbij
21. Bij X	Enkele passen stap, daarna aandraven en gaan doorzitten
22. Bij A	Afwenden
23. Na A	In stap overgaan
24. Bij X	Halthouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Contact met mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Activiteit/inwerking van de hulpen
32.	Juistheid van het tempo
33.	Algemene indruk
34.	Verzorging van de ruiter
35.	Verzorging van paard/pony



Plezier met Dressuur 8 (PD 8)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

1. A – C	Binnenkomen in draf
2. Bij C	Rechterhand
3. M – X – F	Gebroken lijn (doorzitten)
4. K – X – C	Wenden
5. Bij C	Linkerhand
6. Bij E	Door een S van hand veranderen (doorzitten)
7. Bij A	Grote volte, daarbij
8. Tussen A – X	Teugels langer laten worden (halsstrekken)
9. Tussen X – A	Teugels op maat maken
10. K – B	Van hand veranderen (doorzitten)
11. Bij B	In linkergalop aanspringen
12. Bij C	Volte 15 meter
13. Tussen K – A	In draf overgaan
14. F – E	Van hand veranderen (doorzitten)
15. Bij E	In rechtergalop aanspringen
16. Bij C	Volte 15 meter
17. Tussen F – A	In draf overgaan, K doorzitten
18. Bij E	Afwenden en in stap overgaan
19. Bij X	Halhouden 4 seconden stilstaan daarna
20.	Voorwaarts in stap
21. Bij B	Rechterhand en aandraven (doorzitten)
22. Bij A	Afwenden
23. Na A	In stap overgaan
24. Bij X	Halhouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Contact met mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Activiteit/inwerking van de hulpen
32.	Juistheid van het tempo
33.	Algemene indruk
34.	Verzorging van de ruiter
35.	Verzorging van paard/pony



Plezier met Dressuur 9 (PD 9)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

1. A – C	Binnenkomen in draf
2. Bij C	Linkerhand
3. E – X – B	Door een S van hand veranderen (doorzitten)
4. F – D – M	Rechtsomkeert (vanaf M doorzitten)
5. Bij C	Linkergalop aanspringen
6. Bij E	Grote volte
7. Tussen K – A	In draf overgaan
8. F – X – H	Enkele passen draf verruimen
9. Bij C	Rechter galop aanspringen
10. Bij B	Grote volte
11. Tussen F – A	In draf overgaan
12. K – E	In stap overgaan
13. Bij E	Halhouden, na 4 seconden voorwaarts in stap
14. Bij H	In draf overgaan
15. Bij C	Grote volte
16.	Op de grote volte, teugels langer laten worden (halsstrekken) en weer op maat maken
17. M – E	Van hand veranderen (doorzitten)
18. Tussen E – K	In stap overgaan
19. K – A – F	Stap verruimen
20. Bij B	In draf overgaan (doorzitten)
21. M – G – F	Linksomkeert (doorzitten)
22. Bij A	Afwenden
23. Na A	In stap overgaan
24. Bij X	Halhouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Contact met mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Activiteit/inwerking van de hulpen
32.	Juistheid van het tempo
33.	Algemene indruk
34.	Verzorging van de ruiter
35.	Verzorging van paard/pony

Plezier met Dressuur 10 (PD 10)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

1. A – C	Binnenkomen in draf (doorzitten)
2. Bij C	Linkerhand (lichtrijden)
3. H – B	Van hand veranderen
4. F – D – B	Rechtsomkeert (bij B doorzitten)
5. Bij C	Afwenden
6. Tussen G – X	Overgang naar stap
7. Tussen X – D	Overgang naar draf (doorzitten) A rechterhand (blijven doorzitten)
8. Bij H	In rechtergalop aanspringen
9. B – E – B	Grote volte daarbij
10. Tussen B – E	Enkele passen galop verruimen
11. Bij K	In draf overgaan
12. E – M	Van hand veranderen (doorzitten)
13. Bij M	In linkergalop aanspringen
14. E – B – E	Grote volte daarbij
15. E – B	Enkele passen galop verruimen
16. Tussen F – B	In draf overgaan
17. E – X – H	Linksomkeert
18. Bij C	Slangenvolte 3 bogen (doorzitten)
19. E – B – E	Grote volte, daarbij
20.	Halstrekken en teugels op maat maken
21. M – F	Gebroken lijn 5 meter (doorzitten)
22. Bij A	Afwenden
23. Bij X	In stap overgaan
24. Bij G	Halhouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Contact met mond paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Activiteit/inwerking van de hulpen
32.	Juistheid van het tempo
33.	Algemene indruk
34.	Verzorging van de ruiter
35.	Verzorging van paard/pony

Plezier met Dressuur 11 (PD 11)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

1. A – C	Binnenkomen in draf (doorzitten)
2. Bij C	Rechterhand (doorzitten)
3. Bij B	Door een S van hand veranderen (doorzitten)
4. Bij A	Volte 15 meter daarbij halstrekken en teugels op maat maken
5. F – M	Gebroken lijn 5 meter (doorzitten)
6. Bij M	In linkergalop aanspringen
7. E – B – E	Grote volte daarbij tussen E – B galop verruimen
8. Bij E	In draf overgaan
9. Bij A	Afwenden (doorzitten) tussen D – X volte 10 meter links (blijven doorzitten)
10. Tussen X – G	Volte 10 meter rechts
11. Bij C	Rechterhand en voor M in rechtergalop aanspringen
12. B – E – B	Grote volte daarbij tussen B – E galop verruimen
13. Bij A	In draf overgaan
14. K – X – M	Van hand veranderen, daarbij
15.	Draf verruimen
16. Bij C	Doorzitten
17. Bij E	Afwenden en stap overgaan
18. Bij X	4 seconden halthouden, daarna voorwaarts stap
19. Bij B	Linkerhand, daarna tot C stap verruimen
20. Tussen C – H	In draf overgaan (doorzitten)
21. H – K	Gebroken lijn 5 meter (doorzitten)
22. Bij A	Afwenden (doorzitten)
23. Bij X	In stap overgaan
24. Bij G	Halthouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Contact met de mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Activiteit en inwerking van de hulpen
32.	Juistheid van het tempo
33.	Algemene indruk
34.	Verzorging van der ruiter
35.	Verzorging van paard/pony



Plezier met Dressuur 12 (PD 12)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

1. A – C	Binnenkomen in draf (doorzitten), C op de linkerhand
2. H – B	Van hand veranderen
3. F – D – B	Rechtsomkeert (doorzitten)
4. M – G – B	Linksomkeert (doorzitten)
5. B – E	Halve grote volte doorzitten, voor E in rechtergalop aanspringen
6. Bij E	E volte 15 meter, daarna hoefslag volgen
7. M – B – F	Galop enkele sprongen verruimen
8. Tussen K – E	In draf overgaan
9. C – X – K	Wenden
10. K – A – F – B	Halsstrekken en teugels op maat maken, voor B doorzitten
11. B – E	Halve grote volte, voor E in linkergalop aanspringen daarna,
12.	E volte 15 meter, daarna hoefslag volgen
13. F – B – M	Galop enkele sprongen verruimen
14. Tussen H – E	In draf overgaan
15. Bij K	Afwenden en stap overgaan
16. Bij D	4 seconden halthouden, daarna voorwaarts stap
17. Bij F	Linkerhand en aandraven(doorzitten)
18. Bij B	Door een S van hand veranderen (doorzitten, daarna lichtrijden)
19. M – X – K	Van hand veranderen daarbij tussen M – X overgang naar stap
20. X – K	In draf overgaan
21. F – X	Wenden
22. X – G	Wenden
23. Na X	In stap overgaan
24. Bij G	Halthouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Verbinding met de mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Activiteit en inwerking van de hulpen
32.	Juiste basis van stelling en buiging
33.	Juistheid van het tempo
34.	Algemene indruk
35.	Verzorging van paard/pony en ruiter

Plezier met Dressuur 13 (PD 13)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

1. A – C	Binnenkomen in draf (doorzitten), C rechterhand (doorzitten)
2. B – X – M	Rechtsomkeert (bij M lichtrijden)
3. H – X – F	Van hand veranderen en draf verruimen (bij F doorzitten)
4. Bij A	Afwenden en vanaf D enkele passen zijwaarts, korte zijde C rechterhand
5. M - X – K	Van hand veranderen en halsstrekken, daarbij lichtrijden (vanaf K doorzitten)
6. Bij A	Afwenden en vanaf D enkele passen zijwaarts, korte zijde C linkerhand
7. E – X	Afwenden en via stap op X halhouden, 4 seconden stilstaan, daarna
8. X – B	Voorwaarts in draf (doorzitten), B rechterhand
9. Bij A K – B	In stap overgaan Van hand veranderen en stap verruimen
10. Bij B	In draf overgaan
11. H – X – F	Van hand veranderen en daarbij paard de hals laten strekken, voor F teugels weer op maat en vanaf F doorzitten
12. Bij K	In rechtergalop aanspringen
13. M – B	Galop verruimen
14. A – X – A	Grote volte, daarbij,
15. Bij X	In draf overgaan
16. K – B	Van hand veranderen (K doorzitten)
17. Bij M	In linkergalop aanspringen
18. H – E	Galop verruimen
19. A – X – A	Grote volte daarbij
20. Bij X	In draf overgaan
21. Bij A	Slangenvolte 4 bogen (doorzitten)
22. B - X	Halve volte 10 meter
23. Na X	In stap overgaan
24. Bij G	Halhouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Verbinding met de mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Activiteit en inwerking van de hulpen
32.	Juiste basis voor stelling en buiging
33.	Juistheid van het tempo
34.	Algemene indruk
35.	Verzorging van paard/pony en ruiter

Plezier met Dressuur 14 (PD 14)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

1. A – C	Binnenkomen in draf (doorzitten), C Linkerhand
2. H – X – F	Van hand veranderen en draf verruimen (daarbij lichtrijden, F doorzitten)
3. Bij A	Afwenden en vanaf D meerdere passen zijwaarts voor rechterbeen, korte zijde C op rechterhand
4. B – X	Wenden en X volte 10 meter rechts daarna,
5. Bij X	Volte 10 meter links, Bij E linkerhand
6. Bij A	Afwenden en vanaf D meerdere passen zijwaarts voor linkerbeen, korte zijde C op linkerhand en lichtrijden
7. Bij C	Volte 15 meter daarbij hals strekken en voor C teugels weer op maat maken
8. H – B	Van hand veranderen (bij H doorzitten)
9. Bij B	In rechtergalop aanspringen
10. A – X – A	Grote volte daarbij van A – X de galop verruimen
11. K – B	Van hand veranderen daarbij voor B in draf overgaan (B doorzitten)
12. Bij M	In linkergalop aanspringen
13. C – X – C	Grote volte daarbij van C – X de galop verruimen
14. H – B	Van hand veranderen daarbij voor B in draf overgaan
15. A – X – M	Wenden (doorzitten)
16. Bij C	In stap overgaan
17. H – B	Van hand veranderen in middenstap
18. B – A	Wenden
19. Bij K	In draf overgaan (doorzitten)
20. Bij E	Door een S van hand veranderen (daarbij doorzitten)
21. H – X – F	Van hand veranderen in middendraf (F doorzitten)
22. K – X – G	Wenden
23. Na X	In stap overgaan
24. Bij G	Halhouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Verbinding met de mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Activiteit en inwerking van de hulpen
32.	Juiste basis voor stelling en buiging
33.	Juistheid van het tempo
34.	Algemene indruk
35.	Verzorging van paard/pony en ruiter

Plezier met Dressuur 15 (PD 15)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

1. A – C	Binnenkomen in draf (doorzitten), C Rechterhand (doorzitten)
2. M – G – H	Door een S van hand veranderen (blijven doorzitten)
3. E – X	Afwenden en bij X halthouden (4 seconden stilstaan), daarna
4. X – B	Voorwaarts in draf en bij B rechterhand
5. K – X – M	Van hand veranderen in middendraf (bij M doorzitten)
6. Bij C	In linkergalop aanspringen
7. H – E – K	Galop verruimen
8. A – X	Halve grote volte links daarbij op bij X in draf overgaan, gevolgd door
9. X – C	Halve grote volte rechts (doorzitten)
10. Bij C	In rechtergalop aanspringen
11. M – B – F	Galop verruimen
12. A – X	Halve grote volte rechts daarbij op X in draf overgaan, gevolgd door
13. X – C	Halve grote volte links
14. H – X – F	Van hand veranderen in middendraf (bij F doorzitten)
15. Bij A	Afwenden en vanaf D 5 meter wijken voor het rechterbeen, korte zijde C op rechterhand
16. M – E	Van hand veranderen (doorzitten)
17. Bij A	Afwenden en vanaf D 5 meter wijken voor het linkerbeen, korte zijde C op linkerhand en in stap overgaan
18. H – B	Van hand veranderen enkele passen stap uitstrekken.
19. Bij B	In draf overgaan
20. Bij A	Volte 15 meter, daarbij hals laten strekken, voor A teugels weer op maat maken
21. K – X	Wenden (doorzitten)
22. X – G	Wenden (doorzitten)
23. Na X	In stap overgaan
24. Bij G	Halthouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Verbinding met de mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Activiteit en inwerking van de hulpen
32.	Juiste basis voor stelling en buiging
33.	Juistheid van het tempo
34.	Algemene indruk
35.	Verzorging van paard/pony en ruiter

Plezier met Dressuur 16 (PD 16)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

1. A – C	Binnenkomen in draf
2. C	Linkerhand en doorzitten
3. E – X – H	Linksomkeert
4. H – G – E	Rechtsomkeert
5. A	Afwenden 5 meter wijken voor het linkerbeen, daarna rechtuit Op korte zijde C linkerhand en lichtrijden
6. H – X – F	Van hand veranderen in middendraf, bij F doorzitten
7. A	Afwenden 5 meter wijken voor het rechterbeen, daarna rechtuit. Op korte zijde C rechterhand
8. Tussen C – M	Galop rechts aanspringen
9. A	A grote volte daarbij van A-X middengalop
10. K – H	Gebroken lijn 3-5 meter
11. C	In draf overgaan
12. M – X – K	Van hand veranderen daarbij hals laten strekken, voor K teugels op maat
13. A	Galop links aanspringen
14. F – M	Gebroken lijn 3 -5 meter
15. C	Grote volte daarbij van C-X middengalop
16. C	In draf overgaan en doorzitten
17. H – X – F	Van hand veranderen, tussen H-X in stap overgaan
18. X – F	Enkele passen stap uitstrekken
19. A	In draf overgaan en doorzitten
20. K	Door S van hand veranderen
21. B – E	Halve grote volte
22. F – X – G	Wenden
23. Na X	In stap overgaan
24. G	Halhouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap (rijbaan verlaten)
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Verbinding met de mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Impuls en activiteit
32.	Juiste stelling en buiging
33.	Inwerking en reactie op de hulpen
34.	Rijvaardigheid en harmonie
35.	Verzorging van paard/pony en ruiter

Plezier met Dressuur 17 (PD 17)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

1. A – C	Binnenkomen in arbeidsdraf, C rechterhand
2. M – A	Wenden daarbij enkele passen middendraf, A rechterhand en doorzitten
3. K – B	Van hand veranderen
4. B	In linkergalop aanspringen
5. C	Slangenvolte 3 bogen
6. Op A – C	Eerste keer AC-lijn in draf overgaan en doorzitten
7. Op A – C	Tweede keer AC-lijn in linker galop aanspringen
8. F – E	Van hand veranderen en bij E in draf overgaan
9. H – M	Wenden, voor G overgang naar stap
10. G	Halhouden 4 seconden, daarna voorwaarts stap, M rechterhand
11. B – K	Van hand veranderen in uitgestrekte stap
12. K	In draf overgaan doorzitten
13. F – E	Van hand veranderen
14. E	In rechtergalop aanspringen
15. C	Slangenvolte met 3 bogen
16. Op A – C	Eerste keer AC-lijn in draf overgaan en doorzitten
17. Op A – C	Tweede keer AC-lijn in rechter galop aanspringen
18. K – B	Van hand veranderen en bij B in draf overgaan
19. H – B	Van hand veranderen middendraf, B doorzitten
20. 5 meter na A afwenden	Enkele passen wijken voor het linkerbeen richting M, daarna rechtuit op korte zijde linkerhand
21. E	Volte 15 meter, daarbij lichtrijden en de hals laten strekken, voor E teugels op maat en daarna doorzitten
22. 5 meter na A afwenden	Enkele passen wijken voor het rechterbeen richting H, daarna rechtuit op korte zijde rechterhand
23. B – X	Halve volte 10 meter, na X in stap
24. G	Halhouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap (rijbaan verlaten)
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Verbinding met de mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Impuls en activiteit
32.	Juiste stelling en buiging
33.	Inwerking en reactie op de hulpen
34.	Rijvaardigheid en harmonie
35.	Verzorging van paard/pony en ruiter

Plezier met Dressuur 18 (PD 18)

Gehele proef doorzitten

Tenzij lichtrijden wordt gevraagd

1. A – C	Binnenkomen in draf, C rechterhand
2. M – A	Wenden in middendraf daarbij lichtrijden
3. K – E	Schoudervoor (stelling naar binnen)
4. E	Door een S van hand veranderen
5. B – M	Schoudervoor (stelling naar binnen)
6. H – B	Van hand veranderen
7.	Daarbij 'schijnovergang' naar stap
8. 5 meter na A afwenden	5 meter wijken voor het linkerbeen richting M, daarna rechtuit op korte zijde linkerhand
9. Voor H	In stap overgaan
10. H – M	Wenden, halthouden op G
11. G	Een enkele pas achterwaarts
12. G – M	Voorwaarts stap, M rechterhand
13. B – K	Van hand veranderen daarbij uitgestrekte stap, tussen K-A in draf overgaan
14. 5 meter na A afwenden	5 meter wijken voor het rechterbeen richting H, daarna rechtuit op korte zijde rechterhand
15. M	In galop rechts aanspringen
16. B – F – A	Middengalop
17. K – H	Gebroken lijn 5 meter
18. M – X – K	Van hand veranderen, X in draf overgaan
19. K	Galop links aanspringen
20. F – M	Gebroken lijn 5 meter
21. C – H – E	Middengalop
22. F – X – H	Van hand veranderen, X in draf overgaan
23. B	Volte 15 meter daarbij hals laten strekken, daarbij lichtrijden. Voor B teugels op maat
24. A – X – G	Afwenden, X in stap, G halthouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap (rijbaan verlaten)
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Verbinding met de mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Impuls en activiteit
32.	Juiste stelling en buiging
33.	Inwerking en reactie op de hulpen
34.	Rijvaardigheid en harmonie
35.	Verzorging van paard/pony en ruiter

Plezier met Dressuur 19 (PD 19)

Gehele proef doorzitten

Tenzij lichtrijden wordt gevraagd

1. A – C	Binnenkomen in draf, C rechterhand
2. M – X – K	Van hand veranderen in middendraf daarbij lichtrijden
3. F – B	Schoudervoor
4. B – H	Van hand veranderen en 'schijfvergang' naar stap
5. C	Afwenden, tussen G-X volte 10 meter links
6. D	Tussen X-D volte 10 meter rechts, A rechterhand
7. K – E	Schoudervoor
8. E – M	Van hand veranderen en 'schijfvergang' naar stap
9. C	Overgang naar stap
10. H – G – M	Wenden, halthouden op G
11. G	2-3 passen achterwaarts, daarna voorwaarts stap, M rechterhand
12. B – A	Wenden in uitgestrekte stap
13. A	In draf overgaan
14. Tussen K – E	Galop rechts aanspringen
15. E – B	Halve grote volte in middengalop
16. K – X – C	Wenden
17. C	Rechterhand en in draf overgaan
18. M – X – K	Van hand veranderen hals laten strekken daarbij lichtrijden, voor K teugels op maat
19. Tussen F – B	Galop links aanspringen
20. B – E	Halve grote volte in middengalop
21. F – X – C	Wenden
22. C	Linkerhand en in draf overgaan
23. E	Halve volte 10 meter, na X overgang naar stap
24. G	Halthouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap (rijbaan verlaten)
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Verbinding met de mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Impuls en activiteit
32.	Juiste stelling en buiging
33.	Inwerking en reactie op de hulpen
34.	Rijvaardigheid en harmonie
35.	Verzorging van paard/pony en ruiter

Plezier met Dressuur 20 (PD 20)

Gehele proef doorzitten

Tenzij lichtrijden wordt gevraagd

1. A – C	Binnenkomen in draf, C linkerhand
2. H – B	Van hand veranderen in middendraf lichtrijden
3. K – E	Enkele passen schouderbinnenwaarts
4. E	Door een S van hand veranderen
5. B – M	Enkele passen schouderbinnenwaarts, C overgang stap
6. H – X – K	Gebroken lijn, H-X uitgestrekte stap
7. X – K	In draf overgaan
8. A – M	Wenden en 'schijnovergang' naar stap rijden
9. H – B	Van hand veranderen op A-C lijn in galop rechts aanspringen
10. B – F – A	Middengalop
11. K – H	Gebroken lijn 5 meter
12. C – A	Slangenvolte met 3 bogen. Op middenlijn door enkele drafpassen van galop wisselen
13. K	Overgang naar draf
14. E	Volte 15 meter daarbij halsstrekken en lichtrijden. Voor E teugels op maat
15. M – E	Van hand veranderen en op A-C lijn in galop links aanspringen
16. E – K – A	Middengalop
17. F – M	Gebroken lijn 5 meter
18. C – A	Slangenvolte met 3 bogen. Op middenlijn door enkele drafpassen van galop wisselen
19. F	Overgang draf, voor B in stap
20. B	Afwenden, X halthouden
21. X	2-3 passen achterwaarts, voorwaarts in stap
22. E	Linkerhand en in draf overgaan
23. A	Afwenden, X overgang naar stap
24. G	Halthouden en groeten
25.	Voorwaarts in stap (rijbaan verlaten)
26.	De houding van de ruiter
27.	De zit van de ruiter (volgen van de beweging)
28.	Handhouding en teugelhulpen van de ruiter
29.	Verbinding met de mond van het paard/pony
30.	Beenligging en beenhulpen van de ruiter
31.	Impuls en activiteit
32.	Juiste stelling en buiging
33.	Inwerking en reactie op de hulpen
34.	Rijvaardigheid en harmonie
35.	Verzorging van paard/pony en ruiter

9. PVa-proeven

In dit proevenboek staan de voorleesprotocollen van PVa 1 t/m PVa 5. De ruitersprotocollen zijn door de manegehouder of organisatie te downloaden via de website van de FNRS.

Achterin dit proevenboek staat een afbeelding van een rijbaan met de bijbehorende letters en plattegronden van de parcoursen. Ook is er een gelegenheid om aantekeningen te maken



Plezier met Vaardigheid 1 (PVa 1)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij anders wordt gevraagd

1. A – F – B	Binnenkomen in draf op linkerhand
2. H – E – K	Lange zijde verlichte zit
3. Na A	Afwenden en slalommen door de pionnen. Eerste pilon links beginnen, aan het einde korte zijde linkerhand
4. Tussen H – E	In stap overgaan
5. Tussen E – K	In draf overgaan
6. F – E	Van hand veranderen, daarbij verlichte zit en daarna verlichte zit blijven
7. M – B – F	Op lange zijde verlichte zit en het paard belonen op de hals om beurten met zowel linker- als rechterhand. Na F lichtrijden.
8. A	Afwenden
9. Voor X	In stap overgaan
10.	Tussen de staanders stilstaan, voerschip overzetten van de ene naar de andere staander
11.	Daarna voorwaarts in stap overgaan
12. C	Linkerhand en aandraven
13. E	Afwenden
14. B	Rechterhand
15. K – X – H	Gebroken lijn, daarbij tussen K – X tussen de balken door
16. Tussen X – H	Over de balken in verlichte zit
17. B – K	Van hand veranderen, daarbij tussen de balken door draven
18. A – X – H	Wenden, X – H over de balken daarbij verlichte zit
19. C – X – K	Wenden, X – K tussen balken door draven
20. A	Afwenden
21. Voor X	In stap overgaan
22. Na X	Halhouden en groeten
23.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
24.	De houding van de ruiter (ook in verlichte zit)
25.	De zit van de van ruiter (volgen van de beweging)
26.	Handhouding en juistheid der teugelhulpen
27.	Beenligging en juistheid der beenhulpen
28.	Juistheid van het tempo
29.	Algemene indruk
30.	Verzorging van ruiter en paard



Plezier met Vaardigheid 2 (PVa 2)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij anders wordt gevraagd

1. A – F	Binnenkomen in draf op linkerhand
2. H – X – K	Gebroken lijn daarbij tussen H – X in verlichte zit over de balken
3. A	Afwenden en voor X in stap overgaan
4.	Tussen de staanders halthouden en voerschep overzetten van de ene naar de andere stander. Daarna voorwaarts in stap.
5. C	Bij C rechterhand en aandraven
6. M – X – K	Van hand veranderen daarbij verlichte zit en het paard belonen op de hals om beurten met zowel linker- als rechterhand. Na K lichtrijden.
7. Na A	Afwenden en slalommen door de pilonen. Eerste pilon links beginnen, aan het einde korte zijde linkerhand.
8. Tussen C – H	In linker galop aanspringen
9. K – A – F	Korte zijde enkele sprongen verlichte zit
10. Tussen C – H	In draf overgaan
11. E – A	Wenden en kruisje springen, daarbij verlichte zit
12. F – X – H	Van hand veranderen daarbij verlicht zitten en over balken draven. Na H lichtrijden.
13. B	Afwenden, voor X in stap overgaan
14. E	Rechterhand en aandraven
15. Tussen C – M	In rechter galop aanspringen
16. F – A – K	Korte zijde enkele sprongen verlichte zit
17. Tussen C – M	In draf overgaan
18. A – E	Wenden en kruisje springen, daarbij verlichte zit
19. H	Afwenden en over balk in verlichte zit
20. M	Rechterhand
21. A	Afwenden en arbeidsstap
22. Bij X	Halthouden en groeten
23.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
24.	De houding van de ruiter (ook in verlichte zit)
25.	De zit van de van ruiter (volgen van de beweging)
26.	Handhouding en juistheid der teugelhulpen
27.	Beenligging en juistheid der beenhulpen
28.	Juistheid van het tempo
29.	Algemene indruk
30.	Verzorging van ruiter en paard



Plezier met Vaardigheid 3 (PVa 3)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij anders wordt gevraagd

1. A – K	Binnenkomen in draf op rechterhand
2. Na C	Afwenden, verlichte zit en slalommen door de pilonnen. Eerste pilon links beginnen, aan het einde korte zijde rechterhand
3. K – X – M	Van hand veranderen, daarbij verlichte zit en het paard belonen om beurten met zowel linker- als rechterhand. Na M lichtrijden
4. C	Afwenden en in stap overgaan
5.	Bij de staanders halthouden en voerschep overzetten van de ene naar de andere staander, daarna voorwaarts in stap
6. X – F	Wenden en bij X in draf overgaan
7. A – E	Wenden en kruisje springen, daarbij verlichte zit
8. Tussen H – C	In rechtergalop aanspringen
9. B – E	Halve grote volte daarbij enkele galop sprongen verlichte zit
10. Voor H	Wenden en balk springen, daarbij verlichte zit
11. Bij M	Hoefslag rechts volgen
12. Tussen F – A	In draf overgaan
13. K – B	Van hand veranderen
14. Tussen M – C	In linkergalop aanspringen
15. E – B	Halve grote volte daarbij enkele galop sprongen verlichte zit
16. Voor M	Wenden en balk springen, daarbij verlichte zit
17. Bij H	Hoefslag links volgen
18. Tussen K – A	In draf overgaan
19. B – E	Halve grote volte
20. E – A	Wenden en kruisje springen, daarbij verlichte zit
21. F – X – G	Wenden, na X in stap overgaan
22. Bij G	Halthouden en groeten
23.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
24.	De houding van de ruiter (ook in verlichte zit)
25.	De zit van de van ruiter (volgen van de beweging)
26.	Handhouding en juistheid der teugelhulpen
27.	Beenligging en juistheid der beenhulpen
28.	Juistheid van het tempo
29.	Algemene indruk
30.	Verzorging van ruiter en paard

Plezier met Vaardigheid 4 (PVa 4)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij anders wordt gevraagd

Vlak voor of na sprong is galop mogelijk

1. A – K	Binnenkomen in draf op rechterhand
2. M – B – F	Lange zijde verlichte zit en enkele passen teugels in één hand om beurten met de linker- en rechterhand op de rug
3. Tussen K – E	Wenden richting hindernis 3
4.	Hindernis 3 springen, daarbij verlichte zit. Hoefslag links volgen
5. Tussen H – E	Wenden richting hindernis 2
6.	Hindernis 2 springen, daarbij verlichte zit. Hoefslag rechts volgen
7. Tussen H – C	Rechtergalop aanspringen
8. M – B – F	Lange zijde verlichte zit tot F
9. A – X	Halve grote volte
10. Bij X	Overgang naar draf, B rechterhand
11. Tussen F – A	In stap overgaan
12. Tussen A – K	In draf overgaan
13. Tussen M – B	Wenden richting hindernis 1
14.	Hindernis 1 springen, daarbij verlichte zit. Hoefslag links volgen
15. Tussen A – F	Linkergalop aanspringen
16. F – B – M	Lange zijde verlichte zit tot M
17. C – X	Halve grote volte
18. Bij X	Overgang naar draf, B linkerhand
19. Tussen C – H	Wenden richting hindernis 4
20.	Hindernis 4 springen, daarbij verlichte zit. Hoefslag rechts volgen
21. K – X – G	Wenden en bij X in stap overgaan
22. G	Halhouden en groeten
23.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
24.	De houding van de ruiter (ook in verlichte zit)
25.	De zit van de van ruiter (volgen van de beweging)
26.	Handhouding en juistheid der teugelhulpen
27.	Beenligging en juistheid der beenhulpen
28.	Juistheid van het tempo
29.	Algemene indruk
30.	Verzorging van ruiter en paard

Plezier met Vaardigheid 5 (PVa 5)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

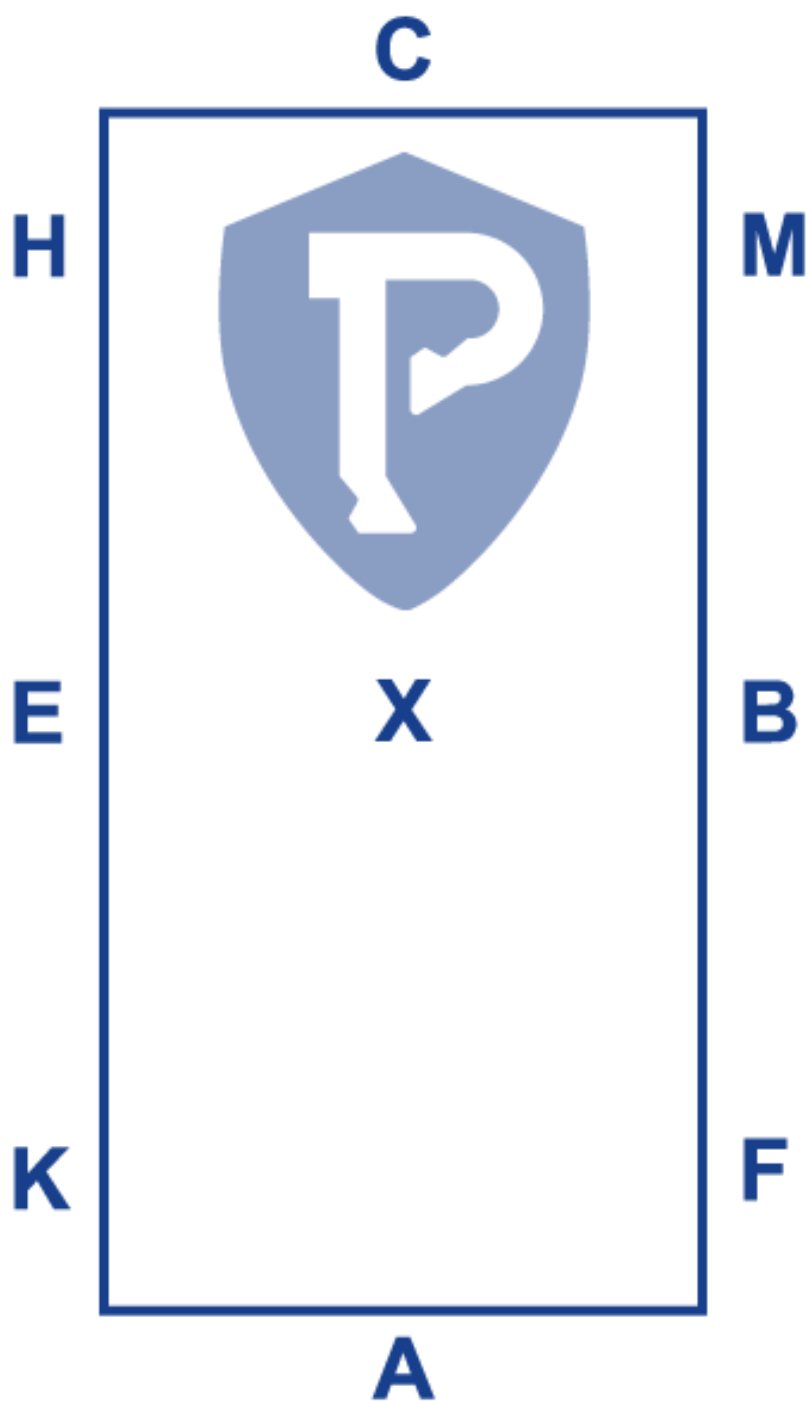
Tenzij anders wordt gevraagd

Vlak voor of na sprong is galop mogelijk

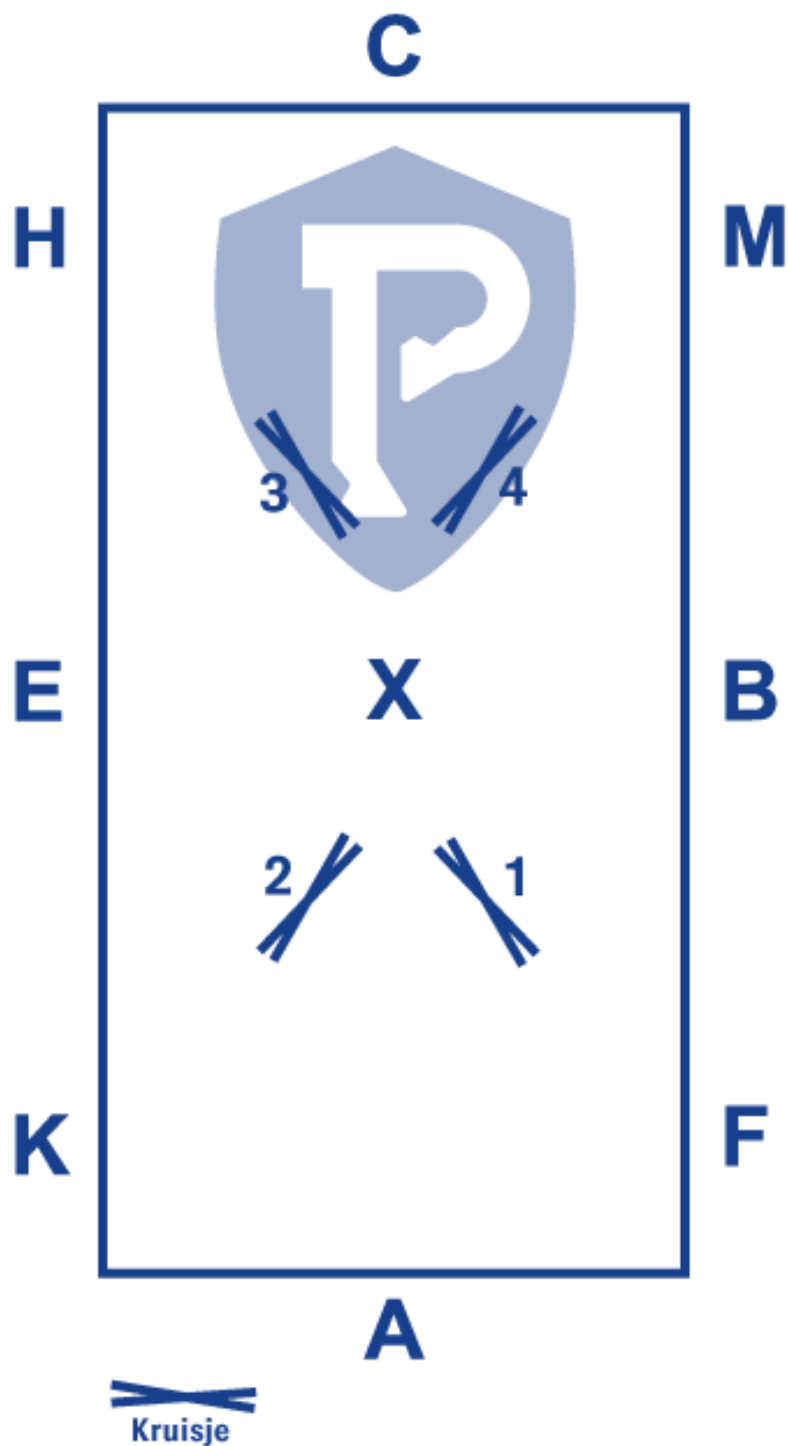
1. A – F	Binnenkomen in draf op linkerhand
2. C – X – K	Wenden, daarbij verlichte zit tot K
3. Tussen F – B	Wenden richting hindernis 4
4.	Hindernis 4 springen, daarbij verlichte zit. Daarna in rechtergalop blijven of aanspringen en hoefslag rechts volgen
5. C – X – C	Grote volte in verlichte zit
6. Tussen M – B	Wenden richting hindernis 1 en vanuit galop
7.	Hindernis 1 springenl, in verlichte zit, daarna in draf hoefslag links volgen
8. A – X	Halve grote volte
9. Bij X	In stap overgaan, E rechterhand
10. Tussen E – H	Paard/pony hals laten strekken
11. Tussen H – C	Teugels op maat maken
12. Bij C	In draf overgaan
13. M – X – A	Wenden, daarbij verlichte zit tot A, A rechterhand
14. K – H	Gebroken lijn 5 meter in verlichte zit
15. C – X – F	Wenden
16. Tussen K – E	Wenden richting hindernis 3
17.	Hindernis 3 springen, in verlichte zit, daarna in linkergalop blijven of aanspringen en hoefslag links volgen
18. C – X – C	Grote volte in verlichte zit
19. Tussen H – E	Wenden richting hindernis en vanuit galop
20.	Hindernis 2 springen, in verlichte zit, daarna in draf overgaan en hoefslag rechts volgen
21. K – X – G	Wenden, X in stap overgaan
22. G	Halhouden en groeten
23.	Voorwaarts in stap de rijbaan verlaten
24.	De houding van de ruiter (ook in verlichte zit)
25.	De zit van de van ruiter (volgen van de beweging)
26.	Handhouding en juistheid der teugelhulpen
27.	Beenligging en juistheid der beenhulpen
28.	Juistheid van het tempo
29.	Algemene indruk
30.	Verzorging van ruiter en paard



11. Rijbaan



13. Parcours PVa 4 en PVa 5



14. Colofon

Dit proevenboek is een uitgave van Plezier met Paarden van de Federatie van Nederlandse Ruitersportcentra (FNRS).

FNRS

De Beek 125
3852 PL Ermelo
088 02 24 300

www.fnrs.nl

www.pleziermetpaarden.nl

info@pleziermetpaarden.nl

Hoewel bij deze uitgave de uiterste zorg is nagestreefd, kan voor (druk)fouten en andere onvolkomenheden niet worden ingestaan en aanvaardt de uitgever daarom geen aansprakelijkheid.

© FNRS Ermelo – oktober 2025

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de FNRS.

