

# İÇİNDEKİLER

İçindekiler / **sayfa 1**

**BÖLÜM 1-5'in resmî programı / sayfa 2-5 arası**

At veya pony / **sayfa 6**

İnsanların atlarla olan ortak noktaları / **sayfa 7**

İnsanların atlardan farklılıkları / **sayfa 8**



## BÖLÜM 1

- Binicilik sporunda branşlar / **sayfa 9**
- İnsan ile atların karşılaştırılması / **sayfa 10**
- Atın veya pony'nin başlıca dış bölümleri / **sayfa 11**
- Atın donları (renkleri) / **sayfa 12 ve 13**
- Ata yaklaşmak / **sayfa 14 ve 15**
- Yular takmak ve bağlamak / **sayfa 15 ve 16**
- Tımar yapmak / **sayfa 17 ve 18**
- Başlık çıkarmak / **sayfa 19**
- Eyer çıkarmak / **sayfa 19 ve 20**
- Atınızı yedekte gezdirmek / **sayfa 21**
- Manej trafiği ve kuralları / **sayfa 22 ve 23**
- Ata veya pony'e binmek ve atlamak / **sayfa 24 ve 25**
- Dizginleri tutmak / **sayfa 26 ve 27**
- Dengenizi sağlamak / **sayfa 28 ve 29**

## BÖLÜM 3

- Altlık / **sayfa 43**
- Atın başı ve ayakların dış bölümleri / **sayfa 44 ve 45**
- Ayak ve nal / **sayfa 46 ve 47**
- Ayakların ve bacakların bakımı / **sayfa 48 ve 49**
- Yürüyüşler. Adeta, süratli, hafif süratli, dörtnal / **sayfa 50-52**
- Dönmek / **sayfa 53-55**
- Atlamak / **sayfa 56 ve 57**
- Malzemelerin ayarlanması / **sayfa 58**
- Bir engeli atlama öncesi ve sonrasında atın yürüyüşünün ve hızın kontrol edilmesi / **sayfa 59**
- Bir engelin öncesinde ve sonrasında yönün kontrol edilmesi. Bu engelin öncesinde ve sonrasında yapılan geniş eğri / **sayfa 59 ve 60**

## BÖLÜM 2

- Atların donları, nişaneler ve özellikleri / **sayfa 30 ve 31**
- Yular - Tam bir tımar yapmak / **sayfa 32 ve 33**
- Eyer - Atı kapatmak / **sayfa 34 ve 35**
- Başlık - Başlık takmak - çıkarmak / **sayfa 36 ve 37**
- Örtü takıp - çıkarmak / **sayfa 38**
- Malzemelerin bakımı / **sayfa 39**
- Yardımlar / **sayfa 40**
- Atın hareketleri - atı ileri sürmek - yavaşlatmak - durdurmak / **sayfa 41 ve 42**

## BÖLÜM 4

- Atların veya pony'lerin, ahırlarda, çalışma alanlarında ve dışarıdaki davranışları / **sayfa 61-63**
- Beslenme, Besinler / **sayfa 64 ve 65**
- Günlük bakım / **sayfa 66**
- Çalışma sırasında kullanılan koruyucu malzemeler / **sayfa 67**
- Taşıma için kullanılan koruyucu malzemeleri / **sayfa 68**
- Yardımların uygulanması ve müşterek kullanılması / **sayfa 69**
- Sağrının hareketi / **sayfa 70**
- İstenecek yanda doğru dörtnal yapmak / **sayfa 71**
- Atınızı sürerken engel atlamak / **sayfa 71**
- Binicinin kıyafeti / **sayfa 72**
- Manej figürleri / **sayfa 73**
- Değişik engeller / **sayfa 74**

## BÖLÜM 5

- Lonj / **sayfa 75-77**
- Ağızlık demiri / **sayfa 77 ve 78**
- Bandaj / **sayfa 78**
- Sağlık / **sayfa 79 ve 80**

# BÖLÜM 1

## RESMİ PROGRAM

Atınızı tımar ettikten ve yedekte gezdirebildikten sonra, adeta ve süratlide gidebilmelisiniz.

### Binicilik

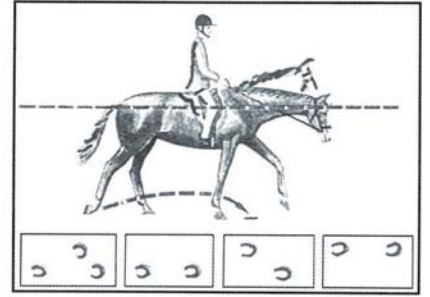
#### Adeta

- ▼ Oturarak dengenizi bulmak
- ⇅ Durmak
- ⇅ Atınızı adetada sürmek
- ⇅ Adeta
- ➔ Dairede atınızı sürmek

- ▼ Dengede durmak
- ⇅ İlerlemek
- ➔ Dönmek

#### Süratli

- ▼ Dengenizi bulmak
- ⇅ Süratlide sürmek
- ⇅ Süratli
- ⇅ Adetayla dönmek



#### Dörtal

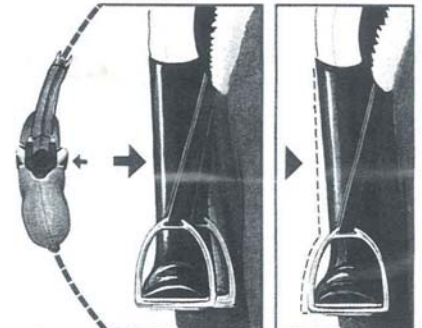
- ▼ Dengenizi bulmak

### Bakımlar

- Ata yaklaşmak, yular takmak ve bağlamak
- Tımar yapmak
- Atınızı yedekte gezdirmek
- Başlık çıkarmak, eyer çıkarmak

### Bilgiler

- At eşliğinde yapılan değişik disiplinler
- Atın veya pony'nin başlıca dış bölümleri
- Atın renkleri
- Tımarın diğer malzemeleri
- Güvenlik ve iz kuralları (manej trafiği ve kuralları)



## BÖLÜM 2

### RESMİ PROGRAM

Atınıza tam bir tımar yaptıktan, başlığı ve eyeri taktıktan sonra artık adeta, süratli ve dörtnalda gidebilmelisiniz.

#### Binicilik

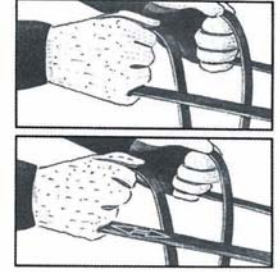
##### Adeta

- ▼ Oturarak bulduğunuz dengeyi sağlamlaştırmak
- ↑ İstenilen yürüyüşe geçebilmek
- ➔ Dar eğrilerde sürmek (küçük yılankevilerde binmek)

- ▼ Dengede durmak
- ↑ İlerlemek
- ➔ Dönmek

##### Süratli

- ▼ Dengenizi bulmak
- ▼ Hafif süratlide dengeyi bulmak
- ↑ İstenilen yürüyüşe geçebilmek
- ➔ Geniş eğrilerde sürmek (büyük yılankevilerde binmek)



##### Dörtnal

- ▼ Oturarak dengeyi bulmak (doğru oturuş)
- ▼ Üzengiler üzerinde dengeyi bulmak (hafif oturuş)
- ↑ İstenilen yürüyüşe geçebilmek
- ↑ Dörtnala gitmek

##### Atlamada ve/veya arazide

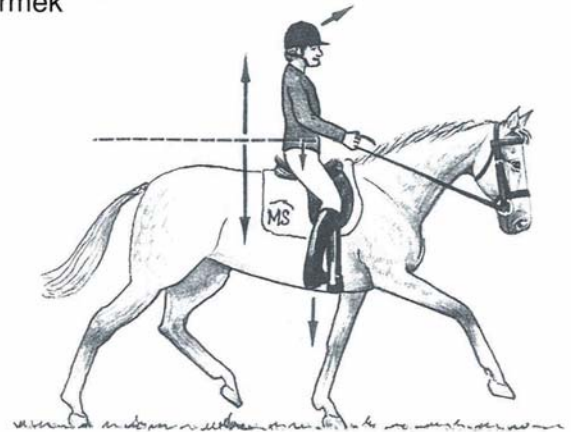
- ▼ Üzengilerin üzerinde, alanlarda veya kavaletolardan geçerken dengeyi bulmak
- ↑ Kavalet o atlamadan önce, yürüyüşünüzü devam ettirmek

#### Bakımlar

- Tam bir tımar yapmak
- Başlık takmak ve eyer kapatmak
- Örtü takıp – çıkarmak
- Malzemelerin bakımı

#### Bilgiler

- Yuların, başlığın ve eyerin bölümleri
- Donların özellikleri (bacaklardaki ve kafalardaki beyaz lekeler - nişaneler)
- Doğal ve yapay yardımlar (Temel uyarı ve yardımlar, Yardımcı uyarı ve yardımlar)
- Atınızın hareketi
- İlerlemek için kullanılan yardımlar



## BÖLÜM 3

### RESMİ PROGRAM

Atınızın bakımını yapabiliyorsanız, malzemeleri tanıyor ve bakımını yapabiliyorsanız, üç yürüyüş şeklinde atınızı engellerden atlatabilmelisiniz.

#### Binicilik

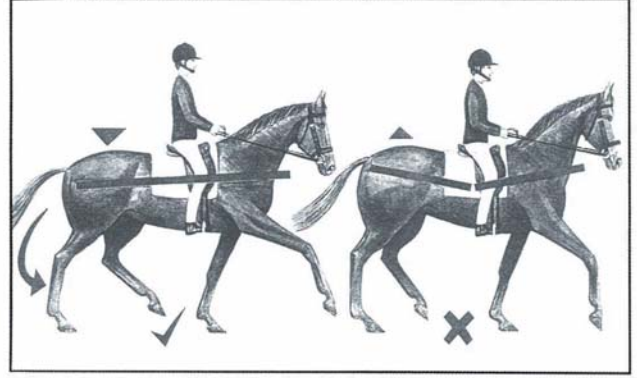
##### Adeta

- ⇅ Tek başınıza ilerlemek
- ⇅ Belli bir noktaya adetada gidip dönmek

- ▼ Dengede durmak
- ⇅ İlerlemek
- ➔ Dönmek

##### Süratli

- ▼ İstedığınız yanda hafif süratli gitmek
- ▼ Üzengilerin üzerinde dengenizi bulmak
- ⇅ Tek başınıza ilerlemek
- ⇅ Belli bir noktaya, süratlide gidip dönmek
- ➔ Dar eğrilerde atı sürebilmek



##### Dörtnal

- ▼ Oturarak dengenizi bulmak
- ⇅ Tek başınıza ilerlemek
- ⇅ Belli bir noktaya, doğru ayak üzerinde dörtnalda gitmek

##### Atlama ve/veya değişken alan (arazi)

- ▼ Üzengilerin üzerinde, atlamalarda, arazide dengenizi bulmak
- ⇅ Engel atlamadan önce, temponuzu kontrol etmek
- ➔ Engel atladıktan sonra, temponuzu sürdürmek

#### Bakımlar

- Çalışmalardan önce ve sonra, ayakların bakımı ve kontrol edilmesi
- Altılığın bakımı
- Malzemelerin ayarlanması

#### Bilgiler

- Kafanın ve bacakların dış bölümleri
- Nalın ne işe yaradığının bilinmesi
- Yürüyüşler hakkında bilgi (hız, mekanizma..)
- Neden hafif süratlide, ön arka çaprazın değiştirilmesi gerekir?
- Dönmek için yerine getirdiğimiz yardımlar: iki dizgin tek elde, birer elde

## BÖLÜM 4

### RESMİ PROGRAM

Atınızın bakımını, isteklerini bildikten sonra artık üç yürüyüş şeklinde çok iyi gidebilmelisiniz.

#### Binicilik

##### Adeta

- ↓ Hızı kontrol etmek
- ➔ Sağrının hareket etmesi
- ➔ Dar eğrilerin arka arkaya sıralanması-yıllankaviler

- ▼ Dengede durmak
- ↓ İlerlemek
- ➔ Dönmek

##### Süratli

- ▼ Yön değiştirirken ve hız ayarlaması sırasında, hafif süratlilde dengeyi bulmak
- ▼ Oturarak dengeyi bulmak
- ↓ Hızınızı kontrol etmek
- ➔ Geniş eğrilerin arka arkaya sıralanması -yıllankaviler

##### Dörtnal

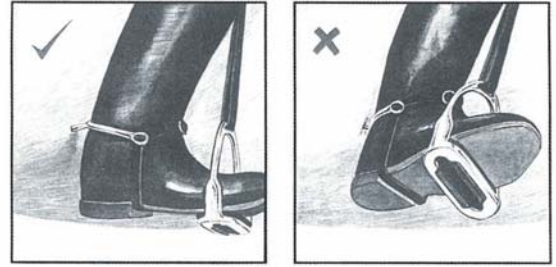
- ▼ Üzengilerin üzerinde dengeyi sağlamak
- ▼ Oturarak ve uyum içerisinde dörtnala gitmek
- ↓ Adetadan dörtnala geçiş yapmak, doğru ayak üzerinde
- ↓ Hızınızı kontrol etmek
- ➔ Geniş yıllankavilerde binmek

##### Atlama

- ▼ Üzengilerin üzerinde, dengeyi bulmak
- ↓ Hızınızı ve yürüyüşünüzü kontrol etmek
- ➔ Engel atlayarak ileri gitmek

##### Değişken alanlar

- ▼ Dengeyi bulmak
- ↓ Hızınızı ve yürüyüşünüzü kontrol etmek
- ➔ İleri sürmek



#### Bakımlar

- Çalışma sırasında kullanılan güvenlik malzemeleri (getr v.b...)
- At Taşıma için kullanılan güvenlik malzemeleri

#### Bilgiler

- Beslenme hakkında bilgiler
- Günlük bakım hakkında bilgiler
- Atların veya pony'lerin, ahırlarda, çalışma alanlarında ve dışarıdaki davranışları
- Dışarıda, uyulması gereken kurallar
- Yardımların uyumu
- Sağ ve sol yanda dörtnala gitmenin mekanizması

## BÖLÜM 5

### RESMİ PROGRAM

#### Bu kitaba ek konular:

- Lonj
- Ağızlık demiri
- Bandaj
- Sağlık

## AT VEYA PONY

Pony ile atın farkı nedir?

Pony'ler ve atların tek bir farkı vardır "BOYLARI".

Cidago kemiğinden ölçülerek 1.48 m'nin altında kalan küçük atlara "pony" denir.

Eğitmenler cidago kemiğine koydukları bir cetvel yardımıyla bir atı pony'den ayırt edebilirler.

Boylarına göre ayrılmış 4 çeşit pony vardır:

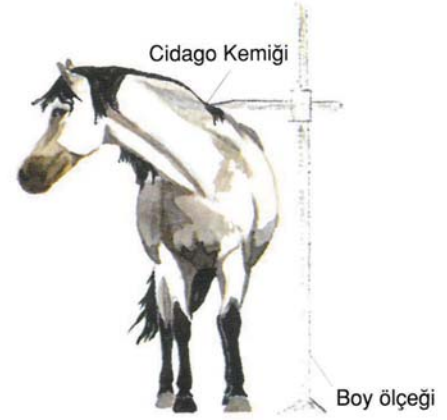
Pony A < 1,08

1,08 > Pony B < 1,30

1,30 > Pony C < 1,40

1,40 > Pony D < 1,48

Nalı olan pony'lerin boyları 1cm değişiklik gösterebilir.



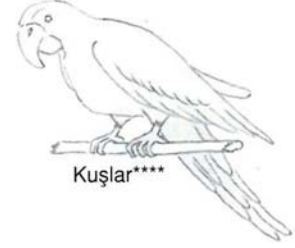
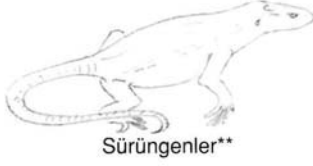
# İNSANLARIN ATLARLA OLAN ORTAK NOKTALARI

Pony'ler, atlar ve insanlar omurgalı grubuna aittir (omur kemikli hayvanlardır ve genelde 2 çift kol veya bacağı vardır) ve daha doğrusu memeli hayvanlar grubuna girerler. Memelilerin dünyaya gelişi yakın bir zamandadır ve yaklaşık 5000 çeşit memeli vardır.

Omurgalılar:

Belli başlı beş çeşit omurgalı vardır, beyin gücü sırasına göre (yıldızla sınıflandırılmıştır)

- balıklar \*
- sürüngenler \*\*
- kurbağagiller \*\*\*
- kuşlar \*\*\*\*
- memeliler (balinalar ve yunuslar dahil) \*\*\*\*\*



Memeliler\*\*\*\*\*



Memelilerin başlıca özellikleri:

- memeler
- tüylü deri
- 4 boşluklu kalp
- az çok gelişmiş beyin

Belli bir vücut ısıları vardır ve doğurgandırlar (yavrular yumurtadan çıkmaz)

Pony'ler, atlar ve insanlarda kafa, boyun, vücut ve dört bacağı (insanda 2 kol 2 bacak) vardır.

# İNSANLARIN ATLARDAN FARKLILIKLARI

İNSANLAR	ATLAR
<b>Dış Görünüş (yapı ve şekil)</b>	
2 kol	2 ön ayak
2 bacak	2 arka ayak
2 el, her birinde 5 parmak	dört ayak ve birer parmak
2 ayak her birinde 5 parmak	
2 köprücük kemiği	1 kuyruk
<b>Yürüme Şekli</b>	
2 ayak üzerinde	4 ayak üzerinde
<b>Omur Kemiğinin Şekli</b>	
Dikey	Yatay



İNSANLAR	ATLAR
- 2 ayak üzerinde dikey şekil	- 4 ayak üzerinde yatay şekil
Etçil	Gıda
9 ay	Gebelik
37 derece	Vücut Isısı
	Otçul
	11 ay
	38 derece



## BÖLÜM

## 1

BİNİCİLİK SPORUNDA  
BRANŞLARAt Terbiyesi  
(Dresaj)

Konkurkomple



Pony engel atlama



Pony konkurkomple



Atlı dayanıklılık yarışmaları



Voltij



Horseball

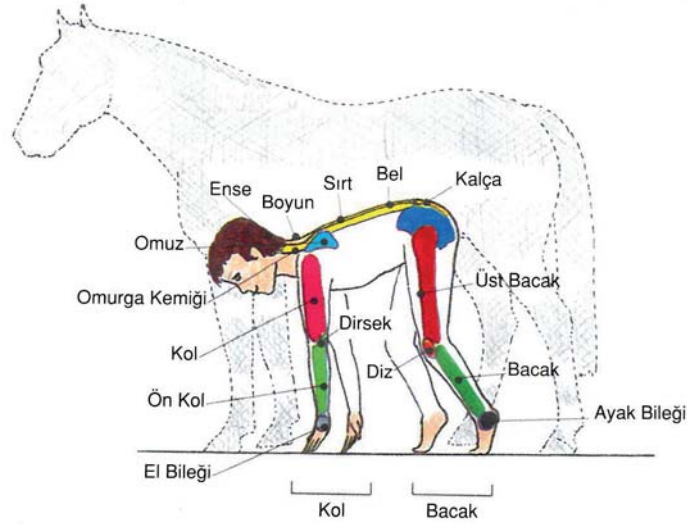
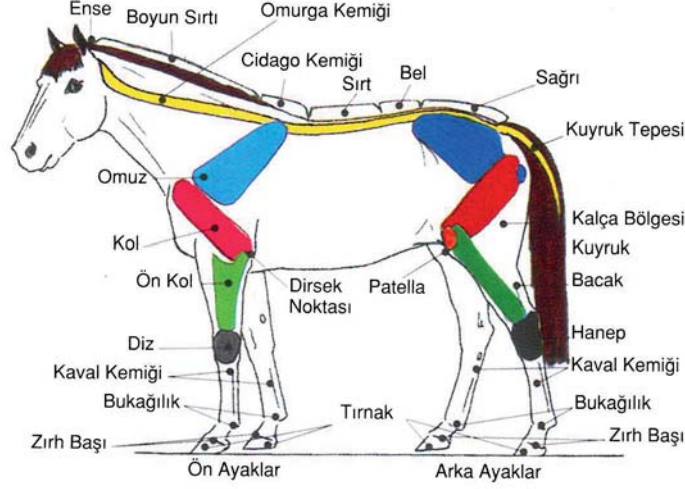


Atlı Araba



## İNSAN İLE ATLARIN KARŞILAŞTIRILMASI

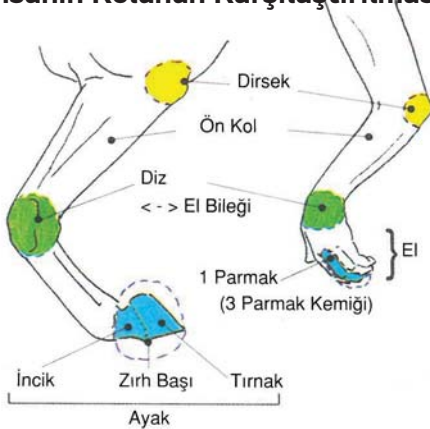
Atların veya pony'lerin yürüme mekanizmalarını daha iyi anlamak için, atın vücudunu insaninkiyile karşılaştırmalısınız. Atın bacaklarındaki hassaslık daha çabuk ortaya çıkar. Nedeni ise, onlar tek parmak üzerinde yürürler (tırnak), insanlar ise iki ayakları üzerinde yürürler (bir ayakta, topuk, taban ve 5 parmak vardır).



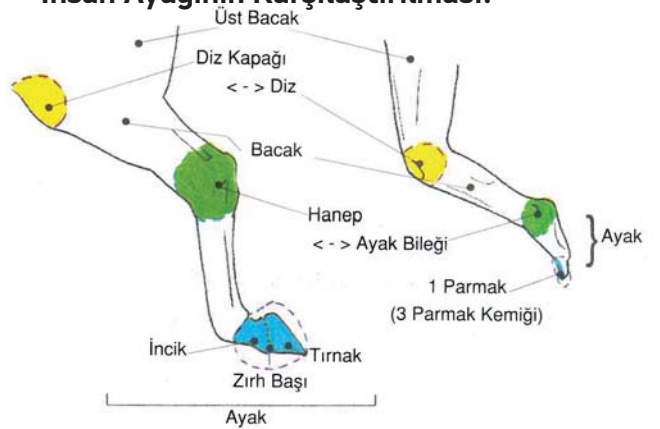
**Bir çocuğun vücuduyla bir atın veya pony'nin vücudunun karşılaştırılması.**

Görüyoruz ki atın “dizi” olarak geçen bölüme, insan vücudunda bileğe denk geliyor ve atın ön ayağında yer alıyor. Ayrıca, insanın dizi olarak geçen bölüme de, atın vücudunda “diz kapağı” denk geliyor ve atın arka ayağında yer alıyor.

**Atın veya Pony'nin Ön Ayağıyla, İnsanın Kolumun Karşılaştırılması.**



**Atın veya Pony'nin Arka Ayağıyla, İnsanın Ayağının Karşılaştırılması.**



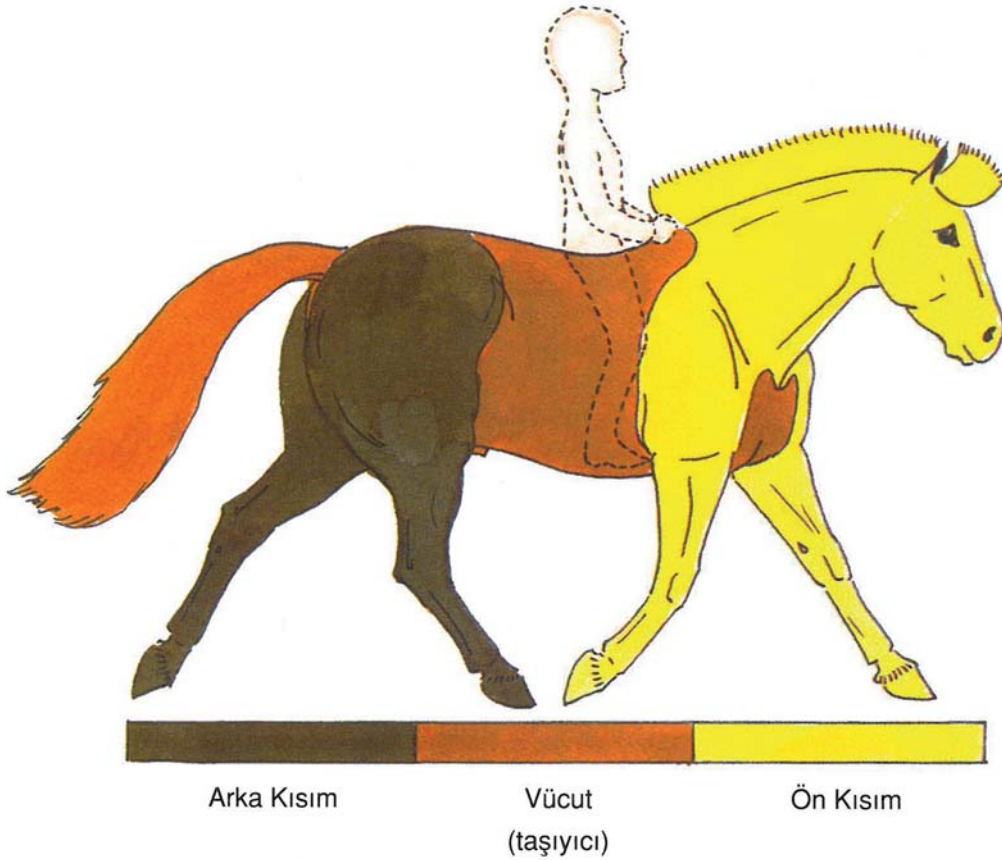
## ATIN VEYA PONY'NİN BAŞLICA DIŞ BÖLÜMLERİ

Atınızın dış bölümlerinin tamamı üç ana bölüme ayrılır.

- Arka ayaklar (motor)
- Vücut (taşıyıcı)
- Ön ayaklar (yön)

Atın üzerindeyken,

- Arka ayakları insan kalçasının arkasında kalır
- Vücudu insan kalçasının altında kalır
- Ön ayakları insan kalçasının önünde kalır



Arka ve ön ayaklar ile vücuda ait değişik bölümlerin tanımı:

Arka Ayak: sağrı, kalça ve iki arka ayak.

Vücut: cidago kemiği, sırt, bel, göğüs, kaburga, kolan yeri, karın, yan, makat, cinsel organlar, kuyruk.

Ön Ayak: kafa, boyun ve iki ön ayak.

## ATIN DONLARI (RENKLERİ)

Atın donları, vücut, yele ve kuyruğundaki tüy ve kılların renkleridir ve atınızı bu renklerden tanıyabilirsiniz. On iki çeşit renk (don) vardır. Tek renkli atlar ve çift renkli atlar.

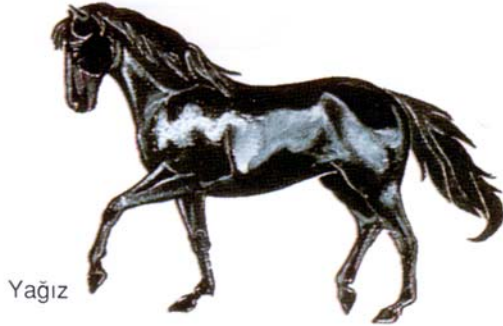
Bir atın rengini (donunu) söyleyebilmek için, sorulması gereken beş soru vardır.

- 1- Tek renkli bir at mı?
- 2- İki renkli ve renkleri ayrı bir at mı?
- 3- İki renkli ve renkleri karışık bir at mı?
- 4- Üç renkli ve renkleri karışık bir at mı?
- 5- Değişik renklerden oluşan büyük benekli bir at mı?

Bu soruların cevabı evet  
ise: çift renkli bir at

### Tek Renkli Atlar

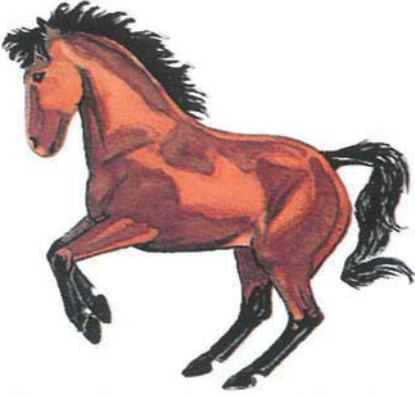
Tek renkli atların dört çeşidi vardır.  
Bu dört renk, atınızı tanımanızı sağlar.



## Çift Renkli Atlar

Çift renkli atların sekiz çeşidi vardır.

İki renkli ve renkleri ayrı olan at cinsinin üç çeşidi vardır. Bu renkler, vücudun tamamında ayrı fakat atın ayaklarına doğru, yele ve kuyruğunda koyulaşır.



Doru at: Vücudu kahverengi (koyu) yelesi, kuyruğu ve ayakları siyah



Kula at: Vücudu açık kahverengi, yelesi, kuyruğu ve ayakları siyah

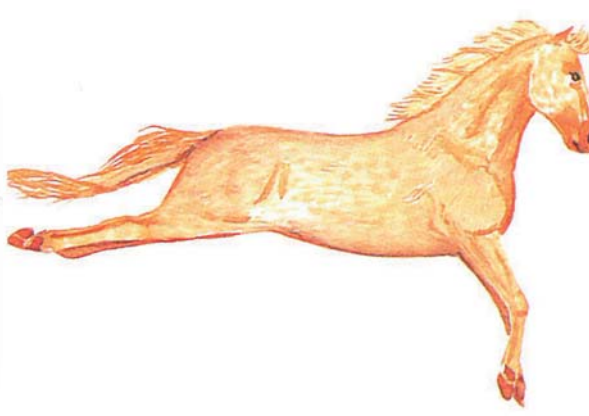


Gri-siyah at: Vücudu gri, yelesi, kuyruğu ve ayakları siyah

**İki renkli ve renkleri karışık olan at cinsinin üç çeşidi vardır.**



Gri at: Vücudu, yelesi, kuyruğu ve ayakları siyah ve beyaz karışık



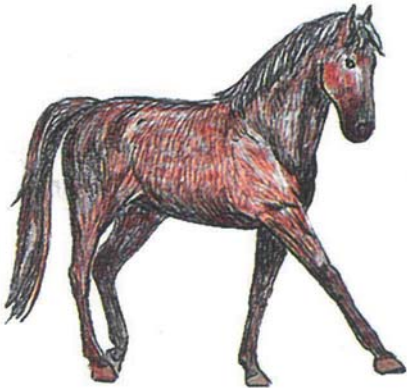
Al-Beyaz at: Vücudu, yelesi, kuyruğu ve ayakları al ve beyaz karışık



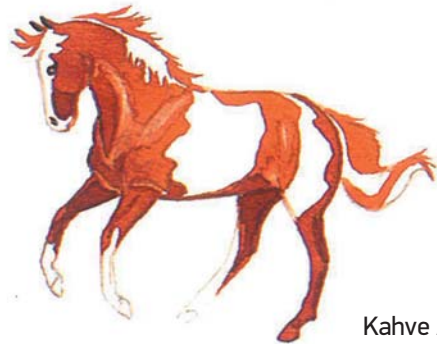
Siyah Kırçilli at: Vücudu, yelesi, kuyruğu ve ayakları al ve siyah karışık

**Üç renkli ve renkleri karışık olan at cinsinin bir çeşidi vardır:**

**İki ayrı renkten oluşan at cinsinin bir çeşidi vardır ve renkler yan yanadır. Her zaman beyaz beneklidir ve bu renge doru, al veya siyah rengi eklenir.**



Siyah-Beyaz at: Vücudu, yelesi, kuyruğu ve ayakları al, siyah ve beyaz karışık



Kahve Alaca

Dikkat, atın rengi, kafasında veya ayaklarında oluşan beyaz lekelerden anlaşılır.

## ATA YAKLAŞMAK

Atınız nerede yaşarsa yaşasın, atınıza yaklaşmadan önce ona varlığını hissettirin. Eğer at sizi göremezse, dikkatini çekmek için onunla konuşun ve özellikle sol tarafından yanaşın. Ani hareketler yapmayın. At veya pony, ahırda / boxta veya kompartıman ahırlarında yaşarlar. Yaşadıkları yere yaklaşırken, ona kötülük yapmayacağınızı göstermek için ona ismiyle hitap edin. Avucunuz yukarıya doğru olacak şekilde elinizi ona doğru uzatın veya bir elinizi sağrısına koyun.



Box / Ahır



Kompartıman Ahır



Kapalı Otlak

- Atlara veya pony'lere neden sol taraftan yaklaşılır?

- Nedeni, şövalyelik zamanında kılıç sol tarafta taşınmış daha kolay çekilebilmesi için.



Atınızı gezdirirken, yine sol tarafta durursunuz ve sağ elinizle yular ipini tutarsınız.

Atınızın tutumundan, o günkü durumunu anlayabilirsiniz.

### Kulakların Anlamı:

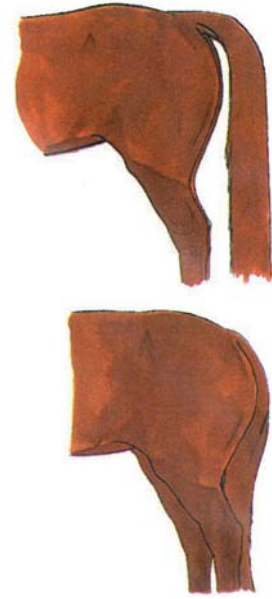


- Kulakların öne doğru eğilmesi, bakışından ve başını dik tutmasından atınızın size karşı güvende ve ilgili olduğunu anlayabilirsiniz.

- Kulakların arkaya doğru yatık, burun deliklerinin büyümesinden, atınızın kuşkulu ve size karşı güvensiz ve sinirli olduğunu anlayabilirsiniz.

### Sağrının ve Kuyruğun Anlamı:

- Kuyruğun doğal bir şekilde durması ve sağrının vücut hizasında olması, binicinin güvende olduğunu, ancak aynı zamanda da dikkatli olması gerektiğini gösterir.
- Kuyruğun bacak arasında durması ve sağrının kasılması, atınızın sinirli ve endişeli olduğunu gösterir, binicinin ise dikkatli olması gerektiğini.



## YULAR TAKMAK VE ATI BAĞLAMAK

Yular, atınızı daha rahat tutabilmenizi sağlar. Yular ipiyle birlikte ise daha rahat gezdirir, bağlayabilirsiniz. Yular, deri veya naylondan olabilir.

Deri Yular



Naylon Yular



### Yular Takmak

Resme bakarak, yuların nasıl takıldığını anlayabilirsiniz.

Atınızın solunda durarak ve ani hareketler yapmadan, atınızın burnunu burunsalıktan geçirin. Daha sonra atınızın kafasının üzerindeki tokayı fazla sıkmadan, ama çıkmasını engelleyecek kadar da sıkarak takın.



## Atı Bağlamak

Atınızı bağlarken,

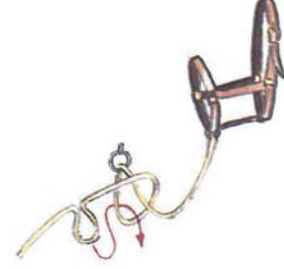


1- Yular ipini halkadan geçirin

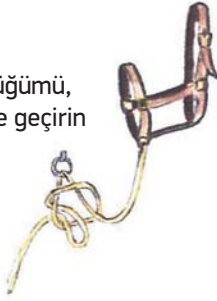
2- Binici düğümü yapın



3- Daha sonra ikinci düğümü yapın



4- İkinci düğümü, birincisinde geçirin

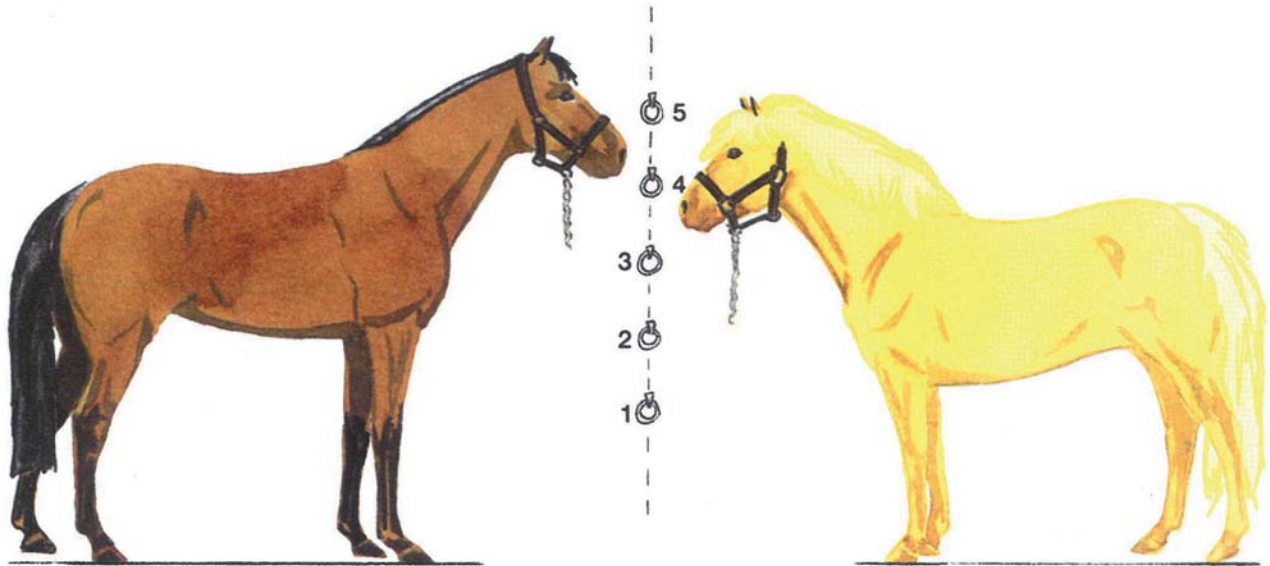


5- Yular ipini sıkmak için yuların yönünde çekin



6- Atınızı çözmek için ise, yular ipini aşağıya doğru çekin

Duvarda (veya taşıma aracında) bulunan halkanın, atınızın cidago kemiğine denk gelmesi gerekiyor.



Bu at için 4 veya 5 nolu halkayı kullanabilirsiniz.

Bu pony için 3 veya 4 nolu halkayı kullanabilirsiniz.



## TIMAR YAPMAK

Atı tımar etmek, bir yandan temizlik ve masaj yapmak, diğer yandan da onunla vakit geçirmenizi, karşılıklı bir ilişki kurmanızı sağlar.

At veya pony, çalışmadan önce ve sonra tımar edilmelidir.

- Atın çalışmadan önce tımar edilmesi ve temiz olduğundan emin olmanızı sağlar.
- Atın çalışmadan sonra tımar edilmesi, çalışma sırasında yaralanıp yaralanmadığını kontrol etmeye, bakımını yapmaya ve atınızı temizlemeyi amaçlar.

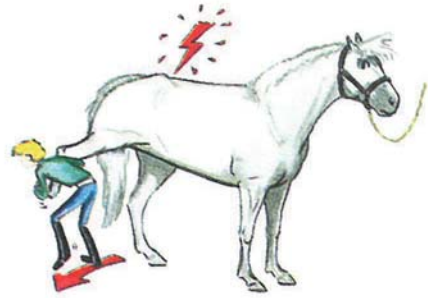
### Temel Bir Tımar Yapmak

**Maya demiri:** Maya demirini dikkatlice kullanmalısınız. Maya demirinin, eğri ve sivri şekli atınızın tırnak tabanını, mayasını ve tırnağın altını temizlemeye yarar.

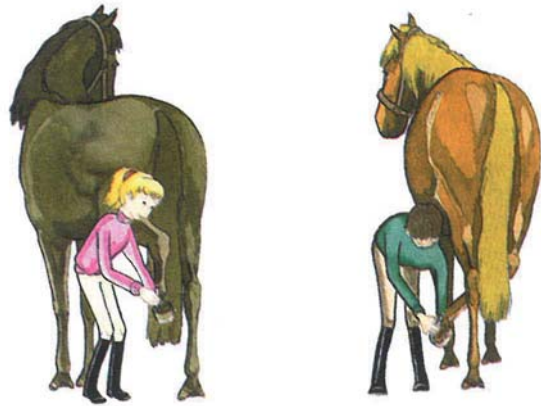


### Ayakların Bakımı:

Atın mayasını temizleyebilmek için, atınızın her bacağıyla sırayla kaldırmamız gerekiyor. Tabii atın bacağıyla vücudundan fazla açmadan. Atın ayağını kaldırmak için, yüzünüzü kuyruğuna doğru dönmelisiniz.



Ön ayağın temizlenmesi



Arka ayağın temizlenmesi

Mesela, atınızın ön ayağını temizlemek için, ata yakın elinizle yukarıdan aşağı doğru bacağının arkasını okşayarak bileğine kadar inin. Yukarıya doğru nazik bir çekiş, atın ayağını kaldırması için yeterlidir.

## Kaşağı

Önerebileceğimiz bir kaşağı varsa, o da kauçuk veya plastik kaşağıdır. Çeşitli kaşağı cinsleri vardır, metal kaşağı gibi fakat onlar da çok serttir ve kullanılması daha zordur.

Kaşağının hiçbir zaman kemik ve eklemlerin üzerinde kullanılmaması gerekir.

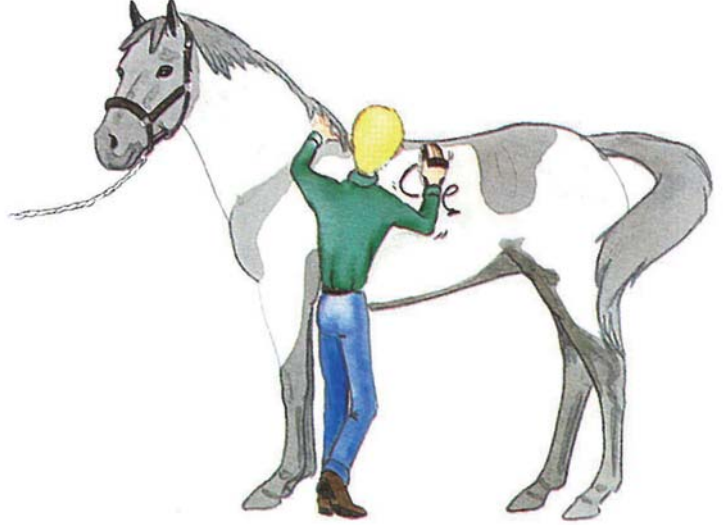


## Kaşağılamak

Kaşağıyı her yönde kullanarak, vücut üzerinde dairesel okşayıcı hareketler yapmalısınız. Böylece, hem tüyleri temizlersiniz, hem de deriye masaj yapmış olursunuz. Bir kaç sürtmeden sonra, kaşağıyı temizlemek için yere vurarak bu pislikleri kaşağıdan ayırın.

Koyu Bölgeler: Kaşağılanmaz

Açık Bölgeler: Kaşağılanır



## Fırça

Fırça, ayırık otu veya naylondan yapılır.

Yapılması en kolay temizliktir. Sert fırçayı, kılların yönünde, atın vücudunda, yelesinde ve kuyruğunda kullanmalısınız. Gözlere ve kulaklara dikkat edilmelidir. Bir kaç sürtmeden sonra fırçayı temizlemek için kaşağının dişlerine sürtmelisiniz.



## BAŞLIK ÇIKARMAK

Başlık çıkarmak için, atınızın solunda durmalısınız. Yular ipini, dizginlere dolamadan takmalısınız.

- Boğaz altı kayışını ve burunsallığı çözmelisiniz.
- Başlığı ve dizginleri atınızın kafasından dikkatlice çıkarmalısınız.
- Kantarmayı çıkarmasını sağlamalısınız, böylece başlığı çıkarmış olursunuz.
- Şimdi yuları düzeltebilirsiniz.



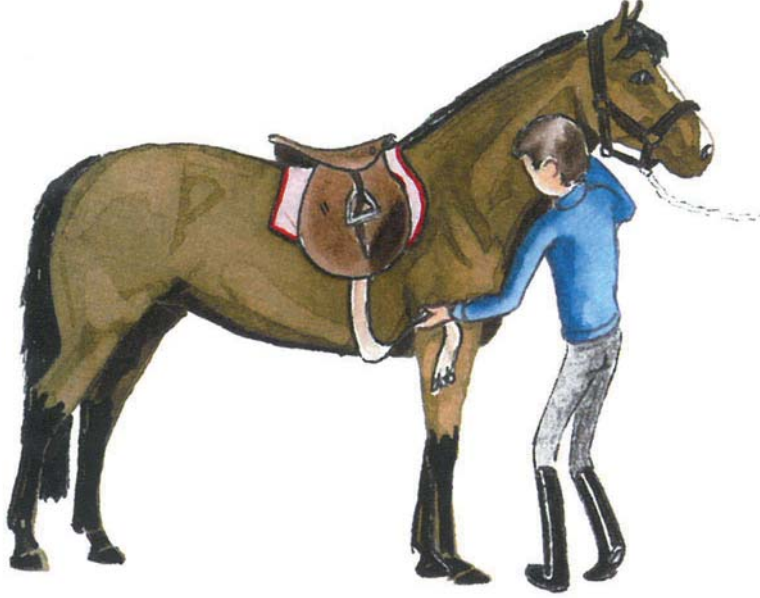
## EYER ÇIKARMAK

Atınızı her zaman dışarıda çözmelisiniz.

Atınızı, ilk olarak yular ipiyle bağlamalısınız. İşe kolan kayışını çözmekle başlayabilirsiniz.



Öncelikle üzenji demirlerinin kaldırılmış olduğundan emin olun. Kolan kayışını elinizde tutarak, sağ taraftan eyerin üstüne alın. Kolan kayışını tutmazsanız, atınızın ön bacaklarına çarpabilir.



Tekrar atınızın soluna geçerek, eyeri yükseğe kaldırarak ve sol kolunuzu eyerin altından geçirerek eyeri çıkarmalısınız. Daha sonra, eyer altlığını kuruması için çıkarmalısınız.



## ATINIZI YEDEKTE GEZDİRMEK

Atınızı veya pony'nizi maneje veya ormana götürmek için, dizginleri atınızın kulaklarının üzerinden geçirerek boynunuzun üzerinde bırakabilirsiniz veya dizginleri tutabilirsiniz.

Her iki şekilde de, dizginleri sağ elinizde tutmalı ve işaret parmağınızı dizginlerin arasından geçirerek götürmelisiniz. Sağ eliniz, atın ağızına yaklaşık 15 cm. uzaklıkta olmalı. Eğer dizgini atınızın kafasının üstünden geçirdiyseniz, yere değmesini engellemek için, dizgin kollarından tutmalısınız. Atınızın sol omuzu hizasında bulunmalı ve her zaman düz önünüze bakmalısınız.



Diğer atlarla beraber bindiğiniz zaman, önünüzdeki at ve arkanızdaki at arasında yaklaşık bir at boyu mesafe bırakmalısınız. Atınızı durdururken, eğitmen tarafından verilen komutları dinlemeli ve atınızın öndeki ata fazla yaklaşmasına izin vermemelisiniz.



Binici ve pony doğru pozisyonda



Binici çok geride: Dizginlerin ucu tutulmamış, üzengiler toplanmamış, kolan gevşek, pony eğri duruyor.

## MANEJ TRAFİĞİ VE KURALLARI

### Manej veya koşu yerine girerken:

Maneje veya koşu yerine girmeden önce, mutlaka izin almalı ve çalışanlara haber vermelisiniz.

### Atınıza Binerken:

Atınıza binerken, tüm biniciler aynı zamanda atlarını durdurmalı ve ondan sonra binmeli.

### Atınızı biniş esnasında hareket etmesini ve tüm atların her bir tarafa gitmesini engellemek için eğitmenlerin önerisi:

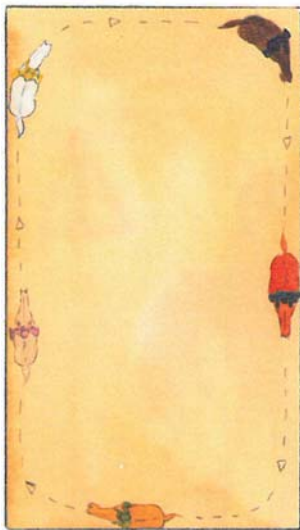
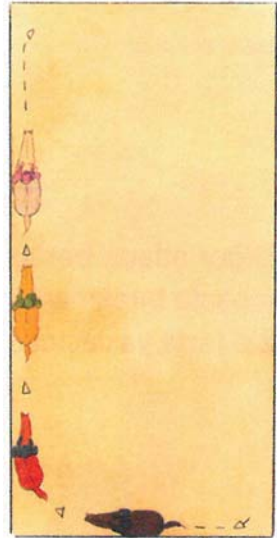
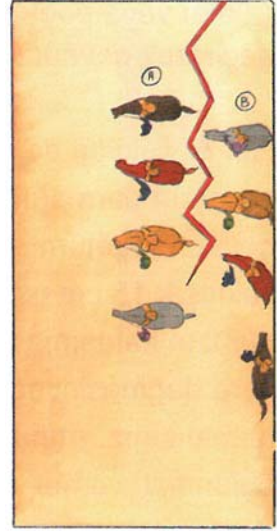
- atınızı ya manejin ortasında durdurmalı
- veya adetada giderken, atınızı hafifçe sola döndürerek durdurmalısınız.

### “Komutlar”

Komutlar, binicilerin manejde eğitmen tarafından verilen bilgilerin yerine getirilmesidir.

#### 1- Sıralı Komutlar

Tüm binicilerin ve atların, eğitmen tarafından verilen sıralamaya göre dizilmeleridir. Böylece, tüm binicilerin öndeki at ile kendi atı arasında belli bir mesafe bırakmaları gerekir.

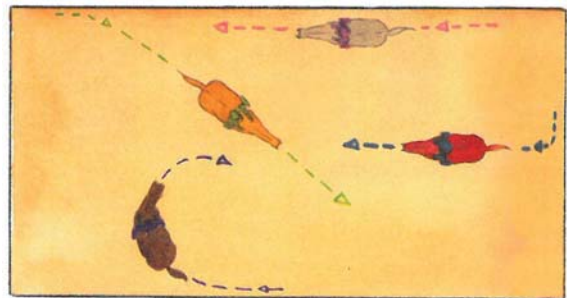


#### 2- Belirsiz uzaklıktaki Komutlar

Tüm binicilerin ve atların, aralarında olabilecek en uzun mesafeyi korumaları gerekir.

#### 3- Özgürce Dolaşmak

Tüm binicilerin ve atların, eğitmenin verdiği komutlar doğrultusunda istedikleri yöne gitmeleridir.



## Birkaç Tanım:

**Manej Yolu:** Manejin çevresi boyunca izlenen yoldur.

**Öncelik:** Aynı hızda fakat farklı yarlarda giden iki biniciden sol yanda olanına öncelik verilmesidir. Bu nedenle, sağ yanda giden binicinin yol vermesi ve içerden devam etmesi gerekir.



Adetada giderken, manejin iç tarafı sizin solunuza denk geliyorsa, bu demektir ki sol yan gidiyorsunuz.

Adetada giderken, manejin iç tarafı sizin sağınıza denk geliyorsa, bu demektir ki sağ yan gidiyorsunuz.



## Manejin Orta Çizgisi

Maneji boylamasına ve iki eşit bölüme ayıran çizgidir.

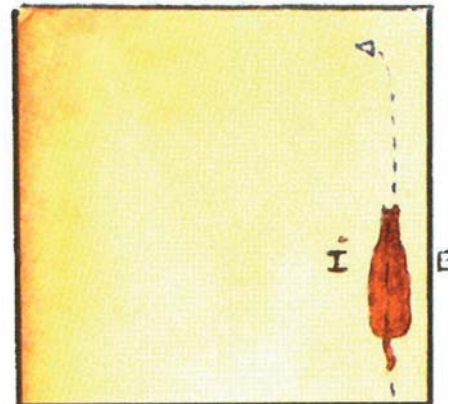


### İç Taraf:

Sağ yan giderken, eğitimci sağ ayağınıza veya elinize iç taraf diye adlandırır veya bir daire yapıyorsanız dairenin ortası iç taraftır.

### Dış Taraf:

İç tarafın tersidir, yani dairenin dış tarafıdır.



## ATA VEYA PONY'YE BİNMEK VE ATLAMAK

### Ata veya pony'ye binmek için:

- 1 - Atınız kapatılmışsa, sol üzengiden yardım alarak binebilirsiniz.
- 2 - Atınız kapatılmamışsa, atın üzerine atlamalısınız.

### Atın Üzerine Atlamak

Atınızın üzerine binmek için, atın sol omuzu karşısında durmalısınız. Dizginleri sol elinizde eşit bir şekilde tutarak (sağ dizgini hafifçe kısaltabilirsiniz), atın cidago kemiğine yakın veya yelesinden tutunarak atlamalısınız.



Sağ elinizi cidago kemiğinin üzerine koyarak kendinizi yukarı çekin.



İki kolunuzu da gerin.



Biraz öne eğilerek, sağ ayağınızı sol ayağınızın hizasına getirin ve sağ bacağınızı atın üzerinden aşırarak yavaşça oturun.



Yavaşça oturduktan sonra dizgin kollarını her iki elinize alarak kontrolü sağlayın.



## Kapatılmış Bir Ata Veya Pony'ye, Üzengi Yardımıyla Binmek

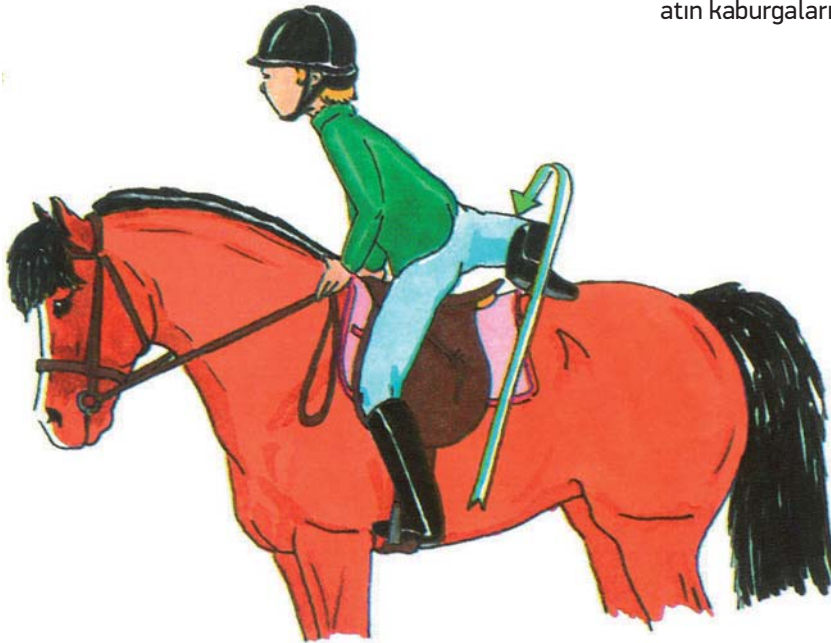
Eyerin doğru bir şekilde kapatıldığına emin olduktan sonra, eyerin dönmemesi için kolanın sıkı olup olmadığını kontrol edin. Kolan kayışını sıktıktan sonra, atınızı maneje götürürken atın karın şişkinliği inebilir bu yüzden kolanı sıkmalısınız.



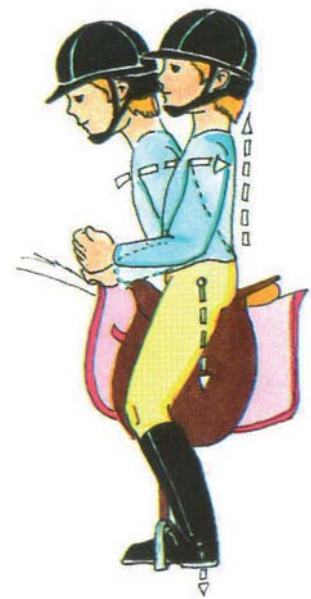
Üzengileri indirip, kolunuzun uzunluğuna göre ayarlamalısınız.



Dizginleri eşitleyin ve dizgin kollarını sol elinize alın ve geri kalan kısmını atın boynunun diğer tarafına sarkıtın. Bu elinizi cidago kemiğinin üzerine koyun ve atın hareketini önlemek için dizgini sert olmayan bir istinatla tutun. Atın omzuna karşı yan durun. Üzengi kayışını sağ elinizle tutarak üzengiyi sol ayağınıza doğru çevirin. Ayağınız üzengide ve sağ eliniz orta hanede iken yüzünüzü eyere doğru dönün fakat ayak ucunuzu atın kaburgalarına batırmamaya dikkat edin.



Hafif bir sıçrama ile sağ ayağınızı sol ayağınızın hizasına getirin ve sağ elinizi eyerin arkasına doğru koyarak sağ bacağınızı eyerin üzerinden aşırarak yavaşça oturun.



Dizgin kollarını her iki elinize alarak eşitleyin.

## DİZGİNLERİ TUTMAK

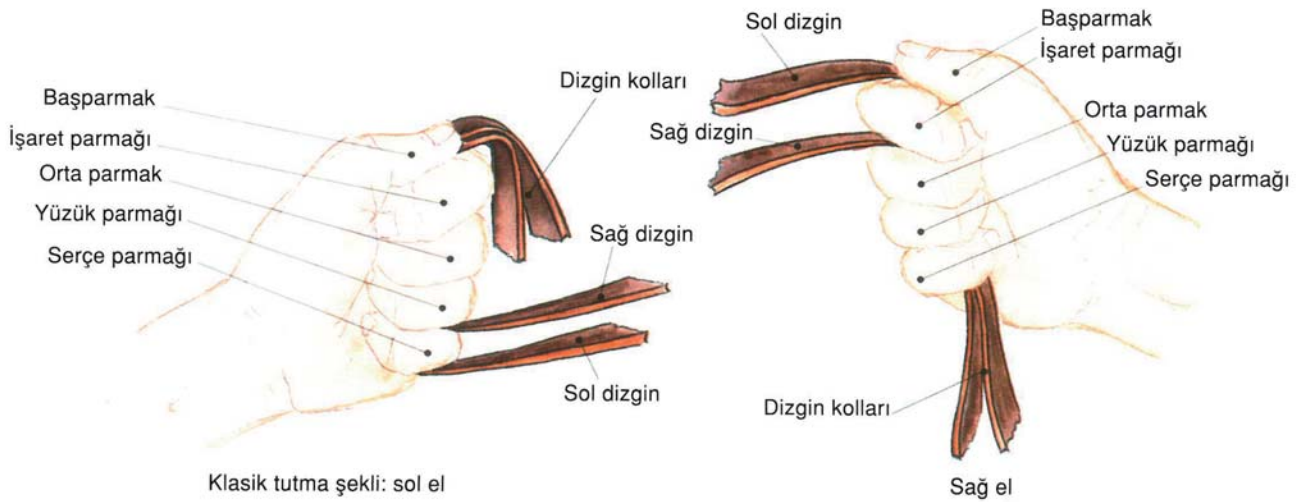
Dizginleri farklı şekillerde tutabilirsiniz. İki dizgini tek elde veya her birini bir elde tutabilirsiniz. Dizginleri nasıl tutacağınız eğitmen tarafından gösterilecektir.

### Dizgin Tutmanın Kuralları:

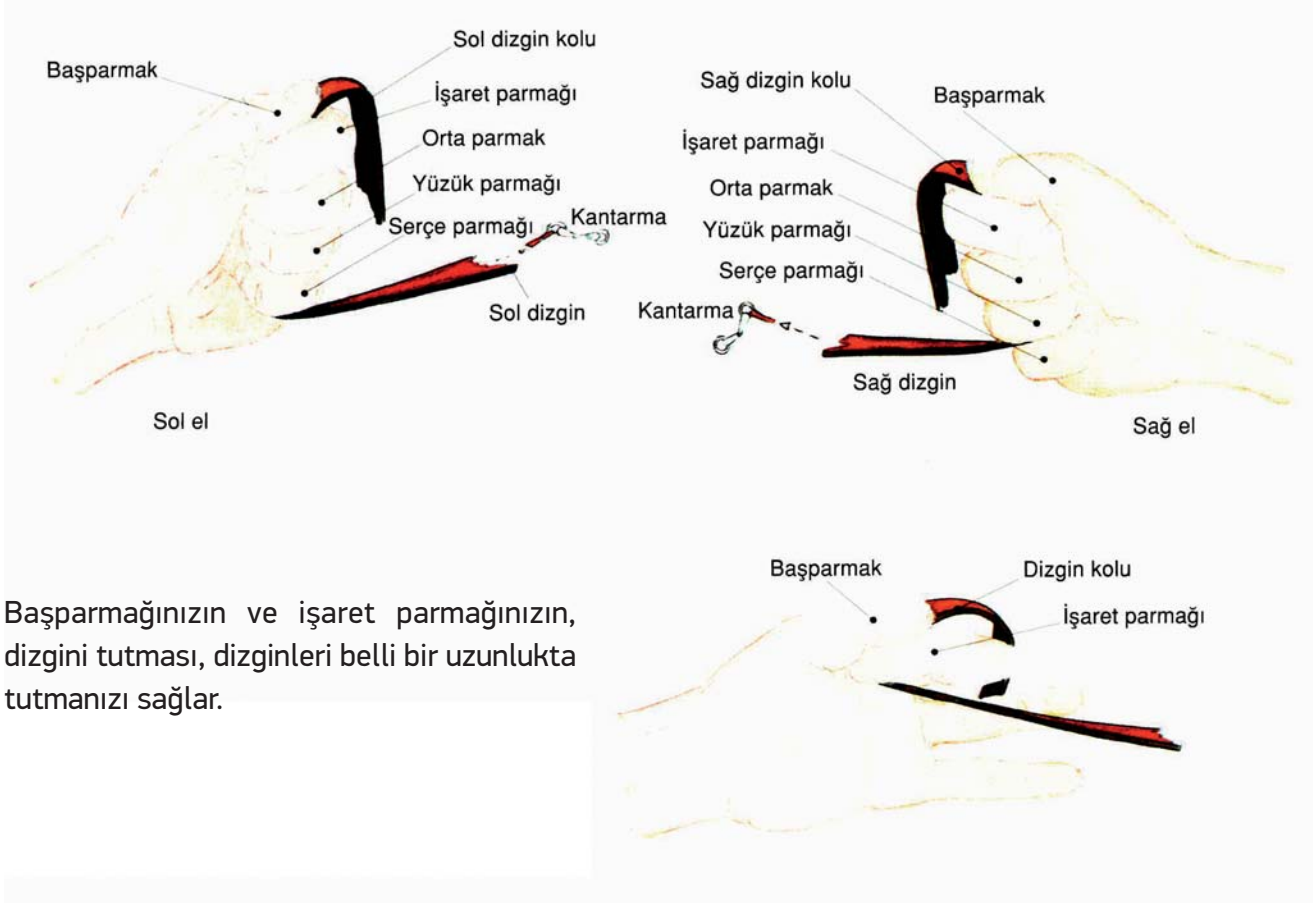
- Dizgin kollarını, atın ağzını hissedebilecek kadar kısa fakat kantarma yüzünden rahatsız olmasını önleyecek kadar da gevşek olarak tutmalısınız.
- Atınıza yön verebilmek ve hızı ayarlayabilmek için dizginleri eşit tutmalısınız.

### Dizginleri Tutmak:

#### 1 - İki dizgini tek elde tutmak



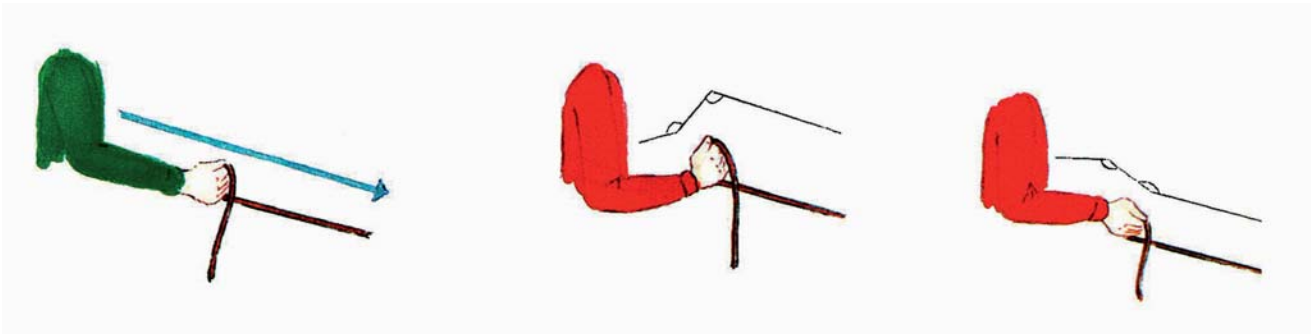
## 2 - Dizginleri Birer Elde Tutmak



**Doğru**

**Yanlış**

**Yanlış**



Ön kol, bilek ve dizgin bir doğru üzerinde

Dirsek fazla bükülmüş ve bilek yukarıya doğru dönmüş

Dirsek fazla bükülmüş ve bilek aşağıya doğru dönmüş

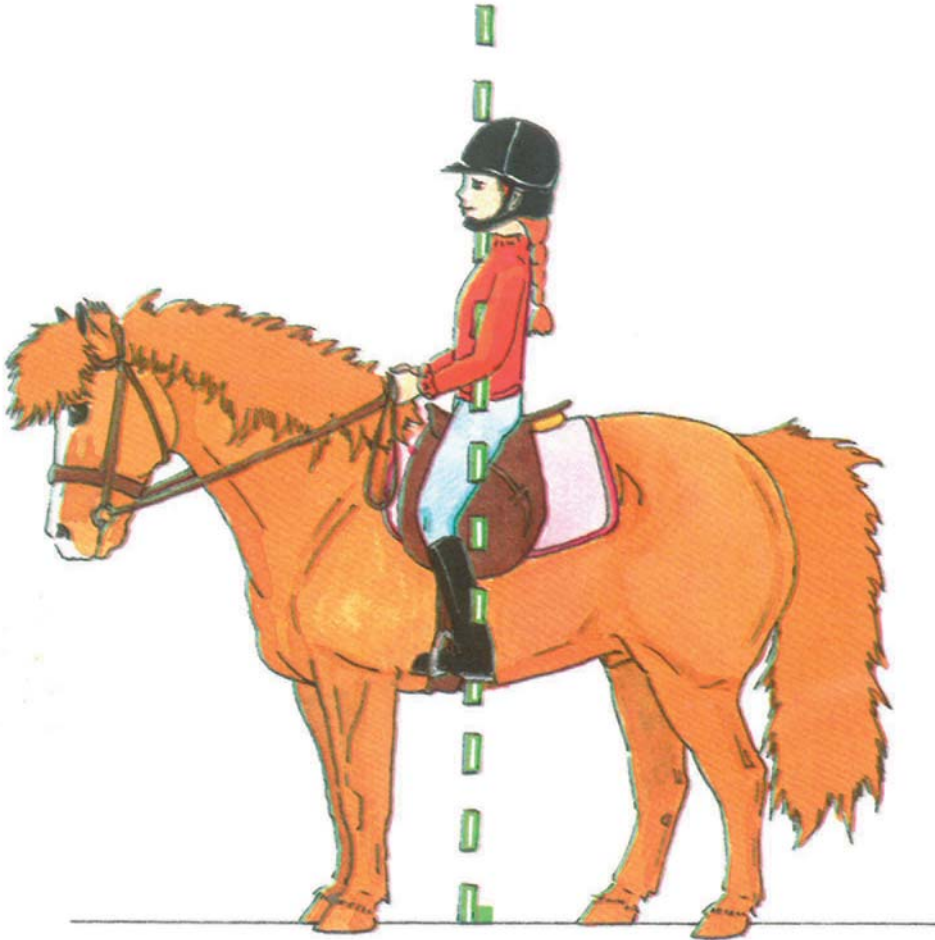


## DENGENİZİ SAĞLAMAK

Birçok şekilde dengenizi sağlayabilirsiniz.

### Oturarak Dengenizi Bulmak:

Bu pozisyonda, üzensiz veya üzenlikle birlikte, aşağıdaki resimde görüldüğü gibi atınızın cidago kemiğine yakın oturmanız gerekir. Böylece, burada aldığımız pozisyon, yürürken aldığımız pozisyona benzer. Omuzlarınız kalçanızın, kalçanız da ayaklarınızın hizasındadır. Bu durumda, eklem yerleriniz işlevi sonucu, atın yürüyüşlerinden kaynaklanan sarsıntıyı azaltmış olur. Üzenli ile birlikte, parmak uçlarınız topuklarınıza göre hafifçe daha yukarıda kalır. Üzensiz, parmak uçlarınız topuklarınıza göre biraz daha aşağıda kalır.

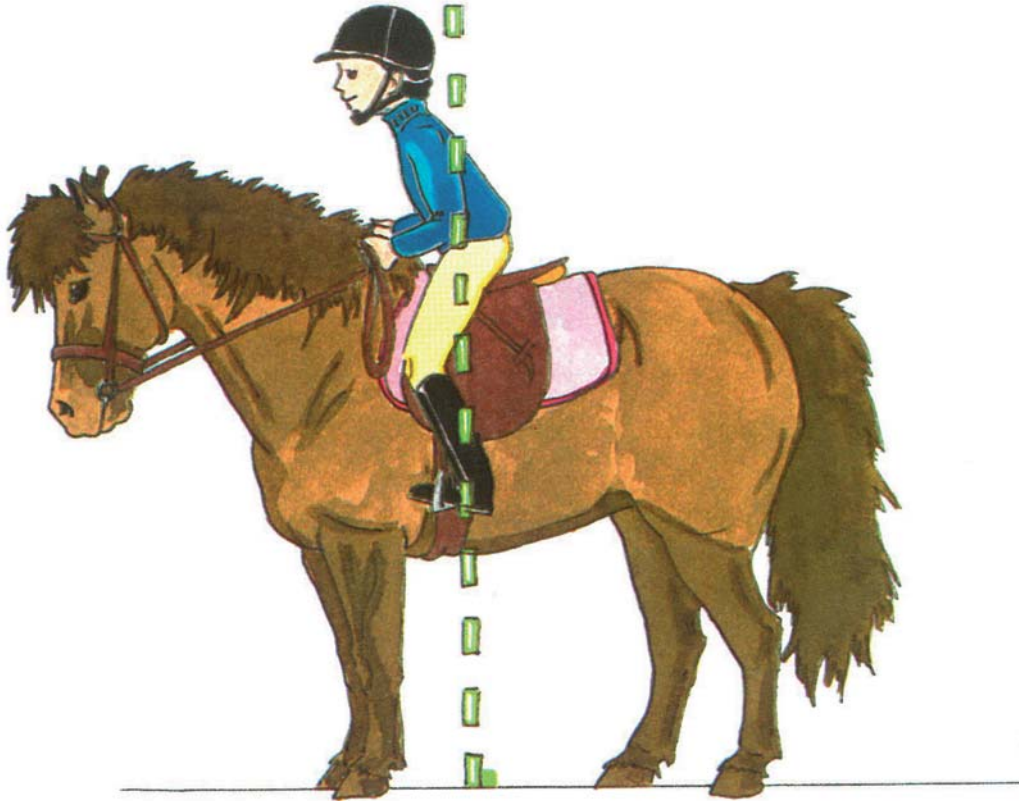




### Ayakta Dengenizi Bulmak:

Bu pozisyonda, hafifçe öne eğilirsiniz. Bacaklarınızı atın vücudundan uzaklaştırmadan hafifçe bükülmüş olursunuz. Almış olduğunuz pozisyon sayesinde, atınızın sırtı biraz da olsa rahatlamış olur.

Üzengilerle birlikte, üzengi demirine basarak kendinizi hafifçe yukarı çekin. Eyerin tam üzerinde olacak şekilde. Üzengisiz ayak bileklerinizi sıkarak kalçalarınızı hafifçe yukarıya kaldırmalısınız. Her iki durumda da parmak uçlarınız, topuklarınıza göre daha yukarıda kalır. Hiçbir şekilde atınızın boynuna yatmamalı ve bacaklarınızı geriye götürmemelisiniz. Ayak bileklerinin, dizlerinin ve kalçanızın işlevi sonucu, atınızın yürüyüşlerinden ve atlamalardan kaynaklanan sarsıntıları azaltmış oluyorsunuz.



# BÖLÜM 2 DONLARI ÖZELLİKLERİ

## Donların farklılıkları:

Daha önceden “atların donları” bölümünde, işlediğimiz tüm donlarda biraz farklılıklar meydana gelebileceğini göreceğiz.

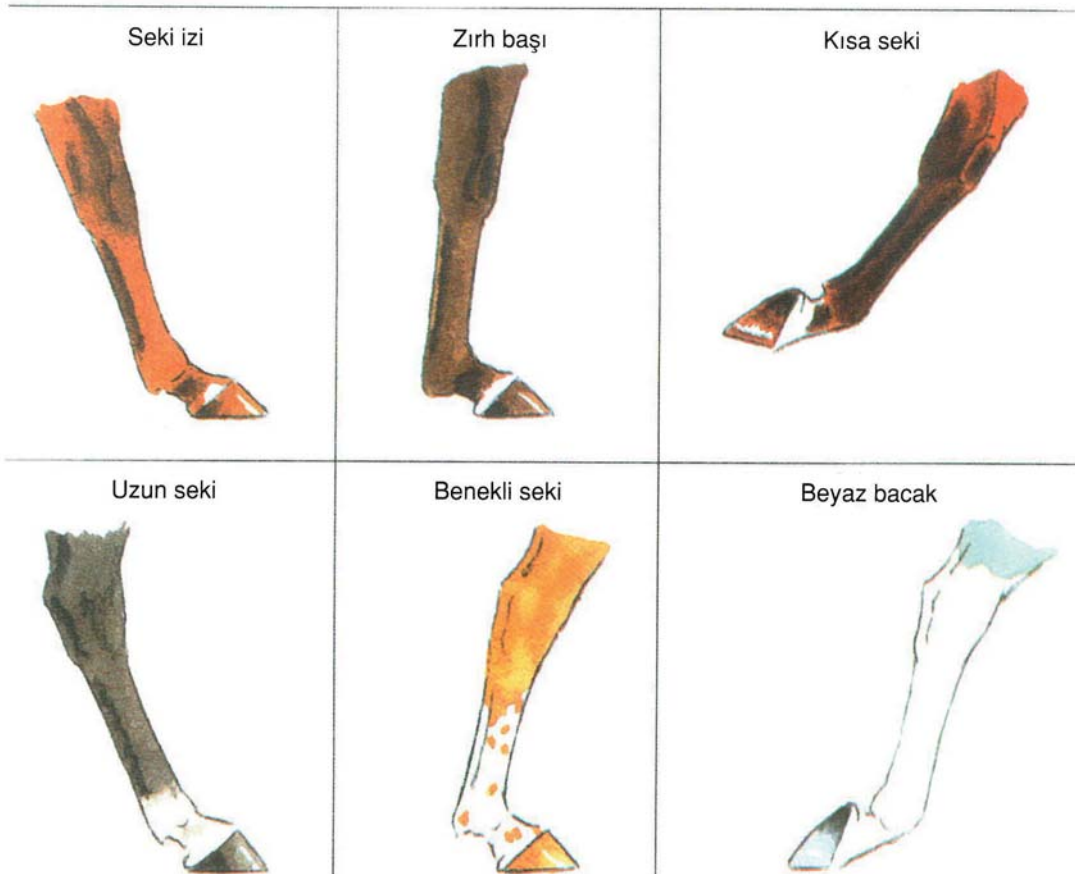
Bunlardan birkaç tanesi:

- Al bir at, bakır rengini alabilir (sarı gölgeler); yanık rengini alabilir (kırmızı gölgeler);
- Doru bir at, kiraz rengini alabilir (kırmızı gölgeler); siyah rengini alabilir (koyu siyaha yakın);
- Gri bir at, koyu gri rengini alabilir (çok koyu); lekeli gri rengini alabilir (yuvarlak lekeler).

## Atınızın Ayaklarındaki Veya Alnındaki Nişaneler:

### Ayaklardaki Nişaneler:

Bunlara “seki” denir ve uzunluklarına göre adlandırılırlar. Bir ayakta yalnızca bir seki olabilir. Böylece, atlarda veya pony’lerde yalnızca dört seki olabilir. Aşağıdaki resimlerden yararlanarak, kulübünüzdeki atlarda seki olup olmadığını ve ne çeşit bir seki olduğunu araştırın.



## ATIN BAŞINDAKİ AKITMALAR

Atın alnı üzerinde bulunan farklı renklere “Akıtma” denir. Akıtmalar boyutlarına, şekillerine ve yerlerine göre adlandırılırlar. Bu lekeler, atınızın alnında veya kulak ile burun arasında bulunabilirler. Atınızın tüm yüzünü kaplayan beyaz bir lekeye “güzel surat” da denir. Sekiler için yaptığınız gibi, kulübünüzdeki atların akıtmalarının ne çeşit olduğunu araştırın.



Birkaç beyaz tüy



Kartopu



Yarım beyaz yüz



İnce akıtma



Kuyruklu yıldız



Beyaz yüz



Kesikli kuyruklu yıldız



Sağa kayık akıtma



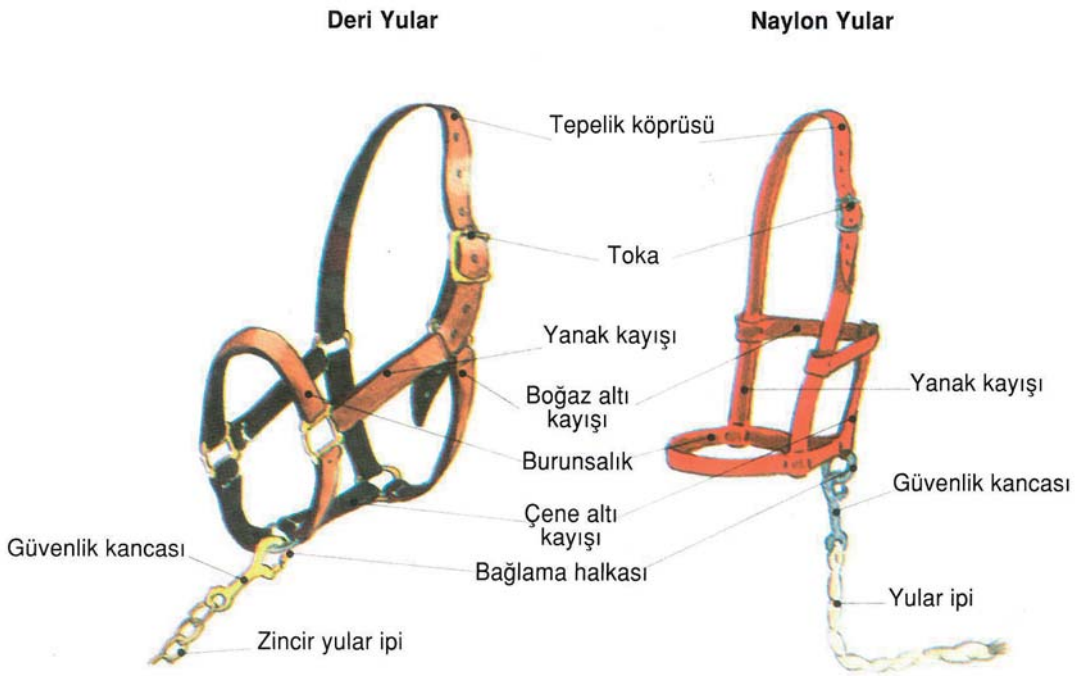
Yıldız

## YULAR

Yular, takılması en kolay teçhizattır.

- 1- Yular, atınızı ahır veya padok gibi yerlerde yakalamanızı kolaylaştırır.
- 2- Yular ipiyle birlikte atınızı yönlendirmeniz kolaylaşır.
- 3- Yular, atınızı sabit bir yere bağlamanızı sağlar.

Yularlar naylon veya deriden olabilir.



## TAM BİR TİMAR YAPMAK

Bölüm 1’de işlediğimiz gibi, tımar her gün yapılması gereken bir temizliktir. Çünkü bu, atınızın moralini yükseltir ve vücudunun kir ve tozlardan temizlenmesiyle deri gözeneklerinin açılmasıyla deri solunumunu sağlar. Temel bir tımarın nasıl yapıldığını artık biliyorsunuz. Ama bu bölümde, tam bir tımarın nasıl ve hangi malzemelerle yapıldığını göreceğiz.

Atınızın sağlığı için, tımarı, mümkün oldukça dışarıda yapmalısınız. Mayasını temizlerken ise box’un içinde yapabilirsiniz.



## Yumuşak Fırça

Bu fırçanın tüyleri, kısa ve naylondan yapılmıştır. Bu yüzden de bu fırça çok yumuşaktır. Bu fırça, atınızın tüylerinde kaşığı ve sert fırçadan kalan tozları ve pislikleri vücuttan ayırmaya yarar.

- 1- Tüylerin ters yönüne doğru taramalısınız
- 2- Fırçayı temizlemek için kaşağının dişlerine sürtün
- 3- Kaşağıyı yere vurarak bu pislikleri kaşağıdan ayırın
- 4- Bu kez tüylerin yönünde taramalısınız
- 5- Tekrar fırçayı temizlemek için kaşağının dişlerine sürtün
- 6- ve kaşağıyı yere vurarak bu pislikleri kaşağıdan ayırın



## Tarak

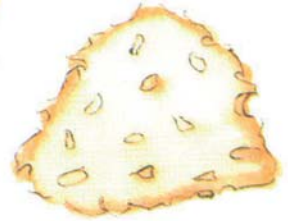
Çoğu zaman metalden yapılmış olan bu malzeme, yelenin kalınlaşmasını engeller. Aynı zamanda, yeleyi eşit tutmaya yarar. Atınızın yelesini tararken mutlaka eldiven takmalısınız yoksa kalın kıllar parmağınızı kesebilir. Bu tarağı, dolaşmış olan yeleyi açmak için kullanmamalısınız.



## Islak Sünger

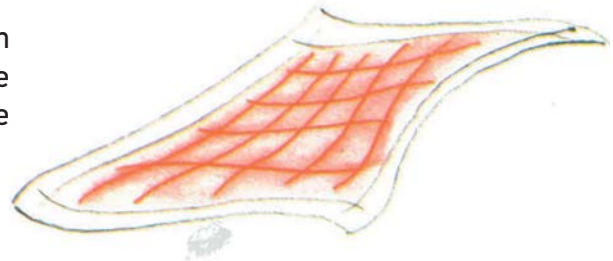
Atınızın;

- gözlerini
- burun deliklerini
- ağzını
- ve kuyruk altını temizlemeye yarar. Ama bu süngeri yapılan her işlemden sonra temizlemeyi unutmamalısınız. Kuyruk altını temizlediğiniz sünger ile yüzünün temizliği için kullandığınız süngerlerin ayrı olmasında yarar vardır.

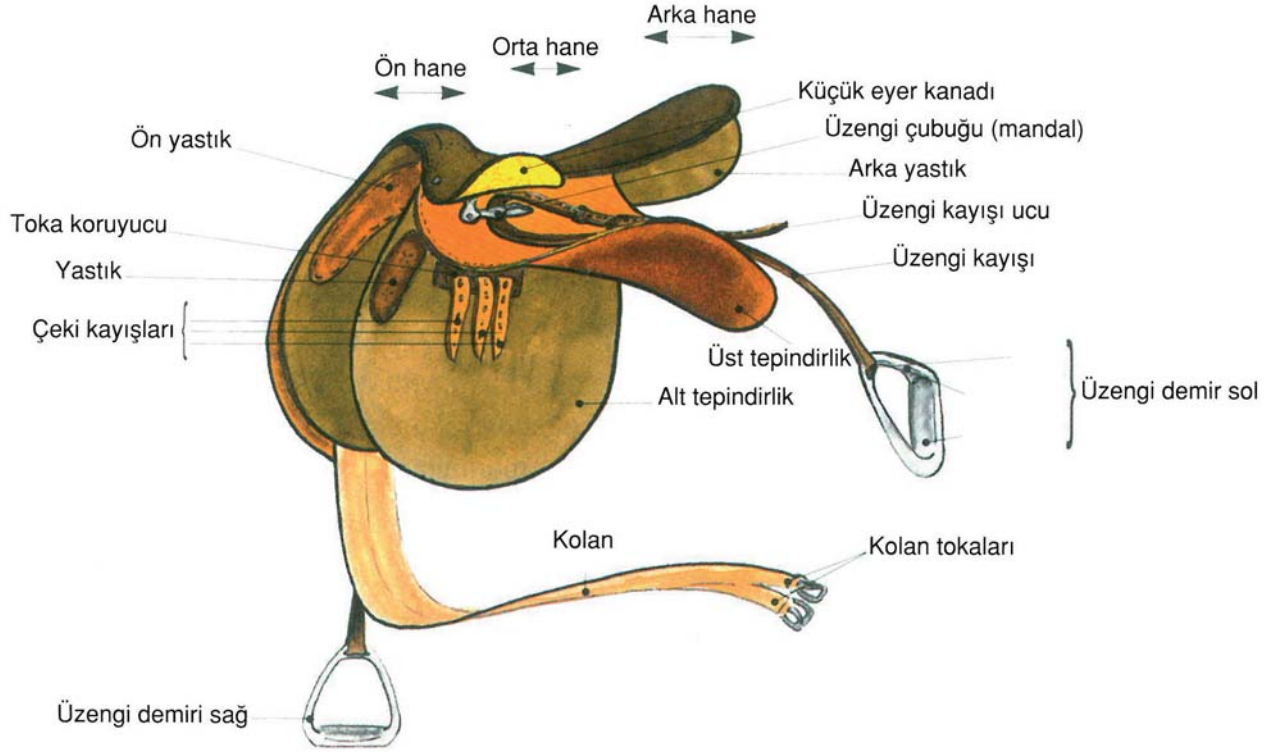


## Havlu

Havlu, yumuşak ve kuru olmalı. Böylece tüylerin parlamasını sağlar. Havluyu, kafanın bacakların ve vücudun tamamında kullanmalısınız. Evet böylece tımarı tamamlamış bulunuyorsunuz.



## EYER



## EYERİ TAKMAK

Atınıza başlık takmadan önce ve atınız bağlıken eyer kapatmalısınız. Ahırın içinde özgürce dolaşıyorsa hemen başlık veya yular takmalısınız.

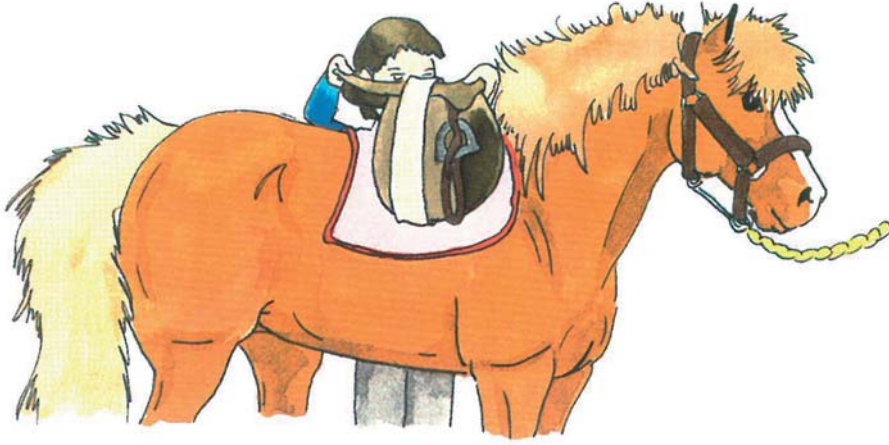
**Eyer Altlığı Yerleştirmek:**

Eyer altlığı, atın cidago kemiğini ve sırtını eyerden doğabilecek sürtünmelerden korur. Çoğu zaman kalın olan eyer altlığı, ayrıca atın terini alır. Eyer altlığının temiz ve kuru olduğundan emin olunca, eyerin ortasında bulunan oluğa doğru iterek iyice yerleştiriniz ki eyer kapandıktan sonra atın sırtı hava alsın ve sırt kemiğine baskı yapmasın.

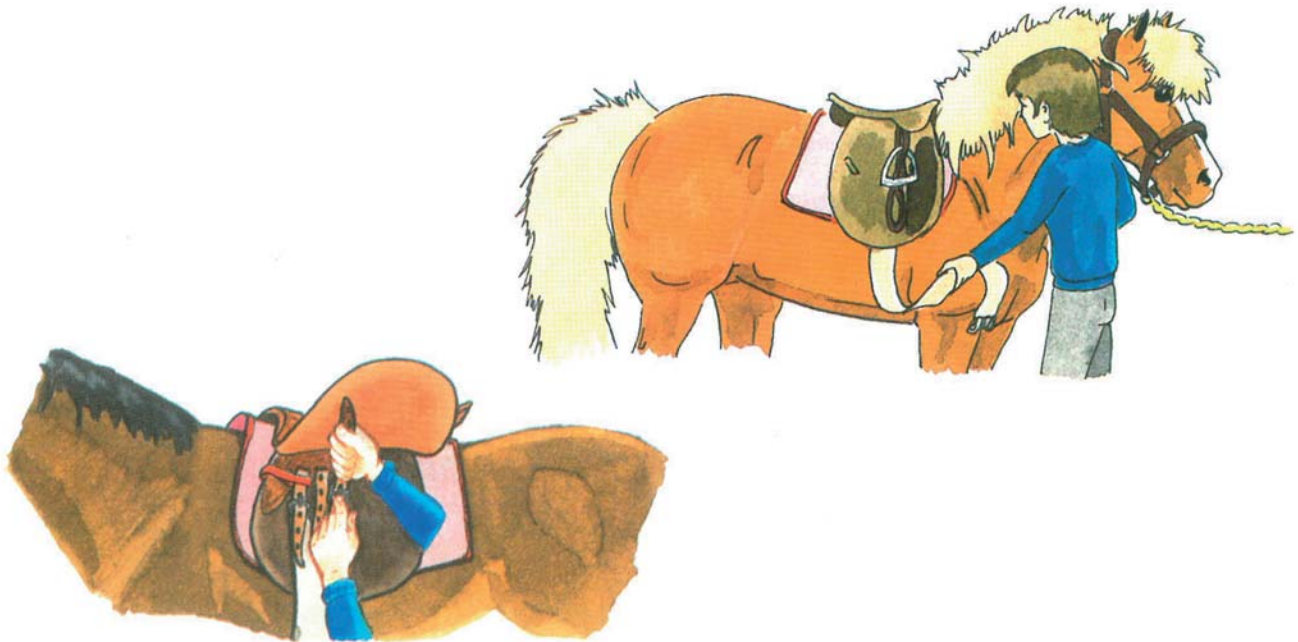


**Eyeri Yerleştirmek:**

Öncelikle üzengi demirlerinin kaldırılmış olduğundan emin olun ve kolanı eyerin üstüne alın. Eyeri solundan alın ve sol kolunuz üzerine koyun. Eyeri ön hanesi cidago üzerinde olacak şekilde atın sırtına koyun ve bir elinizle ön haneden, diğeri ile art haneden tutarak eyeri sırt çukuruna rahatça oturuncaya kadar arkaya doğru kaydırın.

**Kolan Kayışını Takıp Sıkmak:**

İlk önce, eyerin doğru konup konulmadığını kontrol edin. Kolanı düz olarak diğer yandan aşağı sarkıtın. Atınızın ön bacaklarına çarpmasını engellemek için kolan kayışını elinizde tutun.



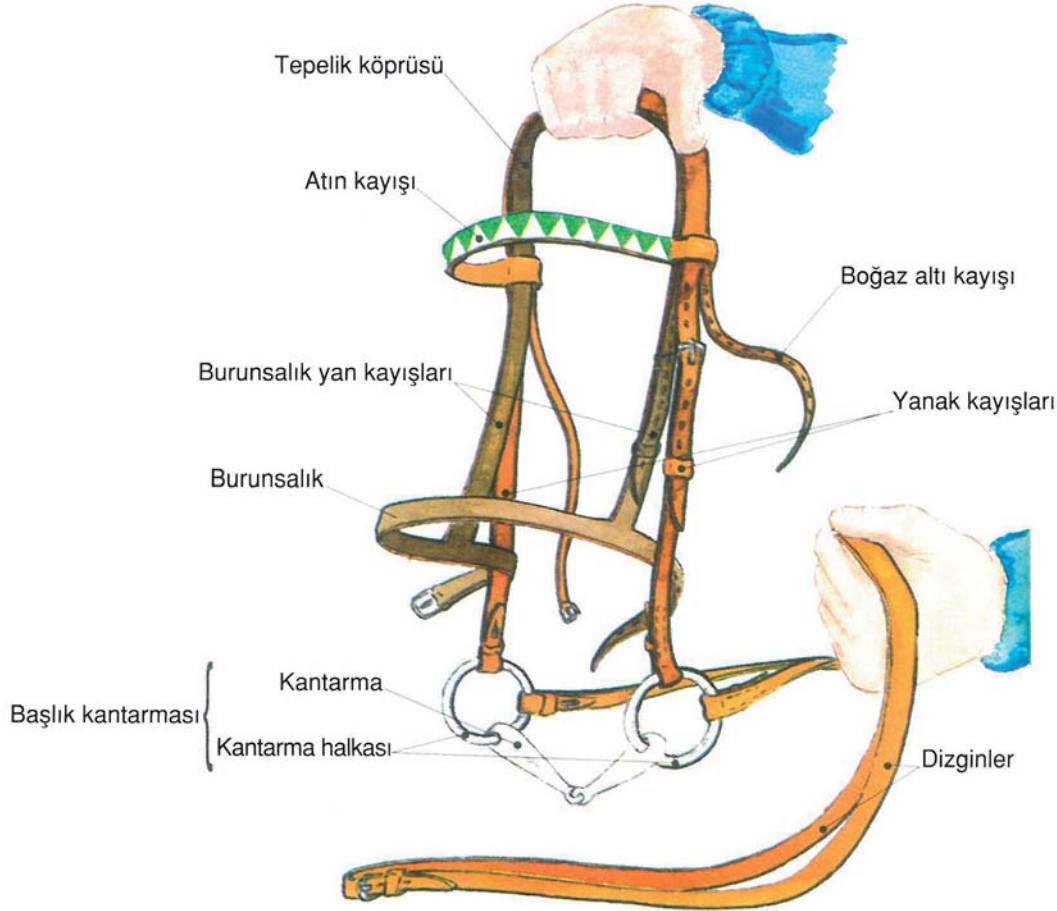
Eyerin dönmesini engellemek için kolan kayışını yeterince sıkmalısınız.

Eyer yerleştirip kolan sıkıldıktan sonra, eyer altlığını, eyerin yastığından hafifçe çekin. Parmaklarınızı aradan geçirebilmelisiniz. Artık atınız hazır, tabii başlığı takmayı unutmayınız. Üzengileri takmadan önce, kolan kayışını tekrar sıkmayı unutmayınız.

## BAŞLIK

Başlık, kantarma ve atı yönlendirmemizi sağlayan dizginlerden oluşur.

**Başlığın diğer bölümleri:**



## BAŞLIK TAKMAK - ÇIKARTMAK



Başlığı takmadan önce, yuları kolye gibi atınızın boynuna asın. Böylece atınız hala bağıymış gibi duracaktır. Şimdi atınızın soluna geçebilirsiniz.

Dizgin kayışlarının düzgün olup olmadığını kontrol edin. Boğaz altı kayışı ve burunsalığın tokaları açık olmalıdır. Başlığı sağ elinizde, dizginleri ise sol elinizde tutun. Daha sonra, başlığı atın boynunun yanına kaldırın ve baş tarafını sağ elinize aktarın.



Kantarma demirini ise sol avucunuzun içine düzgünce yerleştirin. Atın ağzını açması için demiri dişlerine vurmeyin. Parmaklarınızı dudaklarının arasından yandaki dişleri olmayan bölgeye sokun ve damağını itin. Demir ağzının içine girince, başlığın diğer kısımlarını atın başına geçirin.



Kontrol edilmesi gerekenler:

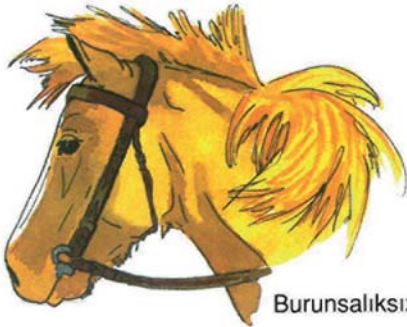
- Atın kahrkülünü alınsallıktan kurtarın.
- Kantarmanın doğru yerde durduğunu kontrol edin

Artık yalnızca burunsalığın ve boğaz altı kayışının tokalarını kapatmanız gerekiyor.



### Çeşitli Burunsalıklar:

Burunsalık, atınızın ağzını çok fazla açmasını engeller. Fakat burunsalığa ihtiyacı olmayan atlar da olabilir. Birçok çeşit burunsalık vardır.



Burunsalıksız başlık



Kavesan - Düz burunsalık (Fransız)



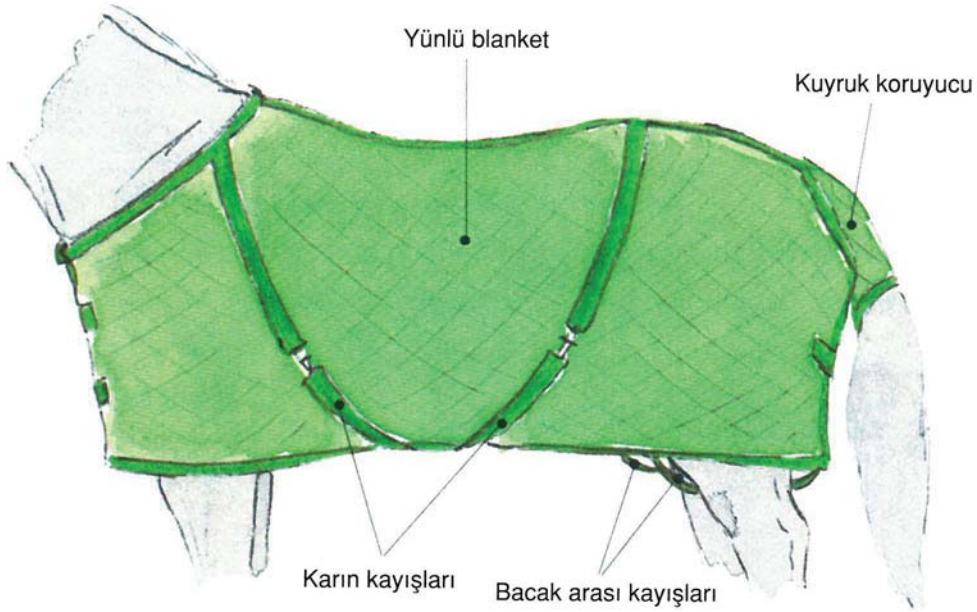
## ÖRTÜ (BLANKET) TAKİP - ÇIKARMAK

Atlar ve pony'ler kışın kendi tüyleriyle ısınırlar. Normalde, yazın kısa ve ince olan tüyler tıraş edilmediği takdirde uzun, kalın ve sıkıdır. Atların tüyleri bir çeşit doğal mantodur. Tıraş edilen atlar ve pony'ler, ahırlarda üşüme riskiyle karşı karşıya kalırlar ve bu yüzden, tüm vücutlarını kaplayan bir örtüyle atlar soğuktan korunur.

### Örtü:

Çok kalın ve genellikle yumuşak kumaştan yapılan bu örtüler, atın vücudunda, sabit kayışlar sayesinde bağlanır. Örtü ayını zamanda atın tüylerinin temiz kalmasını sağlar, fakat örtünün kendisi çabuk kirlenir ve düzenli bir şekilde yıkanması gerekir.

Örtüyü çıkarırken, tüm kayışları sökmeyi unutmayın ve güzelce katladıktan sonra temiz bir yere koyun. Atınız ahır'ın içindeyse, örtüyü hiçbir zaman içerde bırakmayın.



### Yazlık Örtü:

Yazlık örtü, çok ince ve pamuktan yapılmıştır. Atın veya pony'nin yazın çalışmasından sonra terleme sonucu üşütmesini engellemek için konur. Örtü hafif olduğu için, terin buharlaşmasını sağlar.

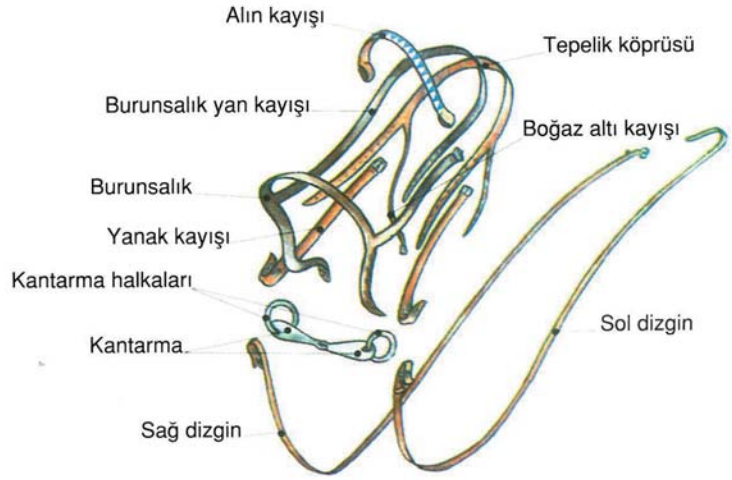
## MALZEMELERİN BAKIMI

Malzemelerin bakımını doğru yapabilmek için, onların tamamen sökülmesi gerekiyor.

### Başlık Sökmek:

Başlık sökmek çok kolaydır. Tekrar monte ederken ise dikkat edilmesi gereken iki nokta vardır.

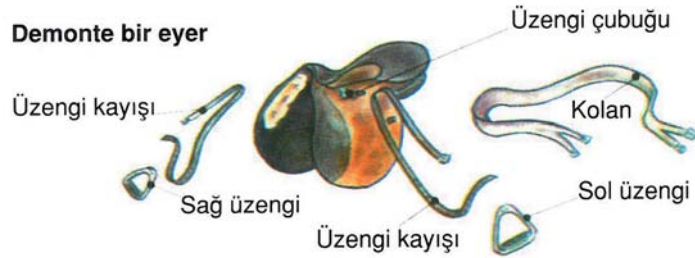
- Tüm tokaların dış tarafa gelmesine dikkat edilmeli.
- Boğaz altı kayışı ile burunsalık kayışının tokaları sol tarafa getirilmeli.



### Eyeri Sökmek ve Tekrar Monte Etmek:

Eyer sökmek, başlık sökmekten daha kolaydır çünkü sökülmesi gereken sadece üç parça vardır.

- İki üzengi kayışı
- İki üzengi demiri
- Kolan kayışı



### Deri Malzemelerin Bakımı:

Deri malzemeler, yumuşak, ıslak ve doğal bir sabuna batırılmış bir süngerle devamlı temizlenmelidir. Deri malzemeler yağ ile beslenip yumuşatılmalıdır. (En az ayda bir kez)



### Kauçuk, Plastik ve Çelik Malzemelerin Bakımı:

Her kullanımdan sonra, malzemeler sabunlu suda yıkanıp daha sonra çalkalanıp kurutulmalıdır. Tüm malzemelerin kullanımdan sonra yıkanması ve yağlanması gerekir. Özellikle de deri malzemeler ise.

### Bezlerin Bakımı:

Tüm bezlerin, eyer altlığının ve sargılarının düzenli bir şekilde çamaşır makinesinde yıkanıp, kurutulup katlanması gerekir.

## YARDIMLAR

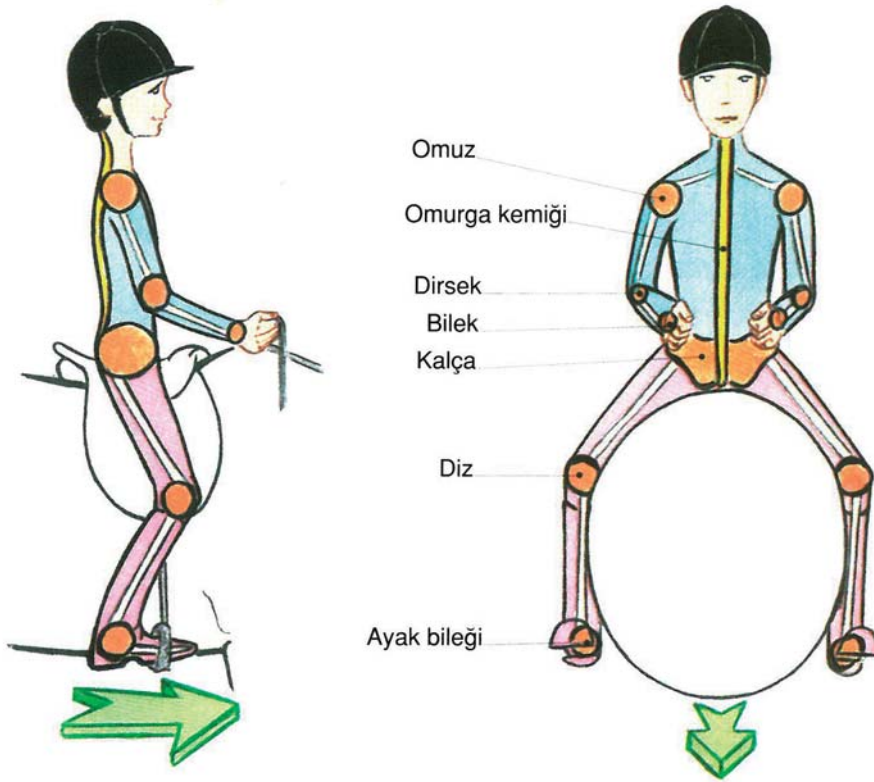
İki çeşit yardım vardır: yapay ve doğal yardımlar.

### Doğal Yardımlar (Temel uyarı ve yardımlar):

Atınızla temas kurabileceğiniz yardımlar, vücudunuzun tüm bölümlerinden oluşur.

- Vücudunuzun ağırlığı (ağırlık yardımı)
- İki bacağınız (baldır yardımı)
- İki eliniz (dizgin yardımı)

### Binicinin at üzerindeki pozisyonu:

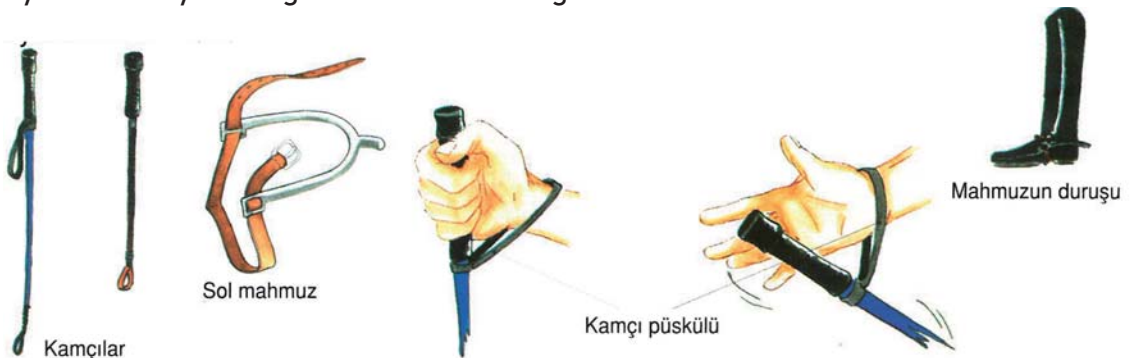


Vücudunuzun ağırlığı, Atınızın yürüyüşü ne olursa olsun, dengede durmanıza yardımcı olur.

### Yapay Yardımlar (Yardımcı uyarı ve yardımlar):

Temel uyarı ve yardımların yetmediği takdirde kullanacağınız malzemelerdir.

- Ses
- Kamçı
- Mahmuzlar





## ATIN HAREKETLERİ

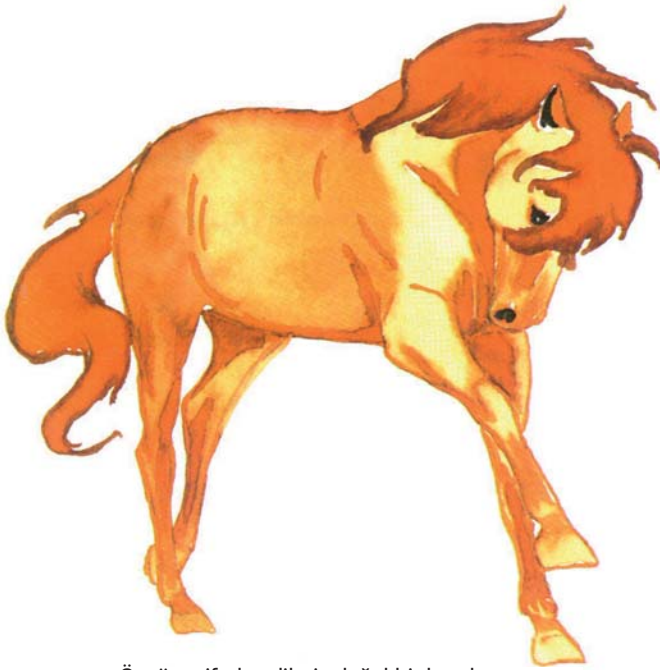
Atınıza yaptırmak istediğiniz çalışmalar ne olursa olsun, atınızın hareketsiz kalmasını istemezsiniz. Hareketler, ister doğal olsun ister çalışma sırasında, atınızın enerjisidir.

### Atınızın Hareketlerini Ne Şekilde Yönetebilirsiniz?

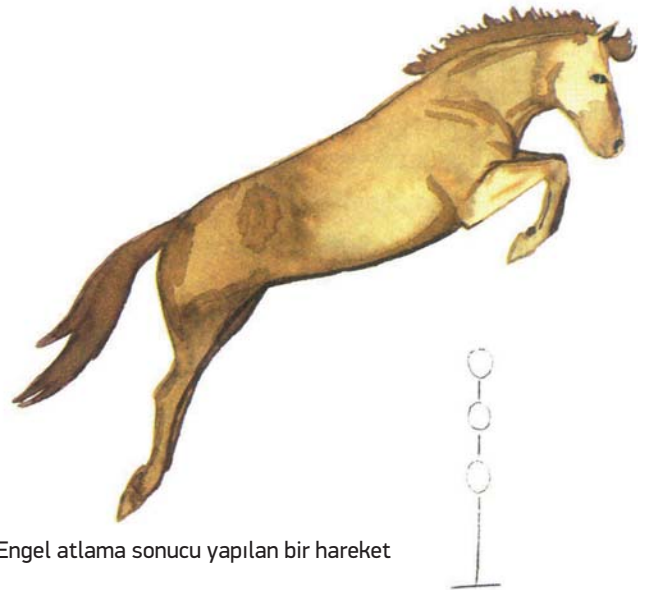
Atlar ve pony'ler, binicilerin istekleri doğrultusunda hareket ederler. Biniciler, bu isteklerini, baldırları, elleri (Dizginler) ve vücutlarının ağırlığı sayesinde dile getirirler.

### Atın üzerindeyken, atınızın hareketlerini ne şekilde kontrol edersiniz?

- Hareketi yaratarak
- Hareketlerin devamını sağlayarak
- Hareketlerin değişikliğini sağlayarak



Özgürce ifade edilmiş doğal bir hareket



Engel atlama sonucu yapılan bir hareket

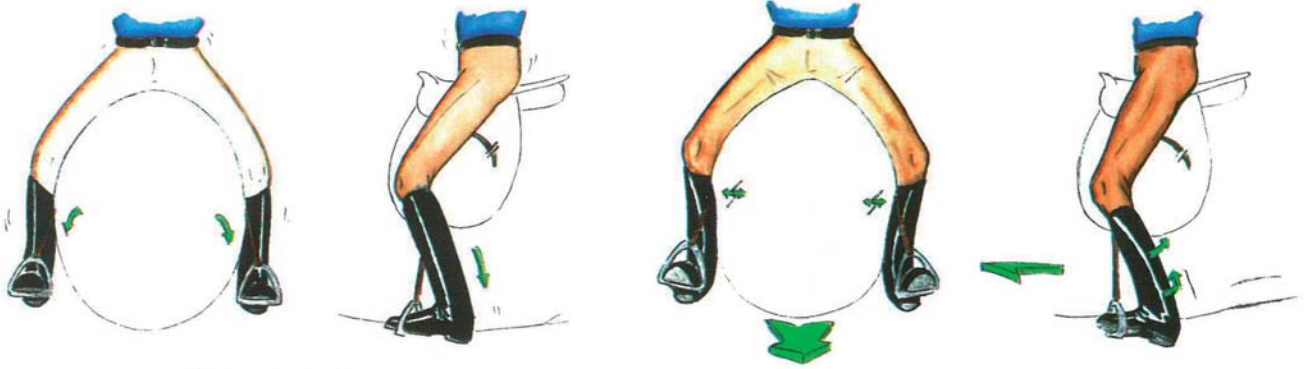
## İLERİ SÜRMEK - YAVAŞLATMAK - DURDURMAK

### İleri Sürmek:

Ancak vücudunuzun ağırlığı, bacaklarınız ve ellerinizle bir hareketin devamını sağlayabilirsiniz.

Böylece;

- Atınızın yürüyüşüne uyum sağlamak için kalça hareketinizin ağırlığını yükseltmeniz gerekir.
- Kolan kayışının üstünde, baldırlarda, aralıklı bir basınç yapılmalıdır.
- Parmaklarınızı biraz gevşeterek dizginleri kullanın (başparmak ve işaret parmağı dışında)



İki bacağın doğal teması

Kolan kayışına iki bacakla birlikte yapılan hareket

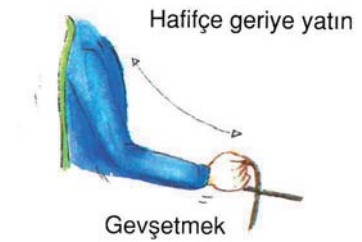
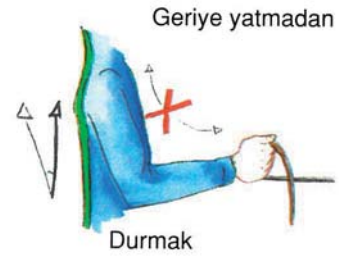
### Yavaşlatmak - Durdurmak:

Atınızı yavaşlatmayı, vücudunuzun ağırlığı, bacaklarınızın ve ellerinizin hareketiyle sağlayacaksınız.

Böylece:

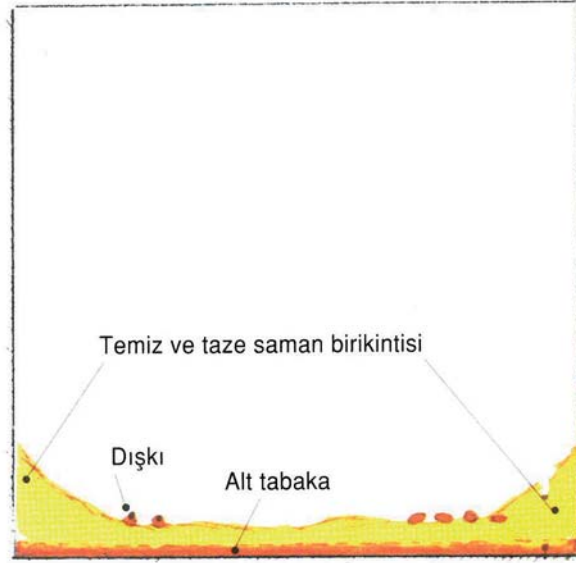
- Atınızın yürüyüşüne kalçanızla destek vermeyi bırakın (bel germe)
- Sirtınızı dik tutmalısınız
- El bileklerinin yardımıyla, parmaklarınızı sıkın
- Bacaklarınızı biraz gevşeterek doğal bir temasa dönün (bacaklarınızı açmadan ve öne doğru kaydırmadan)
- Baldırlarınızı kapatın ve bir önceki durumundan daha fazla basınç uygulayın; at yavaşlayınca veya bir alt yürüyüş kararına geçince ellerinizi sıkmayı bırakın ve baldırınız önceki temasa geri dönsün

Durmak için aynı hareketleri yapmalısınız. Fakat atınız isteğinize cevap verir vermez, yardımı kesin, ellerinizi gevşeterek tekrar doğal bir temas almasını sağlayın.



**Altlığın işlevi:**

Altlık genellikle saptan yapılır. (bazen talaş, gazete parçası v.s.) Altlık atınızın ahırın içinde rahatlıkla ve yaralanmadan yatmasını sağlar. Aynı zamanda, atınızı soğuktan korur.

**Altlığın Bakımı:**

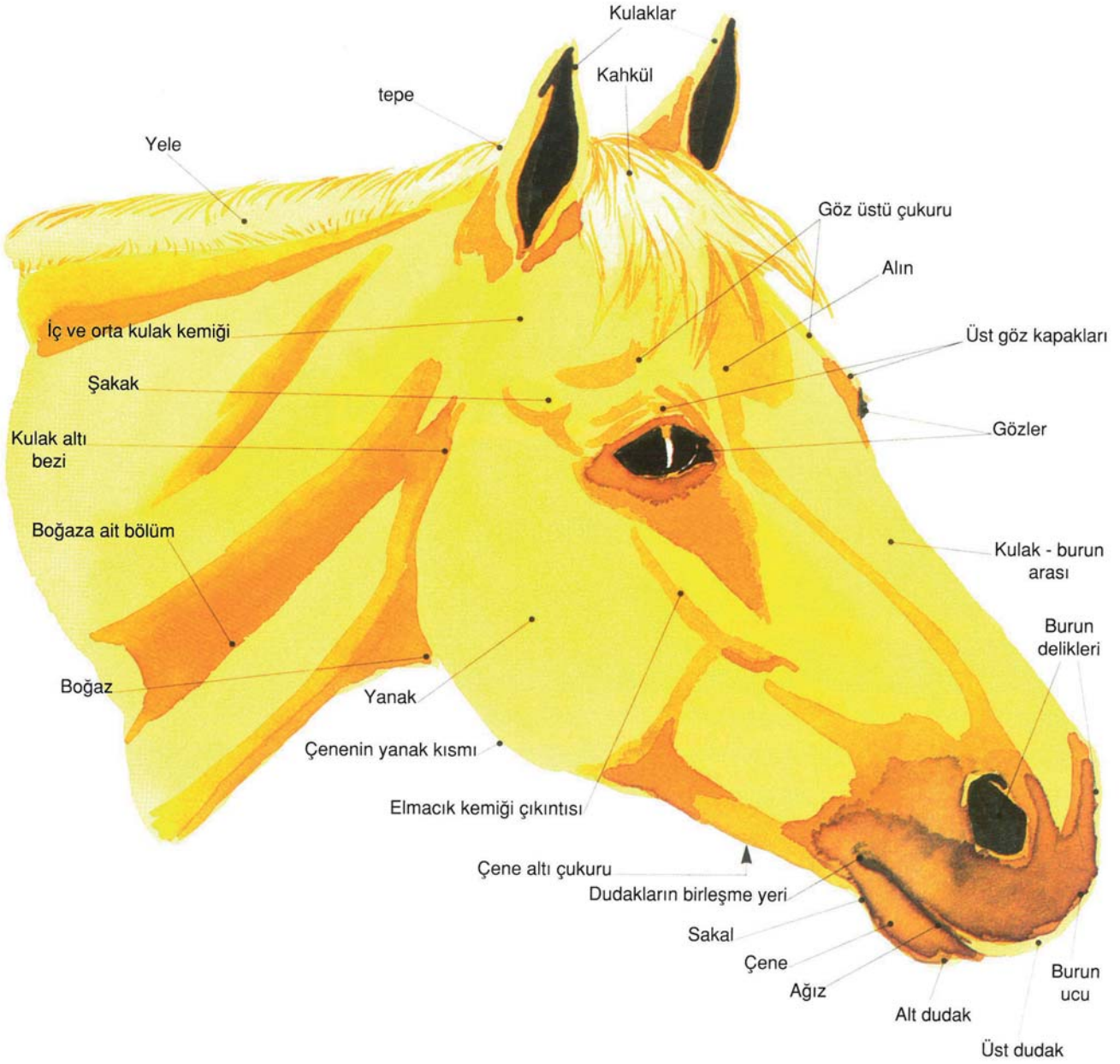
Dirgen ve el arabası ile yapılan temizlik:

- Sabahları pis samanı çıkarıp, yeni ve taze saman koymalısınız.
- Atınızın yatarken yaralanmasını önlemek için, kenarlarda saman birikintisi bırakmalısınız.
- Akşamları, dışkıları çıkarıp kenarlara tekrardan temiz saman eklemelisiniz.

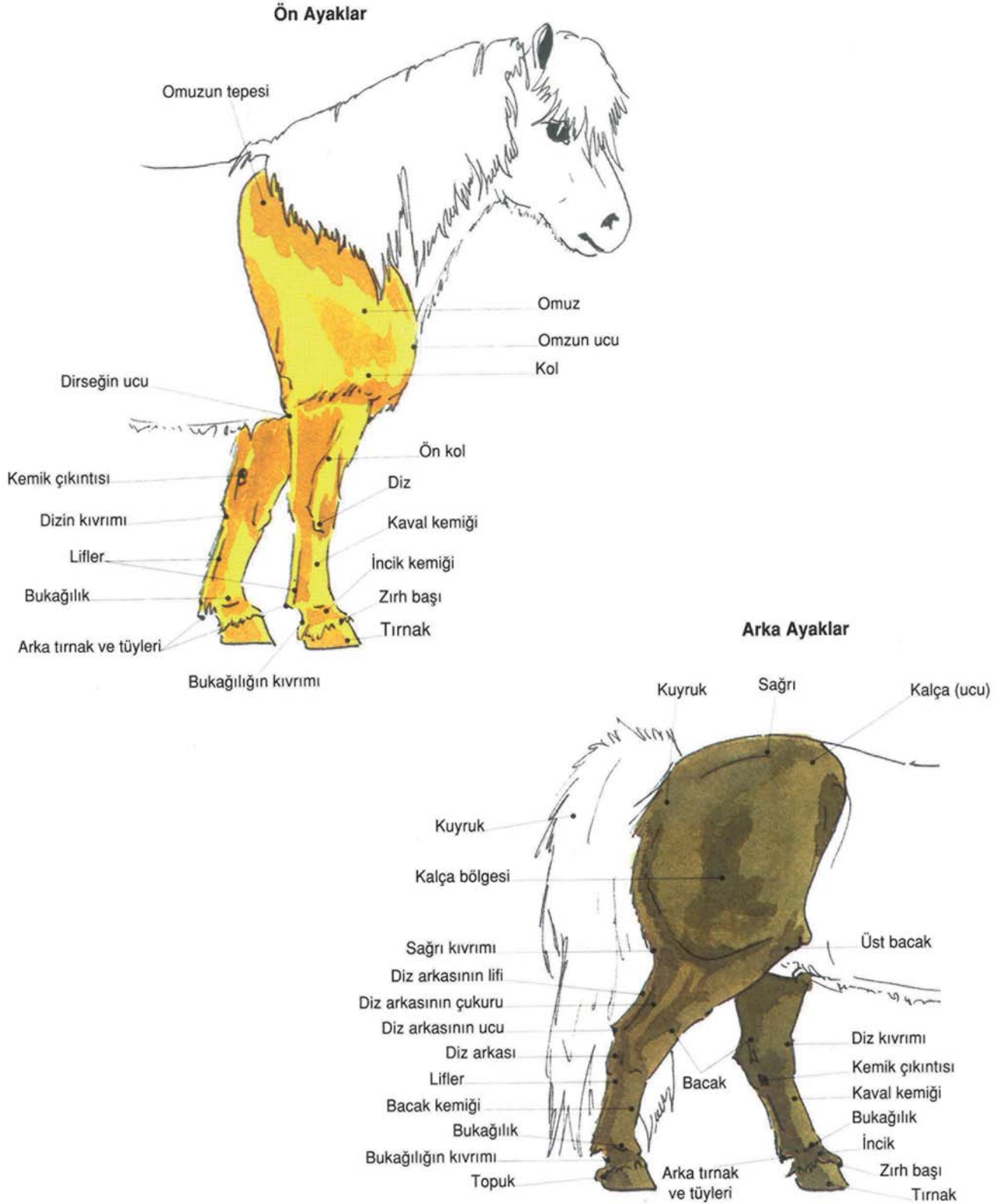


Binicilik kulüplerinin yataklığın bakımı için uyguladıkları değişik sistemler vardır.

## BAŞIN BÖLÜMLERİ



## AYAKLARIN DIŞ BÖLÜMLERİ



## AYAK

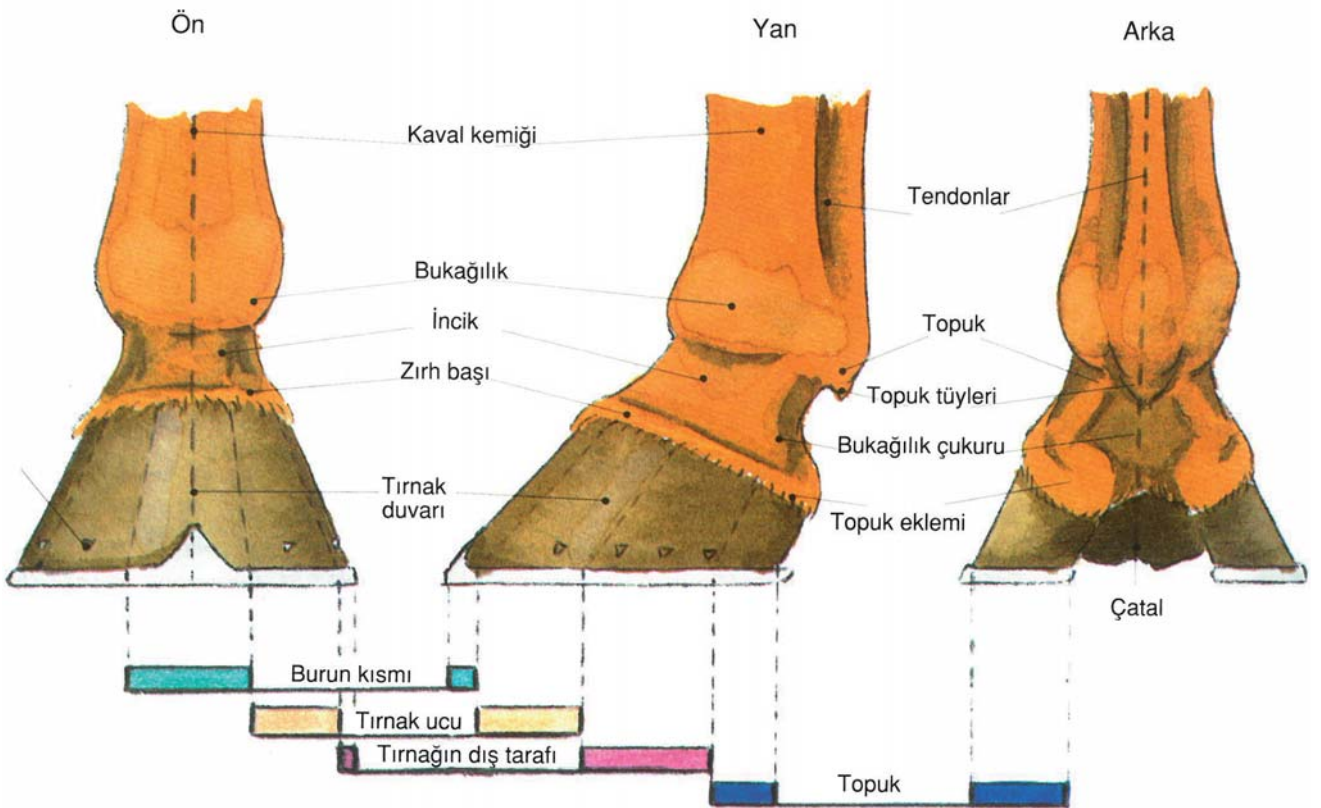
Eski bir atasözü vardır. “Ayak yoksa, at yoktur.” Atın ayağının bakımını yapabilmek için ilk olarak atımızın ayağını tanımalıyız.

Ayağın üç önemli işlevi vardır:

- Destek
- Şiddeti azaltmak
- İtme, yürütme

Tırnak:

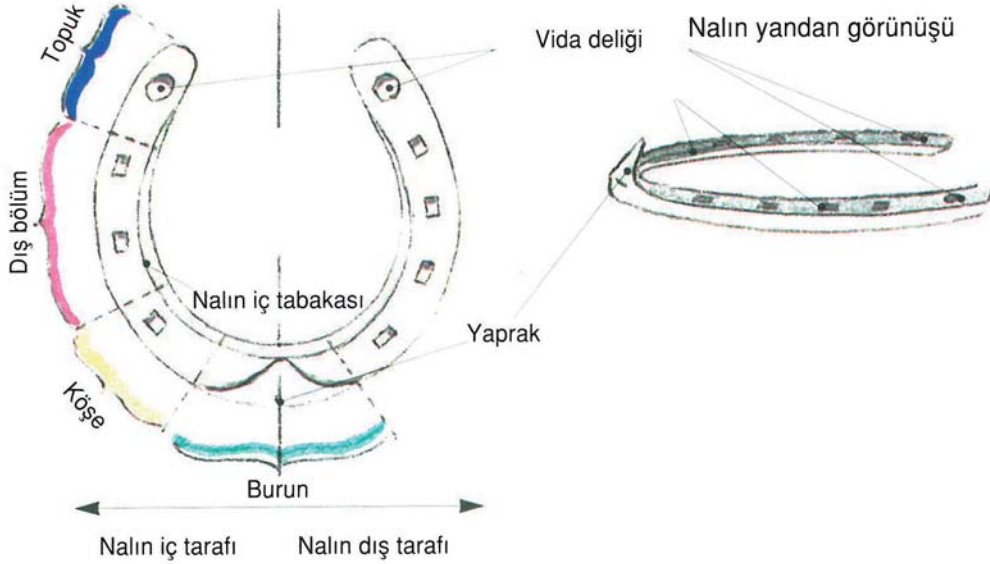
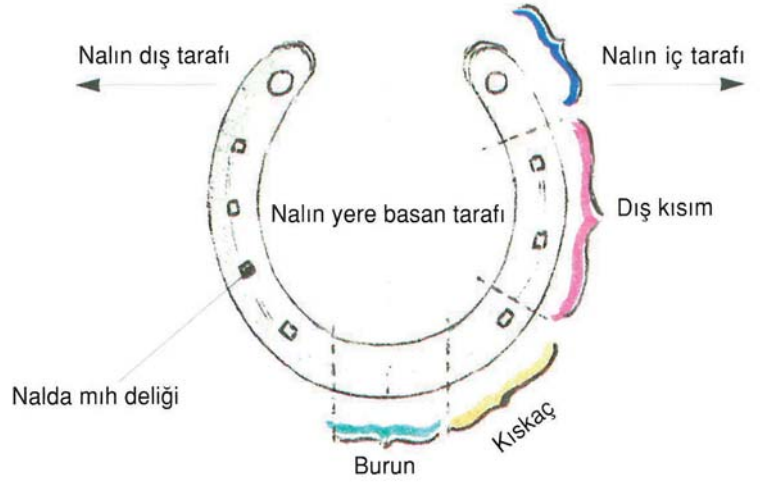
Ayağın iç kısmını (kemik ve et) korumaya yarayan üst tabakadır.



## NAL

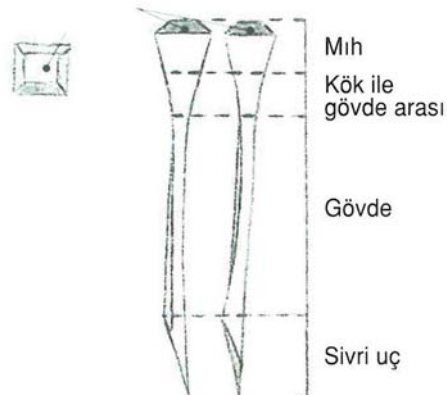
### Krampon vidası:

Kaygan bir alanda kaymayı önlemek için takılan kramponun deliği vidalıdır. Atın ayağını sert zeminden korumak için nal çakılır. Atın tırnağı orantılı olarak yıpranır. Fakat tırnak ucu daha çabuk yıpranır. Bu nedenle nalbant tarafından atın tırnağına nal takılır.



Nallar, genellikle 30 ila 60 gün içerisinde değiştirilmelidir. Genelde Pony'lerin yalnızca ön ayaklarına nal takılır, arka ayakları yalnızca törpülenir. Bunun nedeni, çifte atarlarsa çocuklara zarar vermelerinin engellenmesidir. Shetland'lara ise çok nadir nal takılır. Spor amaçlı kullanılan tüm atların dört ayağına da nal takılır.

### Yandan bakış



## AYAKLARIN VE BACAKLARIN BAKIMI

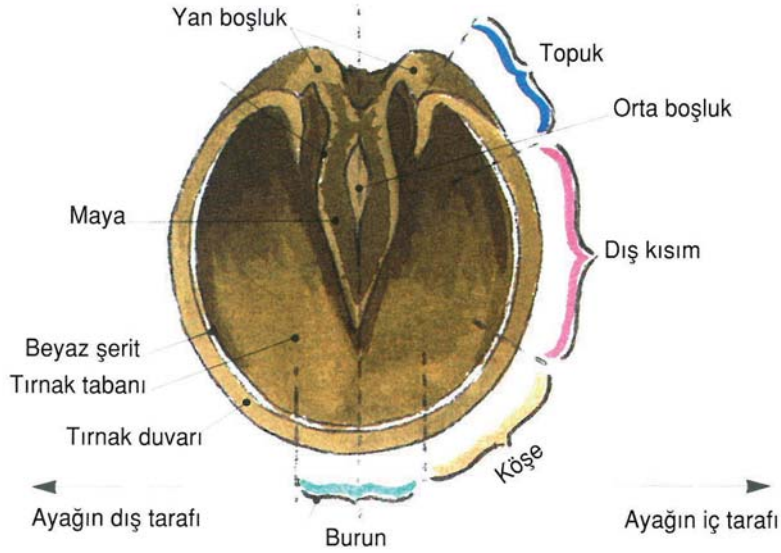
Atınızın eyeri ve başlığı çıkarıldıktan sonra tam bir tımar yapılır. Böylece, atınızın ayaklarını ve bacaklarını kontrol etmiş olursunuz.

### Ayaklar:

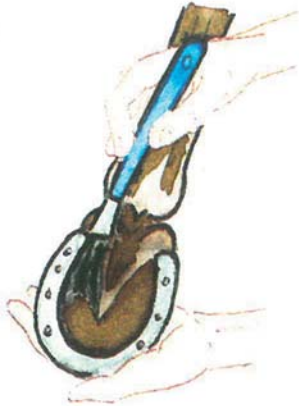
Atın dört mayasını da dikkatlice temizleyin. Aynı zamanda da kontrol edin.

- Tırnak tabanını, mayasını ve tırnak altını temizleyin
- Tırnağın altına girmiş olan yabancı cisimleri çıkartın
- Nalın durumunu kontrol edin (eksik mih, yıpranmış nal ...)

### Nalsız ayak:



Atınızın ayağını temizledikten ve sağlıklı olduğunu kontrol ettikten sonra, atın tırnak tabanının ve üstünün yağlanması gerekir. Tırnakları yağlamak, onların yıpranmasını engeller. Bunun için hazırlanmış besleyici tırnak yağlarından kullanmalısınız. Her tırnağı tek tek elinize alarak yağlama yapılır. Böylece aynı zamanda da tırnakta anormal bir sıcaklık olup olmadığını kontrol etmiş olursunuz.



1- Tırnak tabanının yağlanması

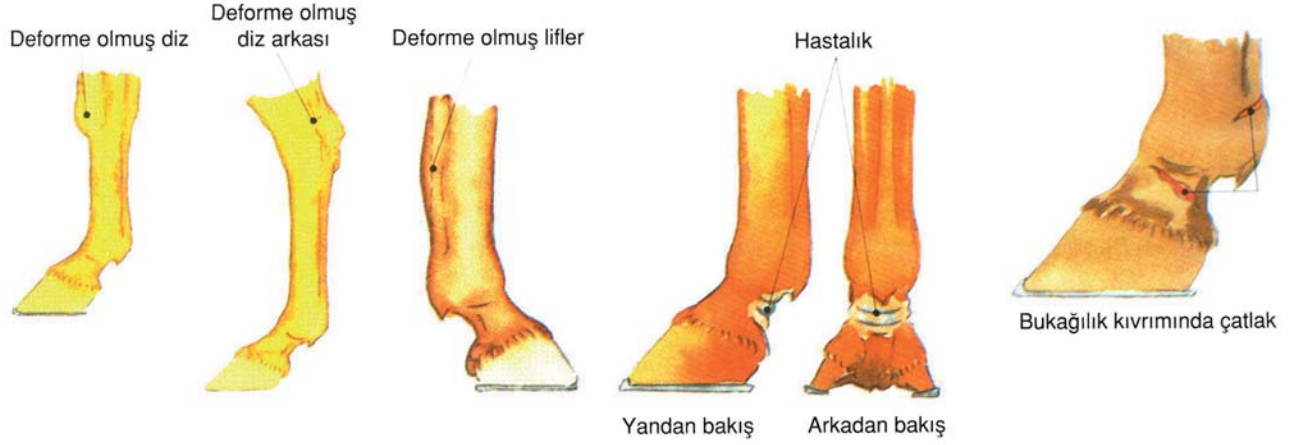


2- Tırnak üstünün yağlanması



## Ön ve Arka Bacaklar

Kumu ve çamuru atınızın ayağından çıkarmak ve aynı zamanda kontrol etmek amacıyla atınızın bacaklarını yukarıdan aşağıya doğru fırçalamalısınız. Atınızın bacak kemiğinde, liflerinde, bukağılık ve tırnak üstünde bir şişkinlik bir yaralanma (yara, kesik, sıyrık), zarar (bacakların birbirine çarparak yaralanması) ve vücut sıcaklığında bir sorun olup olmadığını, atınızın bacaklarına dokunarak anlarsınız.



Havalar güzel olduğunda, atınızın bacaklarını hergün yıkamalısınız. Su, atınızın bacaklarını hem temizler hem de masaj yapar.



Bacakları kurutmayı unutmayın, yağsız tırnaklara su zararlıdır. Temiz bir bezle, yıkanan bacakları iyice kurutmalısınız, özellikle de kıvrım yerlerine dikkat etmelisiniz. Böylece, deride oluşabilecek çatlakları engellemiş olursunuz. (bukağılık kıvrımında oluşabilecek çatlaklar)

## YÜRÜYÜŞLER

Yürüyüşler, atınızın veya pony'nizin yürüme hızı ve şeklidir. Üç çeşit yürüyüş vardır: adeta, süratli ve dörtlü.

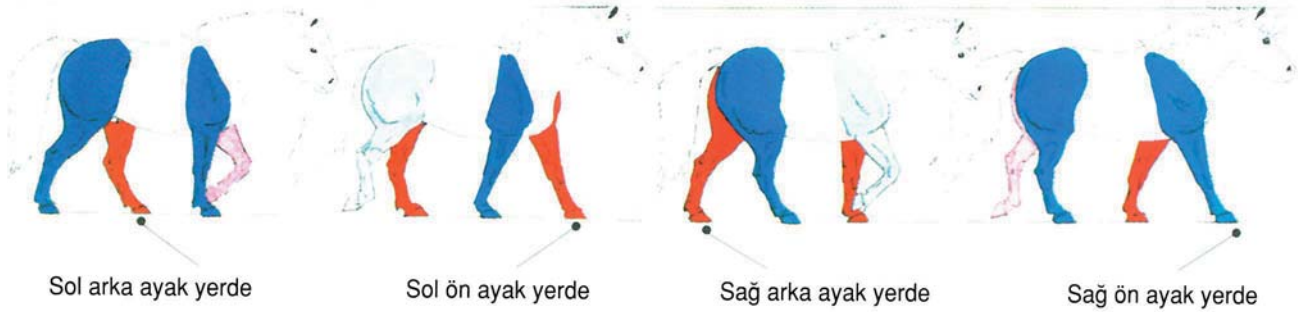
### Aşağıdaki yürüme şekillerinin açıklaması:

Yere basan ayaklar koyu renklerle gösterilmiştir. Yere basmayanlar ise açık renklerle gösterilmiştir.

#### Adeta:

Adeta, en yavaş yürüme şeklidir. Adetanın hızı, bir at için saatte yaklaşık 6-7 km'dir. Adeta, simetrik ve dört eşit zamanlı bir yürüyüştür. Atın yorulmadan devam ettirebileceği bir yürüme şeklidir. Dört ayağın ayrı zamanlarda adım atmasıyla oluşan 4 zamanlı yürüyüş şeklidir. Ön iç ayağın hareketini sırasıyla dış arka ayak, sonra ön dış, ve sonra da iç arka ayak takip eder.

#### Adetanın Mekanizması



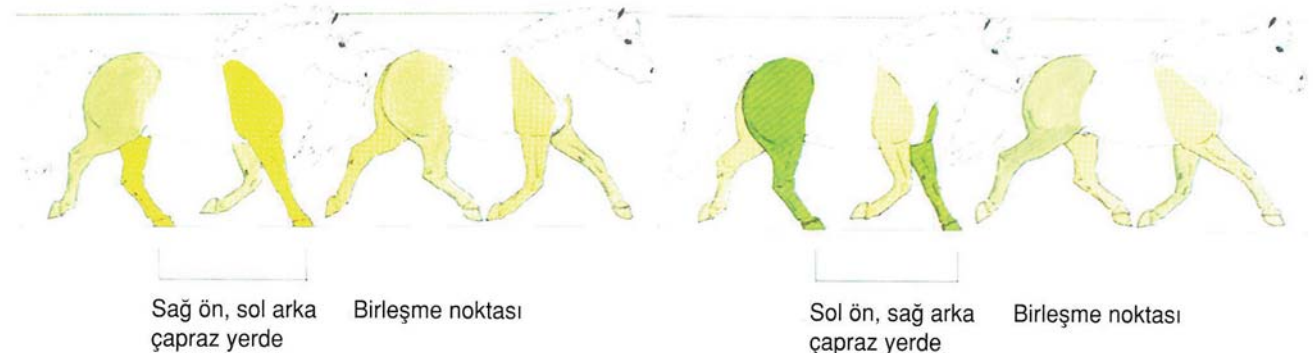
#### Süratli:

Süratli, orta hızda bir yürüyüştür. Süratlinin hızı bir at için saatte yaklaşık 14-15 km'dir. Süratli simetrik ve iki eşit zamanlı bir yürüyüştür.

At veya pony, ön ve arka ayaklarını çapraz bir şekilde ilerletir. Ayrıca bu yürüyüş, arada bir, ön ve arka ayağın ortada buluşmasıyla bölünür. Atın çapraz ayaklarının aynı anda hareket etmesiyle oluşan hafif koşma şeklindeki 2 zamanlı yürüyüş şeklidir.

Ön iç ayak ile arka dış ayak aynı anda adım attıktan sonra arka iç ayak ile ön iç ayak aynı anda adım atar.

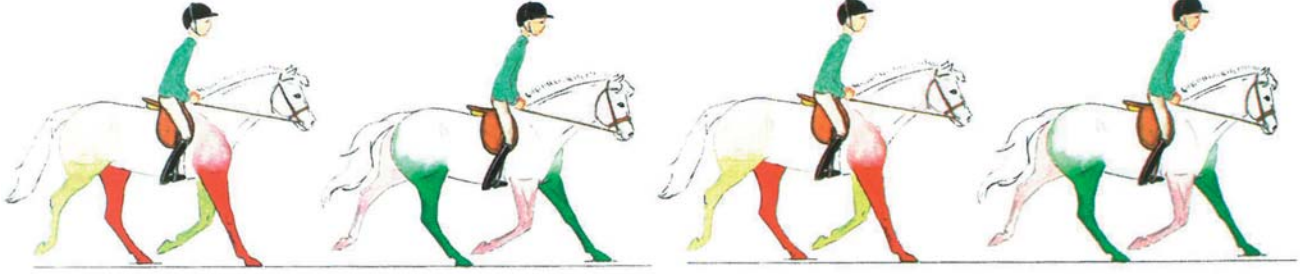
#### Süratlinin Mekanizması



### Hafif Süratli

Atınız veya pony'niz süratli gittiği zaman, ön arka çaprazda ilerler.

Süratlide adetaya göre daha fazla sarsıntı vardır. Bu vuruşları hafifletmek için iki adımda bir ayağa kalkmalısınız.



Sol yan süratli giden bir binici (Resimler sol yanı gösteriyor)

Oturup kalkabilmek için, ön arka çaprazın basmasından yararlanmalısınız. Bu atınızın adımlarına göre, belli bir ritimde eyere oturup kalkarak yapılır. Uсталığı ise çok tekrara ve egzersiz yapmaya bağlıdır. Süratli, ritmi bozmadan ve ata uymanızı gerektiren bir biniştir. Ağırlığınızı önde tutun, böylece dengenizi kaybetmezsiniz. Sert bir şekilde oturmayın ve oturuşunuzu sürekli kontrol edin.

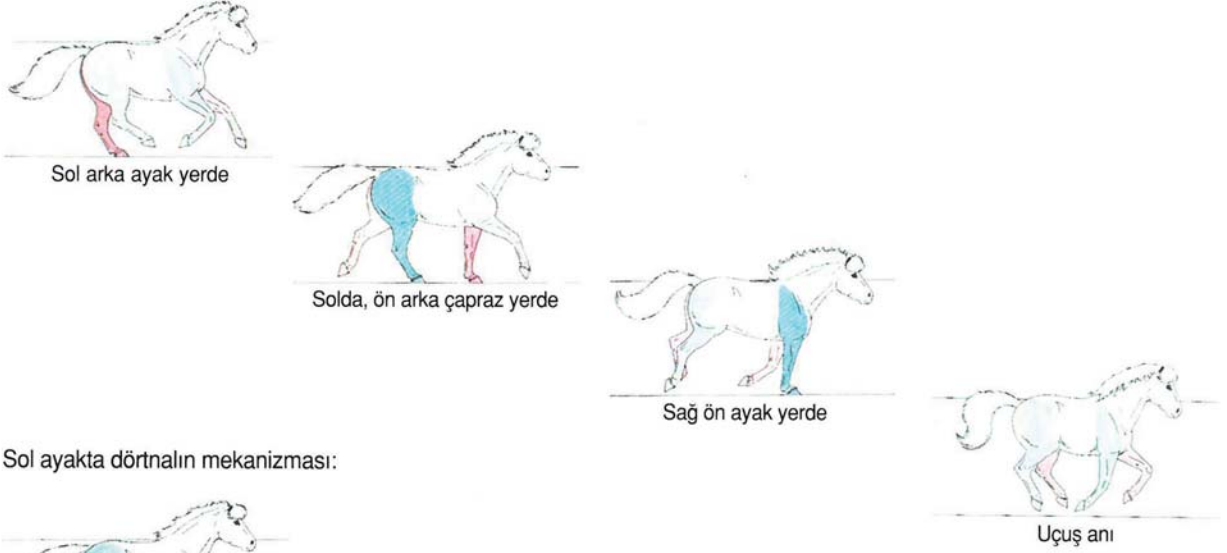
### Hafif Süratlide Yan Değiştirmek - Neden?

Yan değiştirebilmek için, ilk olarak hangi ön arka çaprazda gittiğinizi bilmeniz gerekir. Yan değiştirmek için iki zaman oturmalısınız veya ayakta durmalısınız. Tekrar ritmi yakaladığınızda diğer ön arka çaprazda gittiğinizi göreceksiniz. Atınızı yormamak için yan değiştirmelisiniz.

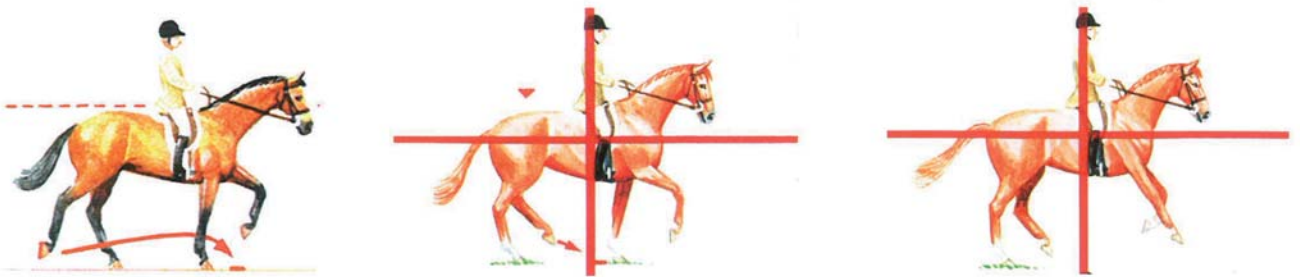
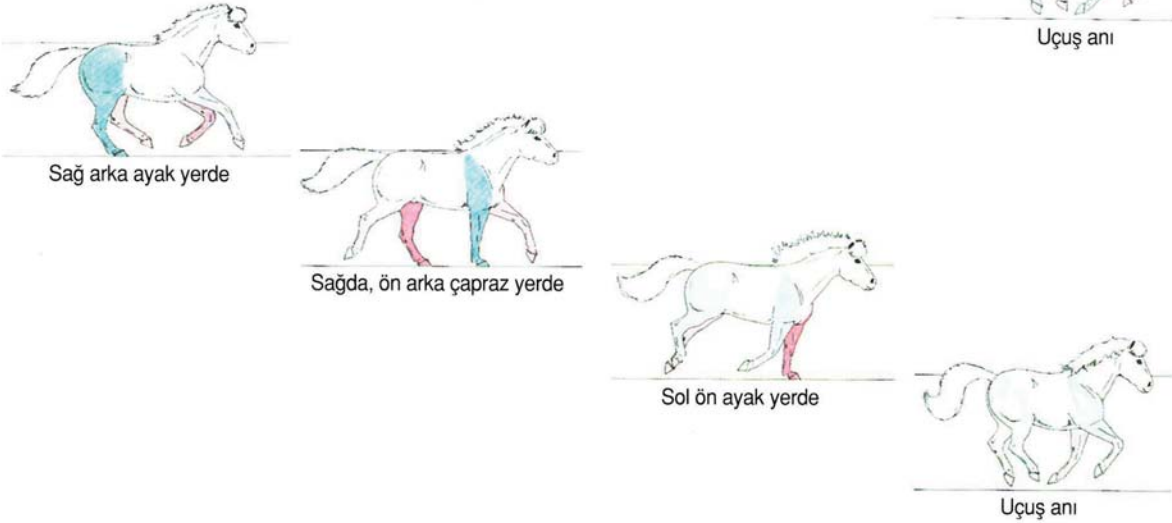
## Dörtnal

Dörtnal, en hızlı yürüme şeklidir. Dörtnalın hızı, bir at için saatte yaklaşık 20-30 km'dir. Yarış atı saatte yaklaşık 60 km koşar. Dörtnal, sarsıntılı, asimetrik ve üç zamanlı bir yürüyüştür. Ve ayakların ortada buluşmasıyla tamamlanır. Doğal olarak, atınız hangi yanda giderse, o ayak üzerinde dörtnala gider. Demek ki iki şekilde dörtnala gidebilir. Sağ ayakta dörtnal ve sol ayakta dörtnal. Atın ayaklarını 3 ayrı zamanda atarak koştuğu yürüyüş şeklidir. Arka iç ayak ilk olarak hareket eder ve ardından ön iç ve arka dış ayağa aynı anda adım atar ve son olarak da ön dış ayak adım atar.

Sağ ayakta dörtnalın mekanizması:



Sol ayakta dörtnalın mekanizması:

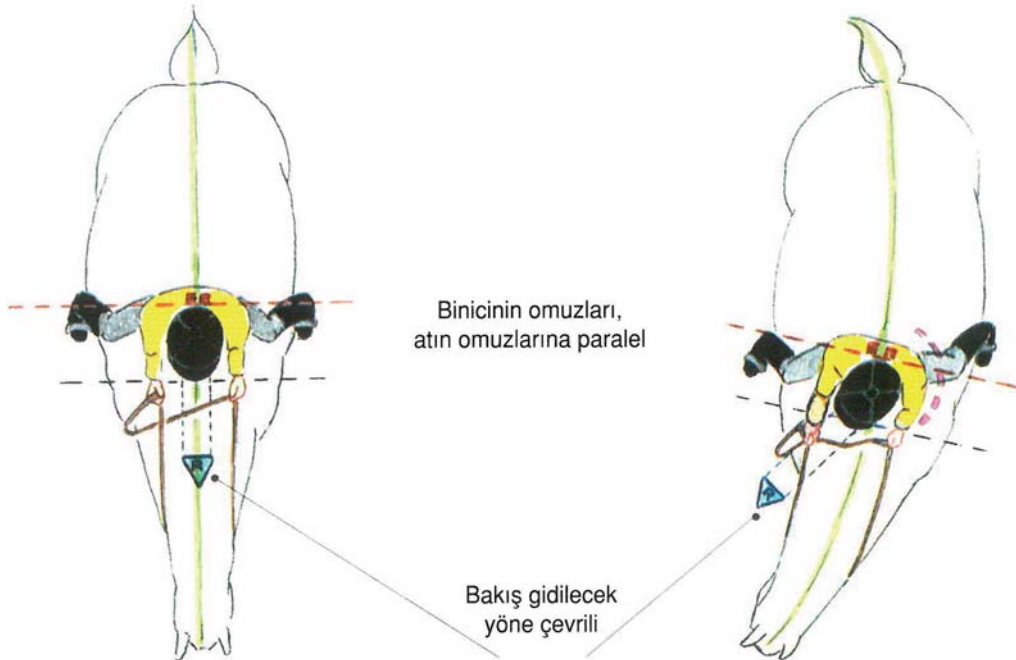
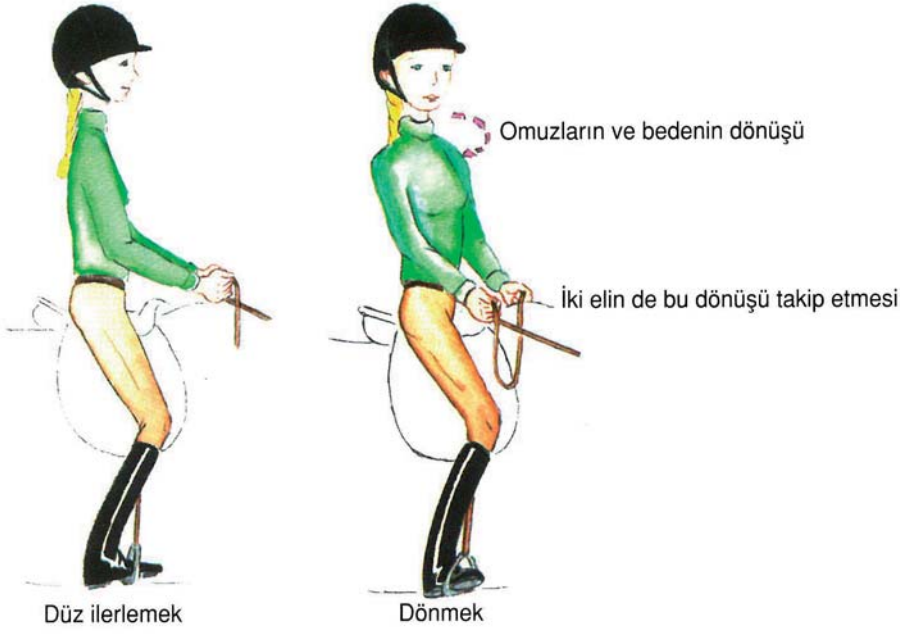


## DÖNMEK

Atınızın dönmesini sağlamak için, ilk olarak düzgün bir şekilde gideceğiniz yöne dönmeli, daha sonra atınızın hareketinin devamını sağlamalısınız.

Dönmek için:

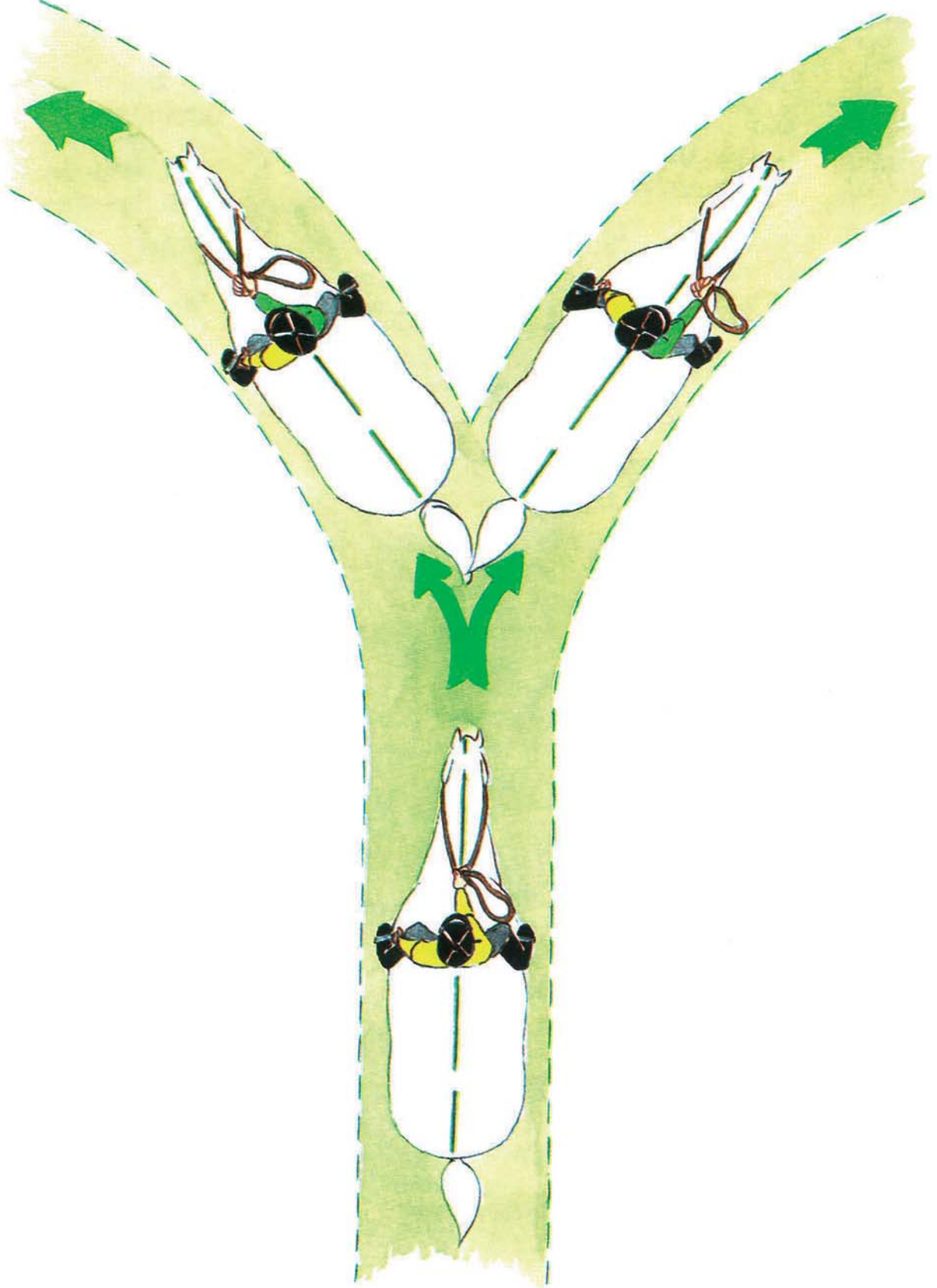
- Gideceğiniz yöne bakın
- Vücudunuzun tamamıyla bir dönüş yapın (baş, omuz, sırt)
- İki elinizle birlikte, omuzlarınızın dönüşünü takip edin



Dönmek için, gitmek istediğiniz tarafa yönelmeli ve atınızın hareketinin devamını sağlamalısınız. Doğru yönelmenizi bakışınız sağlayacaktır.

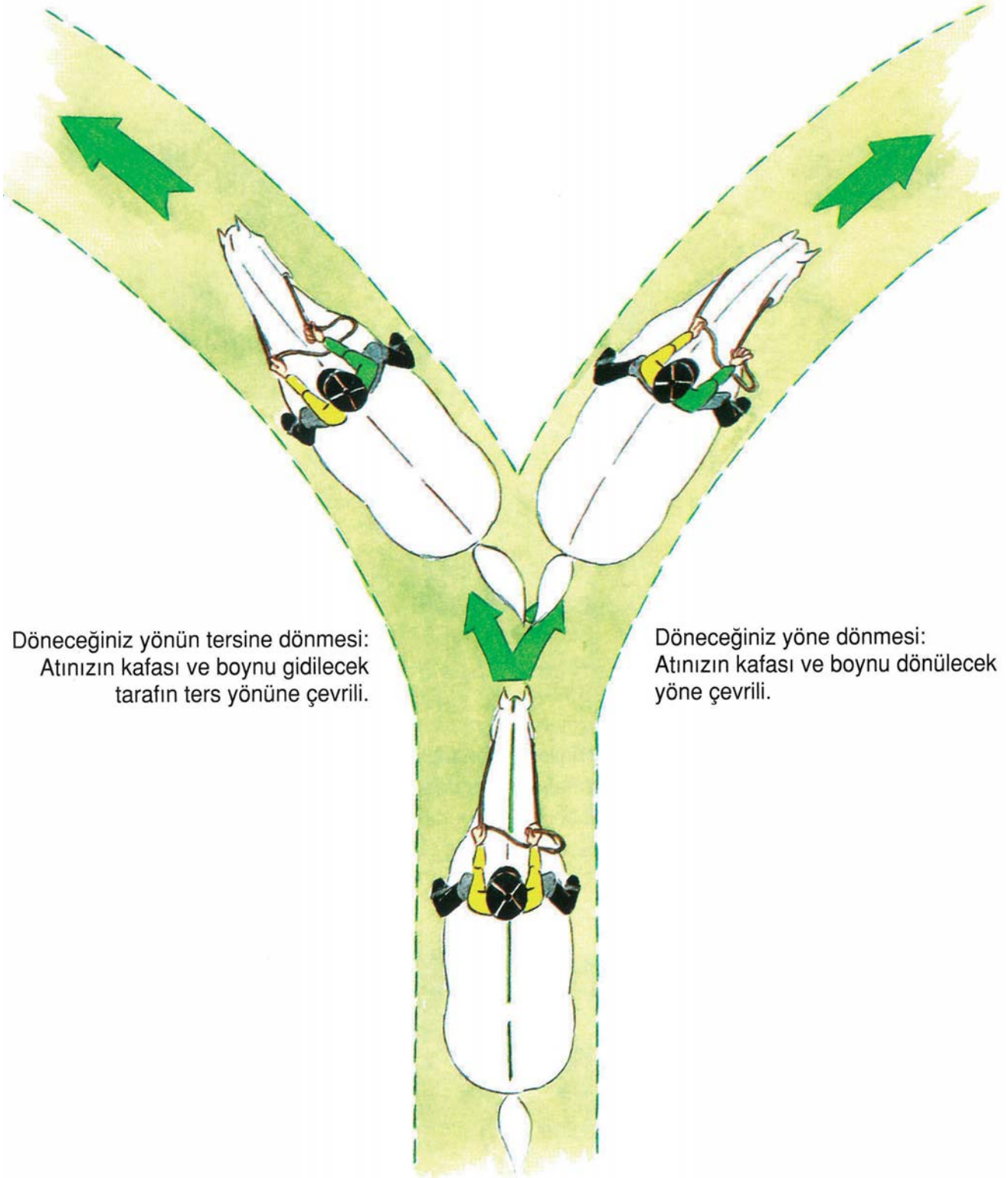
**Atınızı iki dizgin tek elde döndürmek:**

Dikkat, dönmek için hangi tarafı seçerseniz seçin, sonuç her zaman tersi olacaktır.



**Atınızı iki elde bir dizgin ile döndürmek:**

Dikkat, dönmek, kafanızı, omuzlarınızı, sırtınızı ve iki elinizi gitmek istediğiniz tarafa yöneltin. Tabii omuzlarınız, atın omuzlarına paralel olmalı.



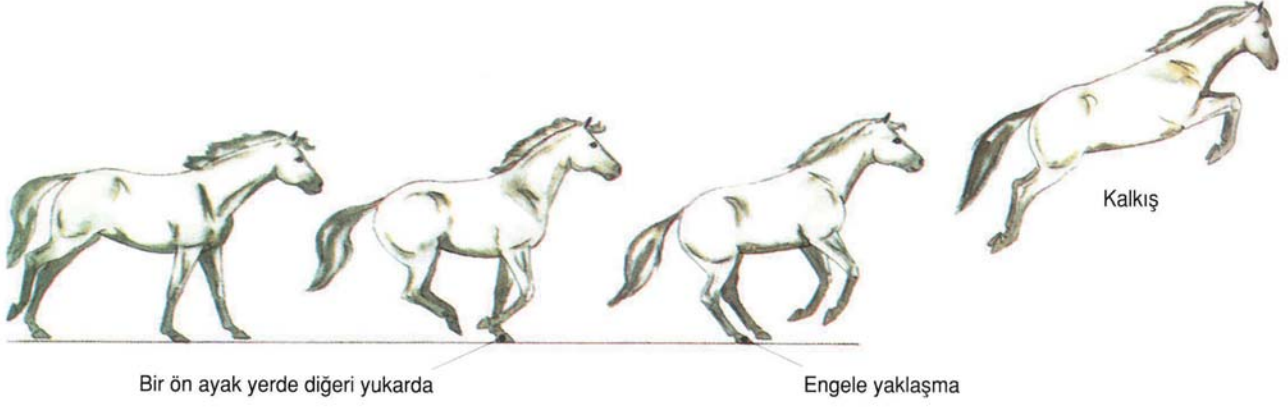
Döneceğiniz yönün tersine dönmesi:  
Atınızın kafası ve boynu gidilecek  
tarafın ters yönüne çevrili.

Döneceğiniz yöne dönmesi:  
Atınızın kafası ve boynu dönülecek  
yöne çevrili.

## ATLAMA

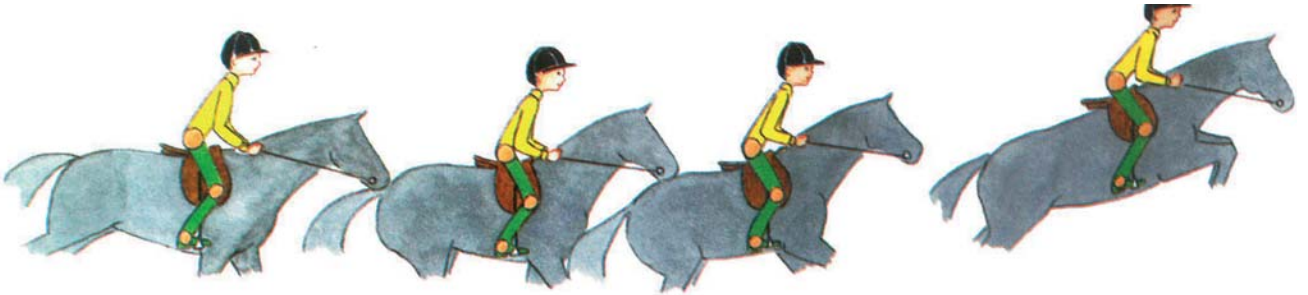
Engel ne çeşit olursa olsun, at veya pony, atlamayı birçok evreye ayırır.

### Atlama mekanizması:

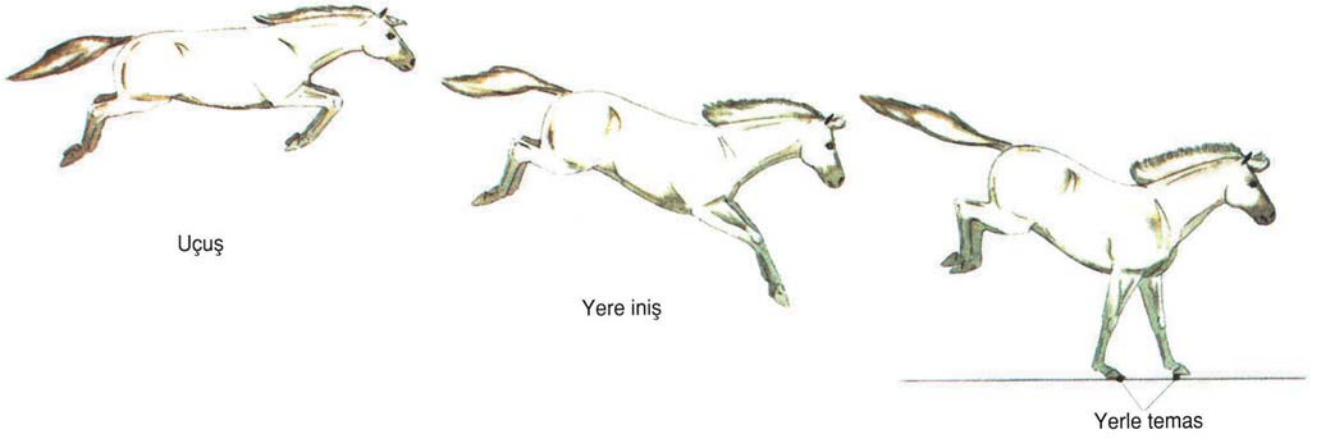


### Binicinin Görevi:

Atlamanın sarsıntısını hafifletebilmek için, üzengilerde dengede durarak, tüm bel ve topuk arası eklemlerinize süspansiyon vererek, öne doğru hafifçe eilmelisiniz ve dengede durmalısınız. Önce atın boynunun size doğru gelmesini bekleyin. Maniye kalkarken, atın boynunun ileriye hareketi ile büstünüzü öne doğru verin. Dizginler atın ağız ile hareketi beraberce ve aynı gerginlikte takip etmeli.







### Atlamanın Sarsıntısını Azaltmak İçin Binicinin Görevi:

Atınızdan önce ve sonra davranmayın. Bırakın atınız rahatlıkla atlasın.



## MALZEMELERİN AYARLANMASI

Atınızın malzemeleri, boyuna uygun olmalı (yular, başlık, eyer ve koruyucu malz...)

Bu malzemelerin bazen gevşemesi mümkündür ve bu yüzden sürekli kontrol edilmeli.

### Yuların Ayarlanması:

Atınızın kafasına uygun olmalı, geriye kalan tek şey, boğaz altı kayışının ayarlanması (Bölüm 1'e bakınız).



### Başlığın Ayarlanması:

Kantarmanın yüksekliği, kantarma ağız içinde iken ayarlanmalı. Ağız demirinin kenarından bükülüp bükülmediğini kontrol edin. Atınızın kendini başlıkla rahat hissetmesi önemlidir. Eğer bir yeri çok sıkı, gevşek ve kayışlar olması gerektiği gibi değilse bu durum atınızı rahatsız edecektir. Bunu ayarlamak için iki yanak kayışının düzeltilmesi yeterlidir. Ama dikkat, tek bir kayışı düzeltirseniz, başlık yamuk olur.

### Burunsalıkların Ayarlanması:

#### Fransız Burunsalığı:

Elmacık kemiğinin çıkıntısı ile burunsalık arasında, iki parmak uzunluğu kadar boşluk bırakılmalı.



#### Alman Burunsalı:

Kantarma deliklerinden ayarlanır. Fakat ağız ve burun deliklerini fazla sıkılamaya dikkat etmeli.

#### Çapraz Burunsalık:

Kulak ve burun arasında bölgede çapraz olarak takılır ve fazla sıkılamaya dikkat edilmelidir.



### Eyerin Ayarlanması:

Eyer, cidago kemiği, sırt ve karın bölgesine uygun olmalı. Eyerin, eyer altlığının ve kolan kayışının doğru yerleştirilmesine dikkat edilmelidir.

### Koruyucu ve Yardımcı Malzemelerin Ayarlanması:

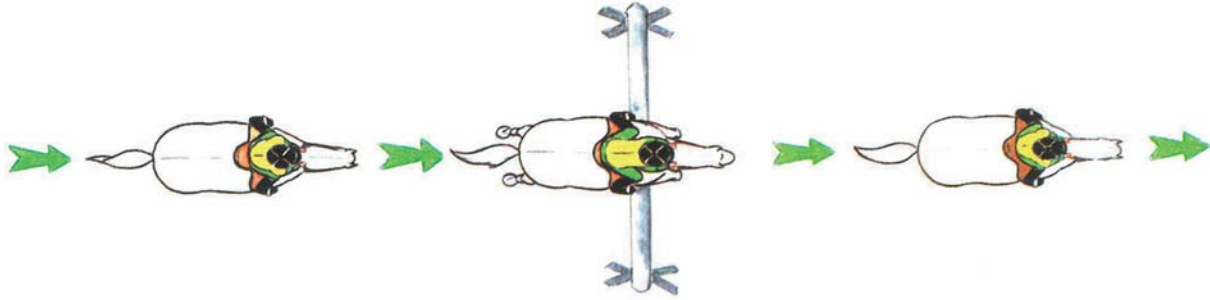
Sadece eğitmen tarafından yapılması gereken bir iştir.

## BİR ENGELİ ATLAMADAN ÖNCE VE SONRASINDA YÜRÜYÜŞÜN VE HIZIN KONTROL EDİLMESİ

Bir atlama esnasında, dengede durabilmeniz ve atınızın hareketini kontrol edebilmeniz gerekir.

Atlamadan önce:

- Başınızı yukarıda tutun ve atın kulakları arasından ileriye bakın
- Atınızı, engelin tam ortasına yönlendirin
- Atınızın hareketinin devamını sağlayarak, yürüyüşünü ve hızını kontrol edin



**Atlamanın eşğinde:**

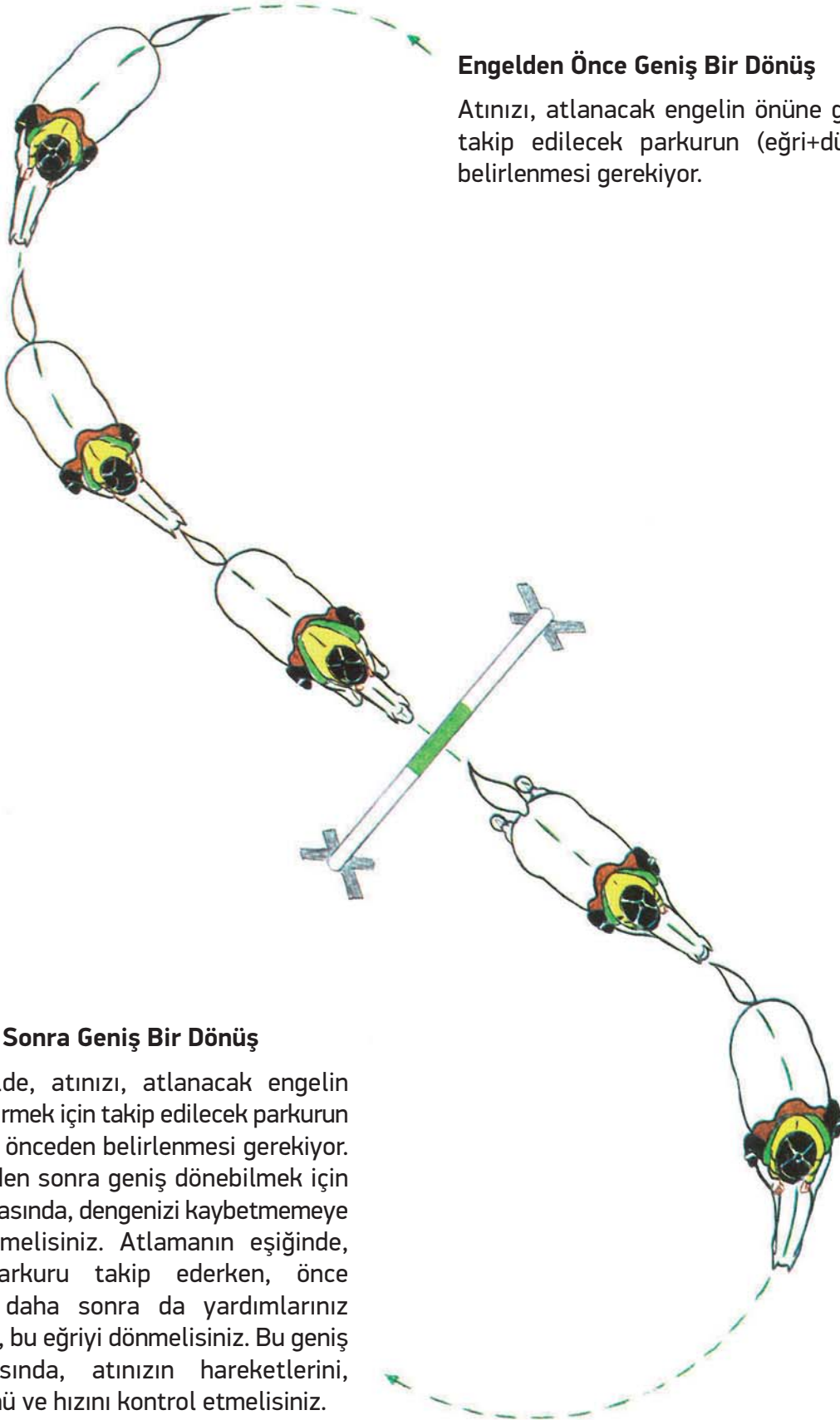
- Dik durup, eyere hafifçe girmelisiniz
- İleriye bakın
- Parkuru takip etmelisiniz
- Atınızın hareketini sürdürmek veya yükseltmek

Sizin yardımlarınız atlamadan önce ve atlayış esnasında, atınızın hareketlerinin devamını sağlar. Ayrıca, parkurun düzgün bir şekilde takip edilmesini de sağlar bu yardımlar (bacak, vücut ağırlığı ve el)

## BİR ENGELİN ÖNCESİNDE VE SONRASINDA YÖNÜN KONTROL EDİLMESİ BU ENGELİN ÖNCESİNDE VE SONRASINDA YAPILAN GENİŞ EĞRİ

Takip edilecek eğri çizginin, engelin önünde veya arkasında olması fark etmez. Üzengilerde dengede durmanız gerekir. Eğrinin başından sonuna kadar yapılması gerekenler;

- Gideceğiniz yöne bakmak
- Yardımlarınızla, atınızın hareketini, hızını ve yürüyüşünü kontrol etmelisiniz
- Dönmek için yapılması gereken yardımların yerine getirilmesi
- Omuzlarınızı, döneceğiniz yöne doğru yöneltmelisiniz
- Eyerin ön hanesine doğru yaklaşmalı ve engel esnasında oturmamalısınız



### Engelden Önce Geniş Bir Dönüş

Atınızı, atlanacak engelin önüne getirmek için takip edilecek parkurun (eğri+düz) önceden belirlenmesi gerekiyor.

### Engelden Sonra Geniş Bir Dönüş

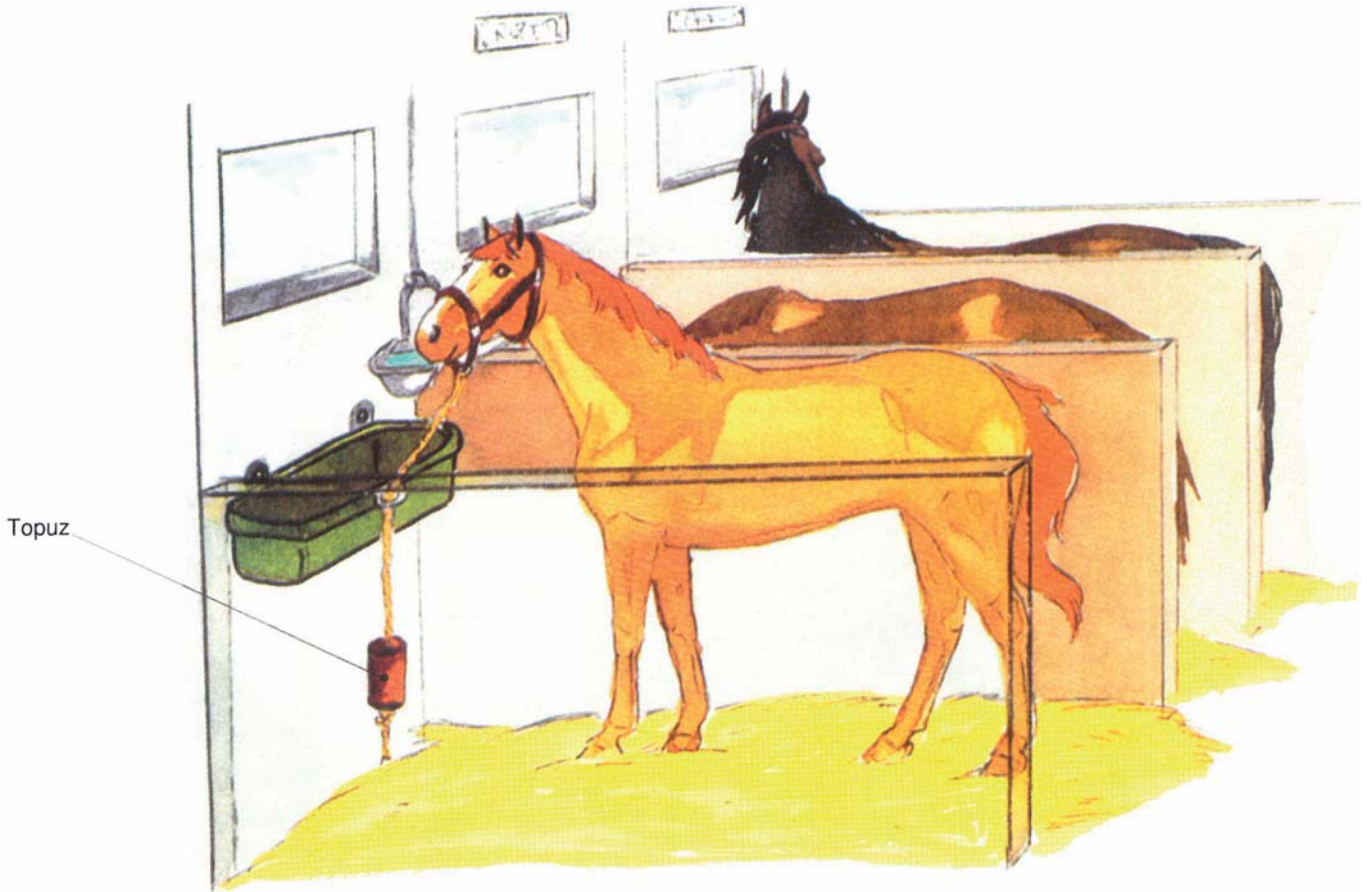
Ayrı şekilde, atınızı, atlanacak engelin önüne getirmek için takip edilecek parkurun (eğri+düz) önceden belirlenmesi gerekiyor. Bir engelden sonra geniş dönebilmek için atlama sırasında, dengenizi kaybetmemeye gayret etmelisiniz. Atlamanın eşiğinde, atınızı parkuru takip ederken, önce bakışınız daha sonra da yardımlarınız sayesinde, bu eğriyi dönmelisiniz. Bu geniş eğri sırasında, atınızın hareketlerini, yürüyüşünü ve hızını kontrol etmelisiniz.

**Ahırda:**

Ahır, atların yaşadıkları yere denir. Atın veya pony'nin boyuna ve karakterine göre, bu ahırlar dörde ayrılır. En küçükten en büyüğe.

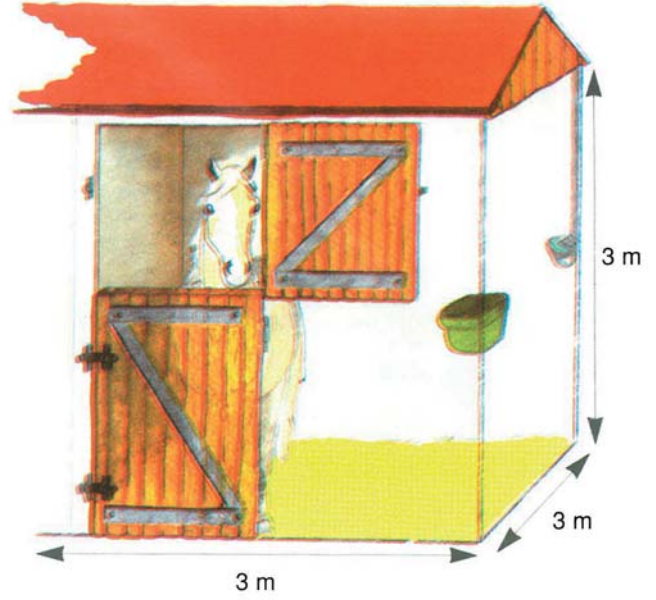
**Kompartıman Şeklindeki Ahırlar:**

Bir atın veya pony'in yaşayabileceği en küçük yerdir. Bu atlar, bir yular ipiyle bağlıdırlar. Atınızın rahatça dolaşacağı ve yatacağı yer olmasa da , bu çeşit ahır, atınızın sağlığı için ve yataklığın bakımı için çok pratik bir yerdir.



**Box / Ahır:**

Atın veya pony'nin yalnız yaşadığı, etrafı kapalı olan ve 27 m<sup>3</sup>'lük bir alandır. Atınız, box'ta özgür davranabilir, otunu rahatlıkla yer ve istediği gibi yatar. Atınızın kaçmasına engel olmak için, box'un kilidini sürekli kontrol etmelisiniz.

**Atların Ahırda Özgür Olmaları:****Padoklar**

Etrafı ve üst tarafı bazen yarım bazen tamamen kapalı olan bir yerdir. Birçok atın veya pony'nin sığabileceği kadar geniş bir alandır. Böyle bir ortamda, atların her günlük durumunu takip etmelisiniz. Çünkü bir at, bir veya birkaç at tarafından istenmiyor olabilir. Bu durumda da atların kendi aralarında seçtikleri şefin en zayıfın otunu da yediği görülmüştür. Bu yüzden otlar verilirken, tüm atlar bağlanmalı ve otlar atların tam önüne bağlanmalıdır.

**Kapalı Otlak:**

Kenarları kapalı olan en büyük alandır. Genelde ot ile doludur ve alanın üst tarafı kapalıdır. Atlar, burada yularlı veya yularsız özgürce gezebilirler. Fakat atların her günlük durumuna ve yemlere dikkat etmeliyiz. Ve ahırda özgür dolaşan atlara alınan önlemleri aynıları burada alınmalıdır.

## Çalışma Ortamları:

Bu çalışma ortamları, atların ve binicilerin çalışma alanlarıdır.

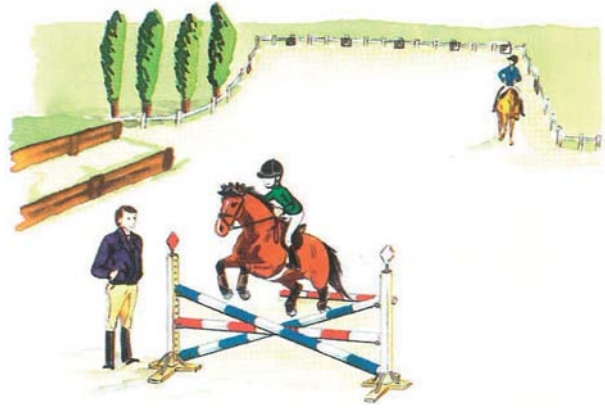
### Manej:

Kapalı ve değişik şekillerde düzenlenebilen bir çalışma alanıdır. Atların ve binicilerin her zaman güvende çalışabilmeleri için, manej boyunca uzanan bir duvar vardır. Bu duvar, yukardan aşağıya genişler. Böylece atların duvara yakın gitmeleri engellenmiş olur. Yerler çoğunlukla, kum, talaştan oluşur. Birçok manejde, at terbiyesi çalışmaları için konan harfler vardır.



### Açık manej:

Etrafı çitlerle kapanmış olan, değişik şekillerde ve büyüklükte olabilecek bir alandır. Yerler, kuru ot veya topraktan olabilir. Sabit engeller olabilir ve çitin etrafında harfler asılmış olabilir.



### Atla Gezintiye Çıkmak:

Eğitmeninizle birlikte gezintiye çıktığınızda, hafif süratli ve süspansiyonda dörtte bir gitmek, sizi ve atınızı fazla yormaz. Yokuş çıkarken, üzengilerinizin üzerinde dengede, öne hafifçe eğilerek çıkmalısınız. Yokuş inerken ise, oturarak ve atınızın sağrısına doğru hafifçe kaykılarak inmelisiniz. Eğitmeniniz tarafından verilen komutlarla birlikte, sizin yapacağınız doğru yardımlar sonucu, atınızın hareketini, hızını ve yönünü kontrol etmiş olursunuz.

- İki dizgini de en azından bir elinizde tutmalısınız.
- Atınızın ot yemesine izin vermemelisiniz. (bazı bitkiler sağlığına zararlı olabilir)
- Kendinizi arabadaymış gibi görün, çünkü ormanda da uyulması gereken trafik kuralları vardır. (sağdan git, öncelik tanı...)

Grupla giderken uyulması gerekenler:

- Öndeki at veya pony ile aranızdaki mesafeyi korumalısınız.
- Eğitmen tarafından istenilen yürüyüşte gitmelisiniz.
- Size iletilen bilgileri diğerlerine de aktarmalısınız.
- Kütüklere, ağaçlara ve özel mülkiyetlere saygı duymalısınız.
- Karşılaştığınız insanlara karşı güler yüzlü olmalısınız.



## BESLENME

At ve pony'ler otçul hayvanlardır (sadece ot yiyen) ve zamanın çoğunu otlayarak geçirirler. Atlar, geviş getirmezler.

At veya pony kuzmaz. Bu yüzden günlük yiyeceği, günde min 3 ila 5 öğüne bölmek gerekir. (günde tüketilen su ve yem miktarı). Öğünler ne kadar fazla olursa, atınızın hazmetmesi o kadar kolaylaşır. Bu öğünler, atınızın bakımı ve çalışma sonucu kaybedeceği enerjiyi karşılayacak miktarda olmalı. Bu öğünler, atınızın çalışma saatlerini göze alarak ayarlanmalı. Yani yem verildikten sonra atınız çalışmaya çıkartılmamalı.

## BESİNLER

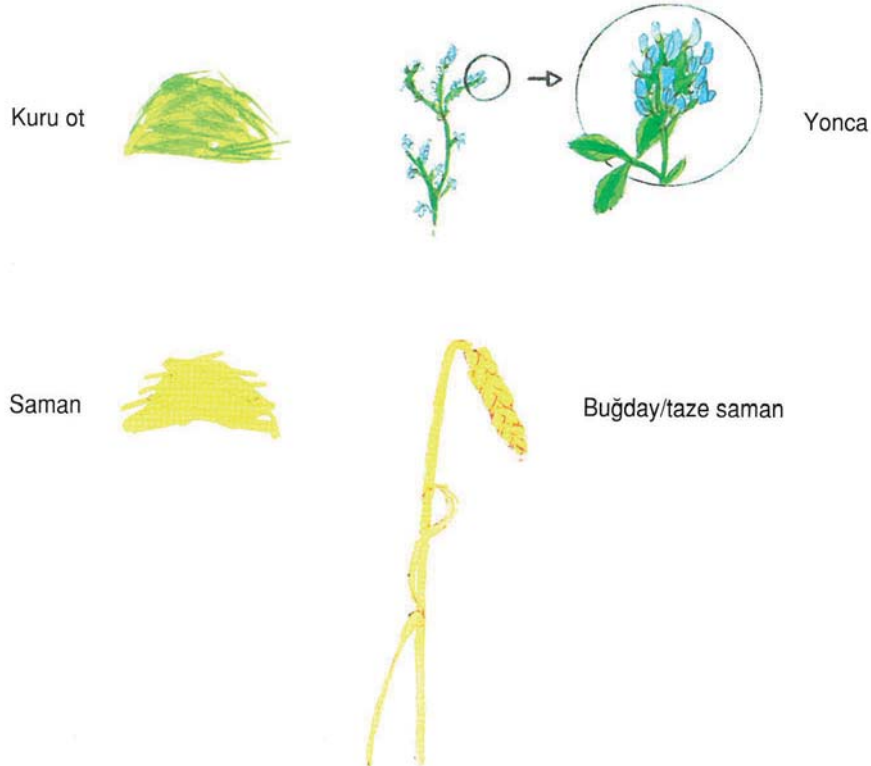
Besinler, ikiye ayrılır:

- Ot ve saman
- Sıklaştırılmış yemler

### Ot ve Saman:

Kuru ot: Doğal veya yapay çimenliklerden gelen kesilmiş ve kurutulmuş koyu yeşil renkli bir ottur.

Saman: Çekirdeği çıkartılmış ve altın sarısı renginde olan kesilmiş ve kurutulmuş saptır.



### Yemler:

- Tahıllar
- Hazır yem

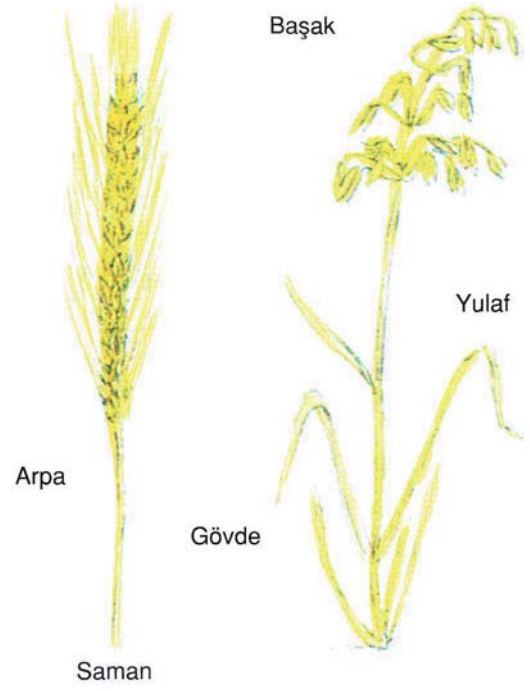


**Tahıllar:**

Yulaf: Beyaz veya siyah renkte, ezilmiş ve dövülmüş olarak.

Arpa: Sert ve sarı renkte, ezilmiş ve dövülmüş kalın olarak.

Mısır: Dövülmüş veya ıslatılmış kalın sarı renkte.

**Hazır Yem:**

Doğal yemlerin sanayi usulüne göre hazırlanması ve içine başka besinlerin eklenmesi. (un, soya...)

Hazır yemler iki şekilde hazırlanır. (pelet veya taneli)

**Pelet:**

- Vitamin, mineral ve madensel tuzların bileşimi.
- Taneli hazır yem. Bileşimine göre renk alır.

**Konsantre Yemler:**

Ot / samandan oluşan öğünlere, vitamin, mineral ve tuzlar eklenerek elde edilir. (Karışım için torba üzerine bakınız.)

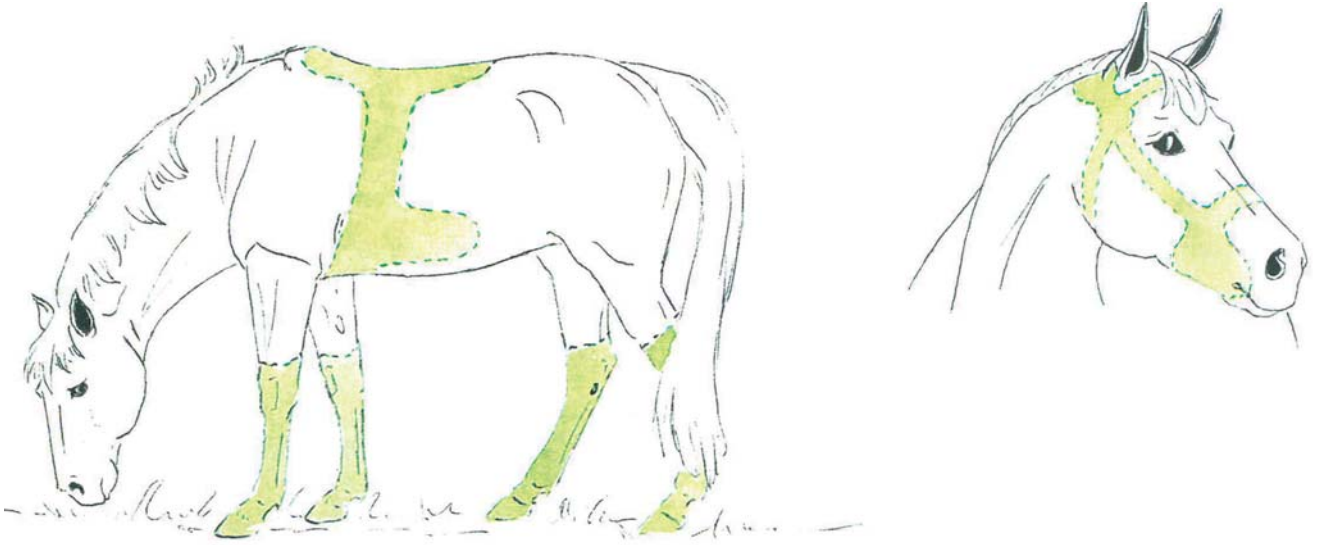
**Su:**

Günümüzde, tüm ahırların içinde suluk olmalıdır. Bu mekanizma, atların ve pony'lerin istedikleri zaman su içmelerini sağlar. Bu suluklar, her gün temizlenmeli ve kontrol edilmelidir. Atlar, günde yaklaşık 20 ila 40 litre su içerler. Tabi bu sayı sıcaklığa göre değişiklik gösterir.



## GÜNLÜK BAKIM

Atınızın veya pony'nizi tımar etmek için ilk olarak eyerinin ve başlığının çıkarılmış olması gerekir. Tımar yaparken, aynı zamanda atınızın genel durumunu kontrol etmiş olursunuz. Daha önceki bölümlerde, Bölüm 3'te, atınızın ayaklarına ve bacaklarına nasıl bir bakım yapıldığını öğrenmiştik. Şimdi, günlük yerine getirilmesi gereken diğer bakımları işleyeceğiz.



- Yeşil ile belirtilmiş, atınızın yaralanması muhtemel olan bölgelerdir. Bu yaralanmalar, çalışma sırasında veya ahırda meydana gelebilir.

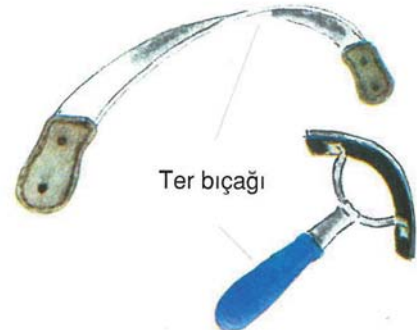
### Vücut:

Atınızın veya pony'nizin vücudu biraz ısladığında, onun terini almak gerekir. Atınızın terini kurulamak için bir demet ot olarak da tımar edebilirsiniz. Atın tüyleri kurduğunda ise, kaşağılamanız ve fırçalamanız gerekir. Bu tımar işlemini gerçekleştirirken, aynı zamanda atınızın cidago kemiğinde, sırtında ve kolan kayışının yerinde bir yaralanma olup olmadığını da kontrol etmiş olursunuz.

Sıcak havalarda, atınızın vücudunu tamamen yıkayabilirsiniz. Aynı zamanda deriye masaj yapmış olursunuz. Daha sonra ter bıçağını alarak vücudun üzerinde kalan suları almalı ve tüyleri kurutmalısınız. Dikkat, ter bıçağını yalnızca yumuşak bölgelerden geçirebilirsiniz. (kemik ve lifler gibi sert bölgelerden geçirmek sakıncalı olabilir.)

### Kafa:

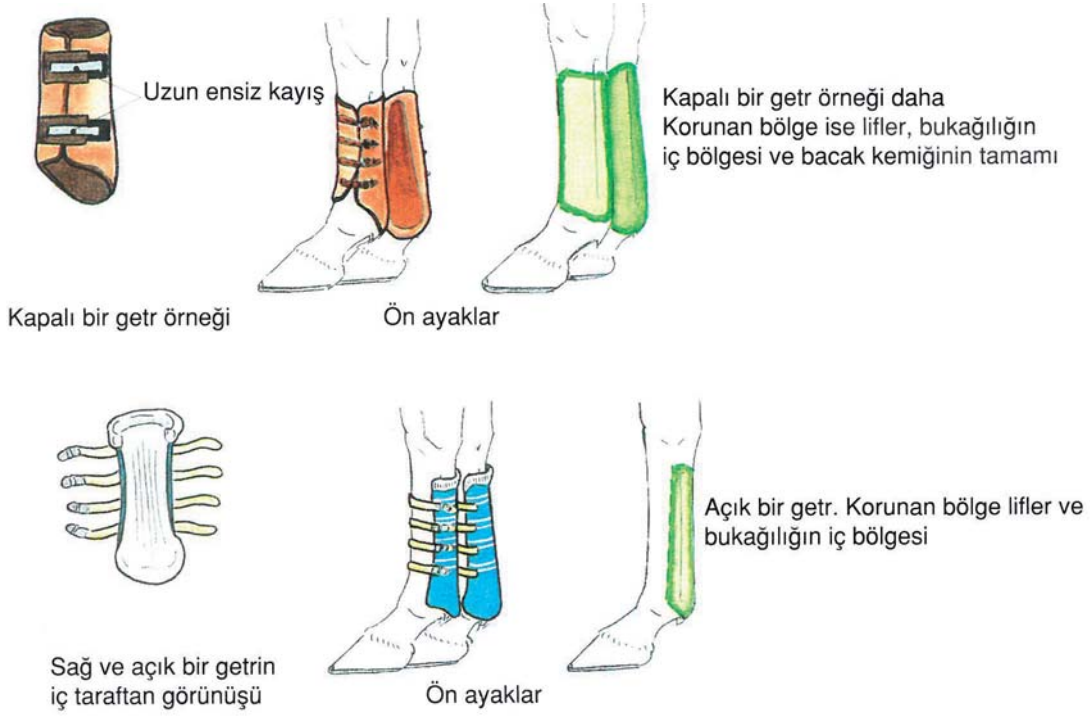
Atınızın kafasını tararken, kulakların arkasında, burunsalık kayışının yerinde ve başlık kayışlarının geçtiği yerde bir yaralanma olup olmadığını kontrol edin. Atınızın burun deliklerini, gözlerini ve kuyruk altını nemli bir bezle silin. Tabii her işlemten sonra bezi yıkayın.



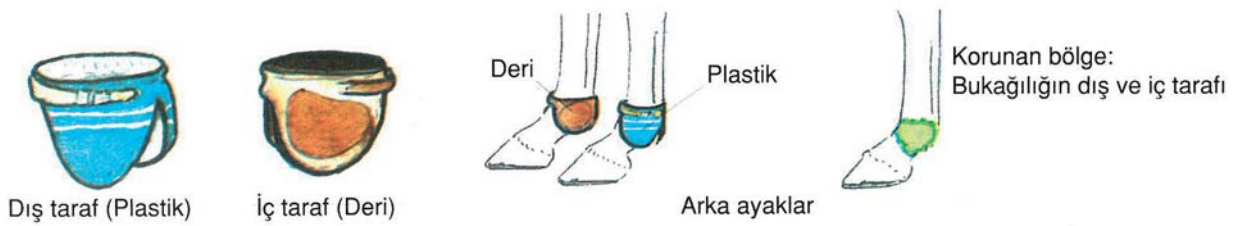
## ÇALIŞMA SIRASINDA KULLANILAN KORUYUCU MALZEMELER

Koruyucu malzemeler, çalışma sırasında atın ayaklarında çarpma, yaralanma olmasını engellemek amacıyla kullanılırlar. Çoğu zaman, engel atlama çalışmalarında, ormanda ve bazı atların düz alanda çalışmaları sırasında takılır.

**Getr:** Ayakların alt kısmını korumak amacıyla ve yalnızca ön ayaklara takılır. Getrleri nasıl kapatırız. İlk olarak orta bölümü kapatılır, ardından alt bölüm ve üst taraftaki bölümle işlem tamamlanır.

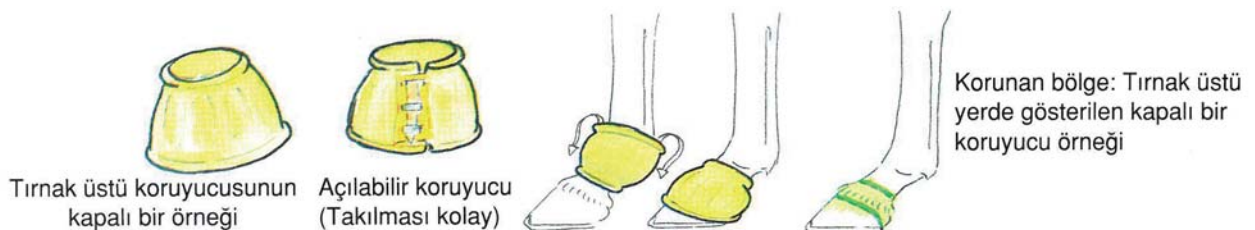


**Topukluklar:** Bu koruyucular, arka ayaklara takılır ve bukağılık bölgesini korumaya yarar. Yarım bir şekilde kapatılır ve yerleşmesi sağlanır.



**Dikkat:** Getr veya topuklukları taktığınız zaman, tokaların ve kayışların ayakların dış yan taraflarına getirilmesi gerekir. Ayrıca, kayış kollarının arka tarafa alınması gerekir. Bu koruyucuları fazla sıkmadan takmalısınız.

**Tırnak Lastiği:** bu koruyucular, genelde ön ayaklara takılır ve tırnak üstünü korumaya yarar. (Arka ayağın ön ayağa yetiştirilmesi ile oluşabilecek ökçe yaralanmalarına karşı korunma sağlar)



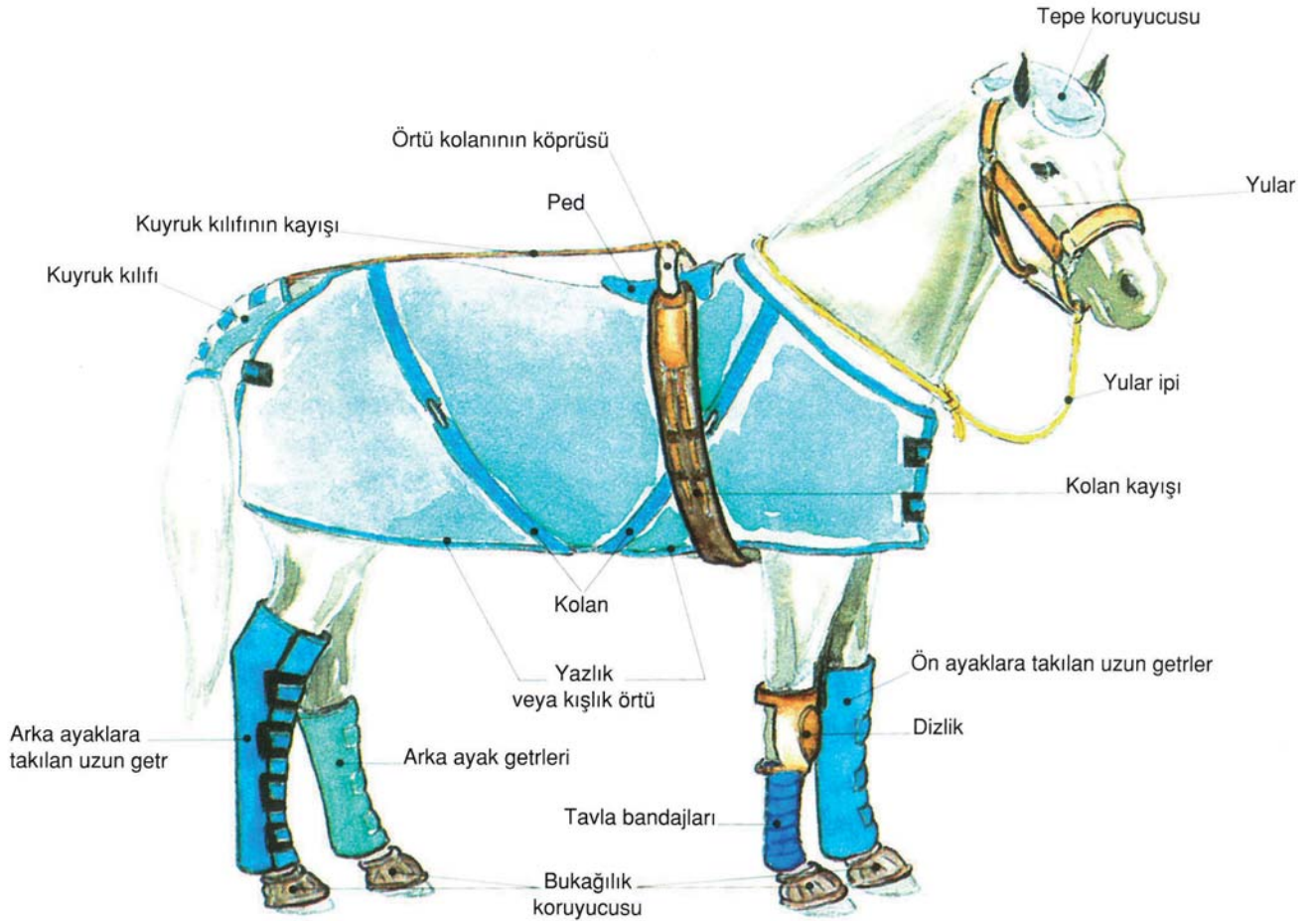
## AT TAŞIMA İÇİN KULLANILAN GÜVENLİK MALZEMELERİ

Taşıma sırasında, atınızın yaralanmasını önlemek amacıyla takılan güvenlik malzemeleridir.

### Güvenlik Malzemeleri:

Havanın durumuna göre, atın üzerine ya kışlık bir örtü veya yazlık bir örtü örtülür. Bu örtüler, kolan kayışıyla tutturulur. Ayakların alt kısmını korumak amacıyla, taşıma getrleri takılır. Bu getrler kalın ve takılması çok kolaydır. Bazıları ise, dizleri (veya diz arkasını) ve bukağılığın korunması için uzun yapılmıştır. Tırnakları ve üst bölgelerini korumak amacıyla tırnak lastiği takılır. Gerektiği takdirde dizlik takılabilir. Tepe bölgesini korumak için de ense koruyucusunu takabilirsiniz. Yuların üst tarafına tutturulur. Ve son olarak, kuyruğun üst kısmını korumak amacıyla da, kuyruk kılıfını takın ve örtünün kolan kayışına sabitleyin. Kuyruk kılıfı yerine, kuyruğu elastik bir bandajla da sarabilirsiniz.

Artık atınız vana binmeye hazır. Van, atları taşıma aracıdır. Bir çeşit kamyonur veya römork şeklinde de olabilir.



## YARDIMLARIN ATLA TEMASI, UYUMU VE KULLANMA ŞEKLİ

Yardımlarınızdan önce atınızla iletişim kurmalısınız. İsteklerinizi iletmeli, tepkilerini algılamalı ve bunların doğrultusunda hareket etmelisiniz.

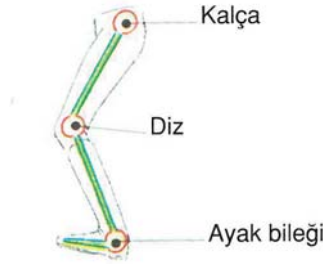
### Temas:

#### Vücudunuzun Ağırlığı

Daha önceden “Dengenizi Sağlamak” bölümünde gördüğümüz gibi, atınızla bir bağ kurmanızı sağlayan vücudunuzun ağırlığıdır. Üç çeşit duruş vardır.

#### Bacaklar

Eklem yerlerinizin (kalça, diz ve ayak bileği) işlevi sonucu, baldırlarınızın ve ayak bileklerinizin iç tarafı, atınızı fazla sıkmadan onunla bir temas kurmanızı sağlar.



#### Eller

Daha önceden “Dizginleri Tutmak” bölümünde gördüğümüz gibi dizginleri nasıl ve neden dikkatli bir şekilde tutmamız gerektiğini biliyorsunuz. Dizginleri kullanarak, atınızın ağız ile yumuşak bir temas sağlamalısınız.

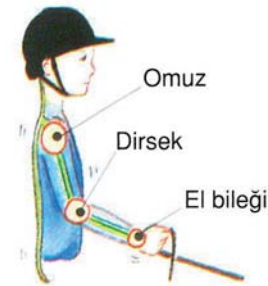
#### Yardımların Doğru Kullanımı

Diğer yardımları kullanma şeklinize bağlıdır.

Bir yardım nasıl olabilir:

- Davranmak: bir talepte bulunmak
- Dayanmak: direnmek, talebi desteklemek
- Vazgeçmek: bir yardımcı keserek, doğal temasa dönmek

Atınız istediğinize cevap verir vermez yardımcı kesmelisiniz.



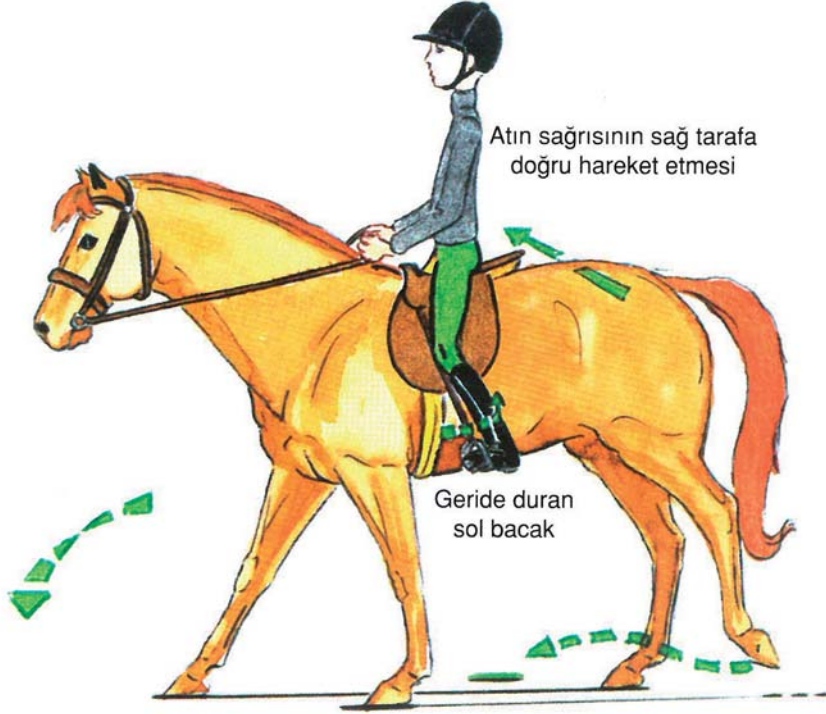
#### Yardımcı Hareketlerin Uyumu

Yaptığınız tüm yardımcı hareketlerin birbirleriyle aynı doğrultuda olmasıdır. Bu yardımların aynı zamanda açık ve net olması gerekir. Ellerinizle, bacaklarınızla ve vücut ağırlığınızla verdiğiniz komutların çelişkili olmaması gerekir.

## SAĞRININ HAREKETİ

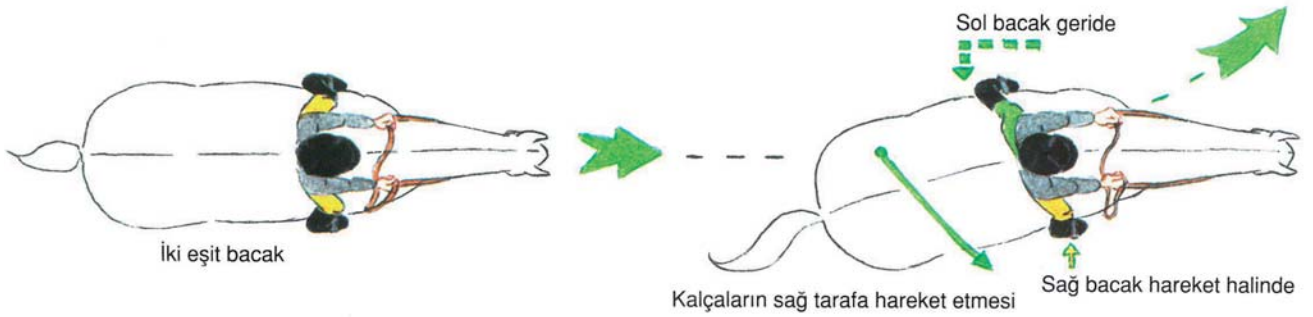
Atınızın sağrısını hareket ettirmesini sağlamak için, iki bacağınızı kullanmanız gerekir:

- Bir ayağınız kolan hizasında, atınızın hareketini kontrol eder.
- Diğer bacağınız, kolanın gerisinde, atınızın sağrısının ters yönde hareket etmesini sağlar.



Kolanın gerisinde tuttuğunuz sol bacağınızın sayesinde, atınızın sağrısı sağ tarafa hareket ettiğinde, buna, “sol bacak geride” denir.

Atınız, sağrısını sağ tarafa hareket ettirmek için, sol arka ayağını çaprazlamasına, sağ arka ayağının önüne koyar. Böylece, at sağ arka ayağını kaldırarak onu, ilk başta bıraktığı izlerden uzaklaştırır: sağrı sağ tarafa hareket eder.



## İSTENİLEN AYAK ÜZERİNDE DÖRTNALA GİTMEK

### Dörtnala Geçiş:

Dörtnala geçiş sırasında, yürüyüşünüz ne olursa olsun (adeta, süratli), hızınızı mutlaka kontrol etmelisiniz.

Yönünüz de, dörtnala geçişinizi büyük ölçüde etkiler.

Dörtnala ilk geçişlerinizde, geride duran bacağınız sayesinde atınızın hareketini hafifçe geçebilirsiniz. Geride tuttuğunuz bacağınız, atınızın kalçalarını manejin içine doğru iter. Bu yüzden, iki dizgin yardımıyla, atınızın ön kolunu pistin içerisinde tutmaya gayret etmelisiniz. Artık atınız dörtnala geçmeye hazır.

### Dörtnala Geçişini Hazırlamak:

Büstünüzü hafifçe geride tutarak ve dörtnala geçişini atınızdan istemek için iç yandaki bacağınızı kolan kayışının hizasına getirerek, dış yandaki bacağınızı kolan gerisinde tutarak dörtnala geçişini hazırlanmış olursunuz.

Atınızın Hangi Ayakta Dörtnala Gittiğini Kontrol Edin

- Hangi omzunun önde gittiğini anlamak için eğilmenize gerek yok.
- Atınız sağ ayakta dörtnala gidiyorsa, kalçanızın arkadan öne doğru ve soldan sağa doğru hareketi takip ettiğini hissedersiniz.
- Atınız sol ayakta dörtnala gidiyorsa, kalçanızın arkadan öne doğru ve sağdan sola doğru hareketi takip ettiğini hissedersiniz.

Sonuç olarak,

Sol yan giderken atınız da sol ayakta dörtnala gidiyorsa (veya sağ yan giderken atınız da sağ ayakta dörtnala gidiyorsa) atınız doğru ayakta gidiyor demektir. Sol yan giderken atınız sağ ayakta dörtnala gidiyorsa (veya sağ yan giderken atınız sol ayakta gidiyorsa) atınız yanlış ayakta gidiyor demektir.

## ATINIZI SÜRERKEN ENGEL ATLAMAK

Herhangi bir engelden önce ve sonra, atınızın hızına, yürüyüşüne ve yönüne hakim olmayı biliyorsunuz. Bir koşu pistinde veya bir manejde arka arkaya engel atlayabilmek için, ilk olarak atınızın izleyeceği parkuru belirlemeniz gerekir.

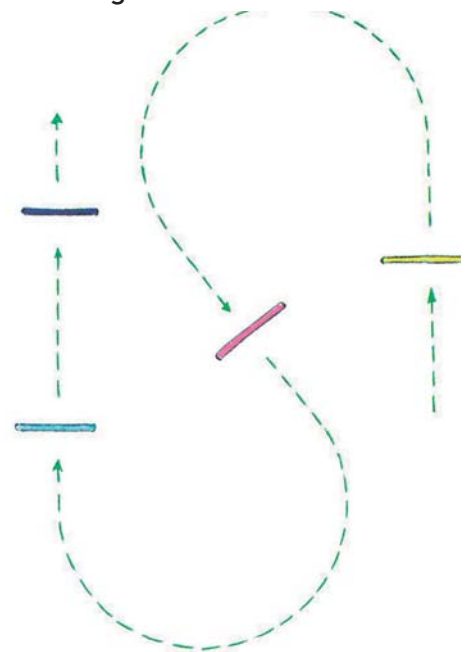
Ard arda birçok engeli atlamak için, parkurun aşağıdakilere uygun olması gerekir:

- İleri sürmek ve atlamak
- Atlamak ve ileri sürmek
- Bir eğriden sonra ileri sürmek ve atlamak
- Atlamak, bir eğri ve ileri sürmek

Bunların pist üzerindeki dağılımları değişebilir.

Bu engelleri arka arkaya atlayabilmek için, sportif pozisyon (veya hafif oturuş) alarak, atınızın hareketine, yürüyüşünün düzenine ve yönüne hakim olmalısınız. Tüm engelleri sırayla ve doğru yönde tamamlayın.

Bu atlamaların bildiğiniz bir alanda yapılması, takip edilecek parkurun daha iyi bilinmesini sağlar.



## BİNİCİNİN KIYAFETİ

Emniyetiniz için, binici kıyafetinin iki zorunluluğu vardır:

- Başı korumak.
- Ayak bileklerinin ve ayaklarının korunması; ayaklarınız bir düşüş anında üzengiden kolayca çıkabilmeli.

### Güvenlik

Tok: Üç ayrı ve sabit noktadan bağlandığı için kafatasınızın güvenliğini sağlar.

Başlık: Başlığı, küçük elastik bir şerit tuttuğu için, kolayca düşebilir.



Çizme: Ayağınızın, üzengi üzerine daha yumuşak basmanızı sağlar. Çizmenizin düz bir tabanı olduğu için, ayağınızın üzengiye fazla girmesini önler, aynı zamanda da kolayca çıkmasını sağlar. Ayrıca, çizme binici pantolonu alt kısmından tuttuğu için yukarı çıkmasını önler.

Botlar ve Chapsler: Ayak bileklerin hafifçe üstüne çıkan ayakkabılardır. Düz bir tabanı vardır ve botlarla birlikte ayak bilekleri koruyan chapsler kullanılır.



### Rahatlığınız için:

Binici Pantolonu: Esnek kumaştan yapıldığı için çok rahat bir pantolondur. Dikişleri de, biniciliğe göre yapılmıştır. Binici pantolonun yerine chaps kullanabilirsiniz fakat bunlar resmi yarışlarda yasaktır.

Eldivenler: Dizginleri daha rahat tutmanızı sağlar. Ayrıca ellerinizi soğuktan korur. Resmi dresaj yarışlarının çoğunda takılması zorunludur.



Binici pantolonu



Chaps



## MANEJ FİGÜRLERİ

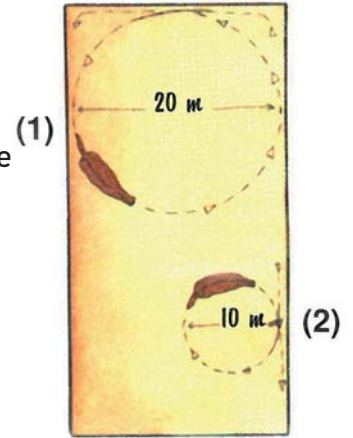
Derlenmiş geometrik izlerdir.

Yan Değiştirmeden Yapılan Figürler:

### Daire (1)

Çapı değişkendir fakat genelde daireler büyük olur. (10 ila 20 metre arasında).

Eğitmeniniz, yapılacak dairenin büyüklüğünü her zaman bildirir.



### Volt (2)

Küçük bir dairedir (6 ila 10 metre çapında).



### Bir bukle yılankavi (3)

İki eğri çizginin arka arkaya gelmesiyle oluşur.

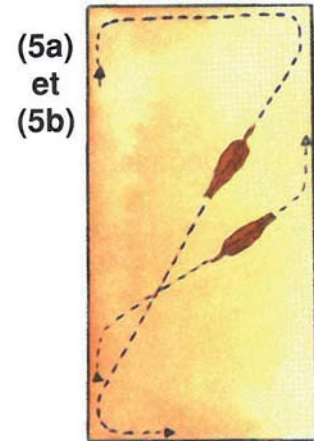
Yan Değiştirerek Yapılan Figürler:

### Yarım Volt (4)

Yarım bir daireden sonra eğri bir çizginin takip etmesinden oluşur.

### Ters Yarım Volt (5)

Eğri bir çizgiden sonra yarım bir dairenin takip etmesinden oluşur.



### Tam Manejde Değiştirmek (5a ve 5b)

Manejin bir köşesinden diğer köşesine uzanan ve manejin ortasından geçen eğri bir çizgiden oluşur.

### Özel Figürler:

#### Bölme

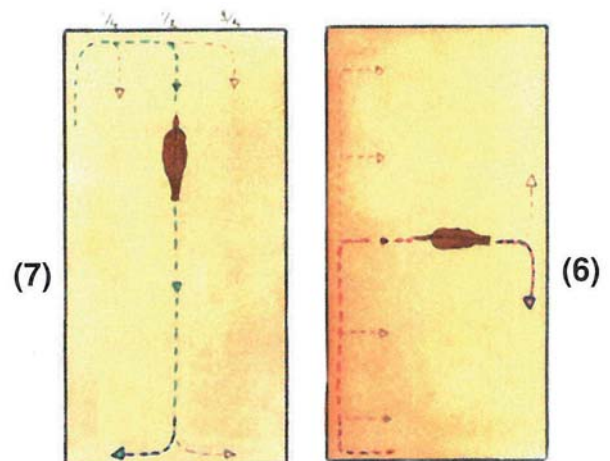
Maneji iki eşit veya ayrı bölüme ayıran bir çizgidir. Bu figürde yan değiştirmek zorunlu değildir.

Genişlemesine Bölme yarım maneji

Kısa kenarlara paralel giden ve maneji ortadan bölen düz bir çizgidir. (genişlemesine bölen)

Boylamasına Bölme tulen hattı

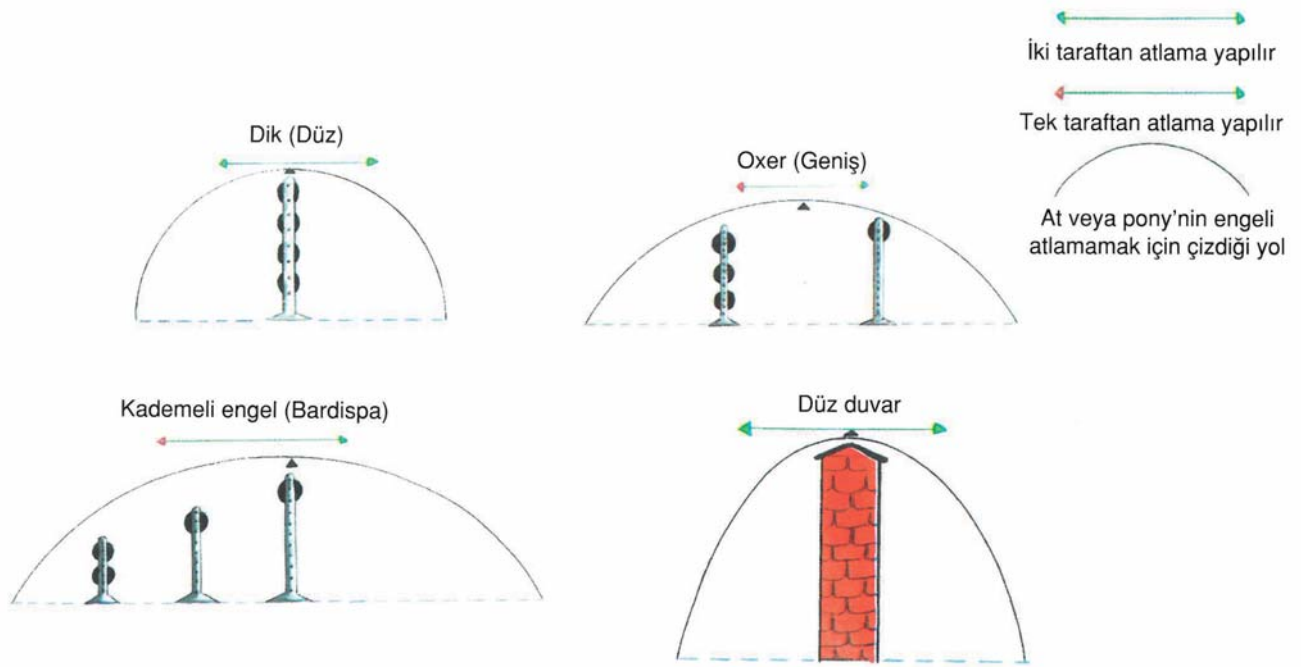
Uzun kenarlara paralel giden ve maneji ortadan bölen düz bir çizgidir. (uzunlamasına bölen)



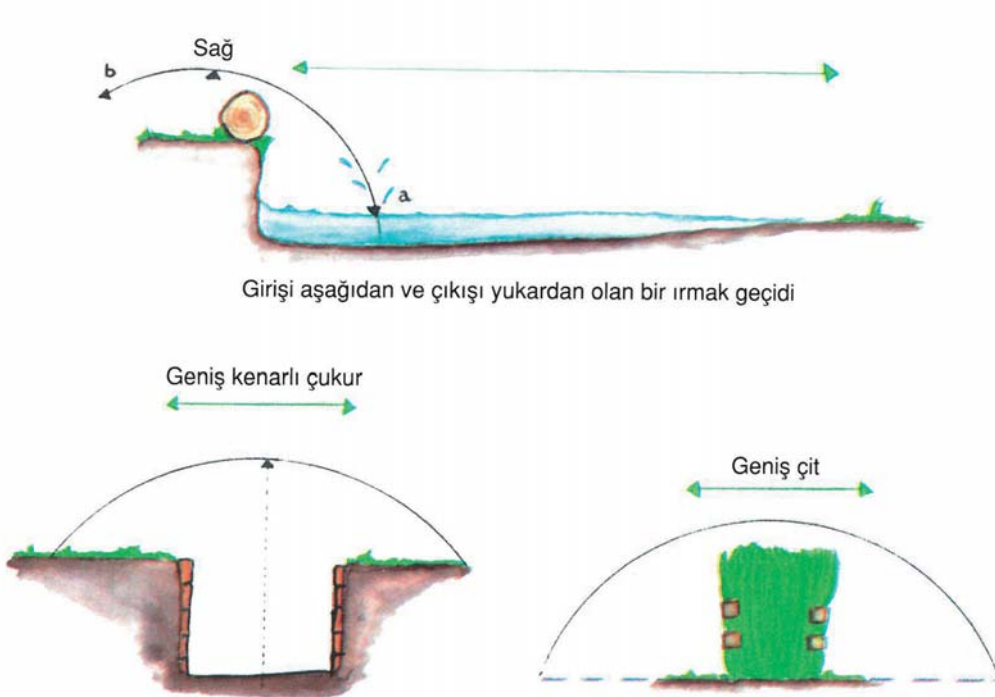
## DEĞİŞİK ENGELLER

Çeşitli engeller vardır:

**Değişken Engeller:** (Yeri ve şekli değişebilir) Bu engeller, devrilebilen malzemelerden yapılmıştır.



**Sabit Engeller:** Doğadan (Duvar, ağaç ..) oluşan engellerdir. Bu yüzden malzemelerin düşmesi mümkün değildir.



Çılbır, bir atın 7-8 metrelik bir kayış ile hareket ettirilmesi, eğitimi veya çalıştırılmasıdır. Kural olarak at, bir daire izi üzerinde hareket eder.

Çılbır; doğru bir teknik ve uzmanlığın yanında, ayrıca yüksek düzeyde hissetme yeteneği gerektiren bir çalışmadır. Her eğitici ve her binici doğaldır ki, değişik nedenlere bağlı olarak gereksinim duyacağı çılbır çalışmasını çok iyi öğrenmeli ve uygulayabilmelidir.

Çılbır çalışması aşağıdaki amaçlar için yapılır:

- Genç atları eyere ve araba koşum takımlarına alıştırmak,
- Binek ve koşum atlarının eğitimlerine destek olmak,
- Yer sırıği (kavaletto) ve engel atlama çalışmalarına alt yapı oluşturmak,
- Dışsal eksiklikleri en aza indirmek,
- Sorunlu atları düzeltmek,
- Atların ileri düzey çalışmalarını, özellikle topluluk çalışmalarını yapmak,
- Sakatlanmış veya hastalanmış atları dinlenme dönemlerinde de çalıştırabilmek,
- Binicilerin oturuş eğitimlerini yapmak,
- Voltij sporu uygulamaları yapmak.

Hissetme yeteneğine sahip bir binicinin uygulayacağı çılbır çalışması, çok yüksek değerdedir. Aksi durumlarda çılbırda da, binişte olduğu gibi, çok kötü sonuçlar oluşabilir.

#### Çılbır Çalışmasının Koşulları:

Eğitim Alanında; çılbır çalışmasının yapılacağı dairenin çapı en az 12 metre olmalıdır. Yalnızca ileri düzeydeki atların eğitimlerinde bu ölçüden daha küçük alanlarda çalışabilir. Çılbır, etrafı sınırlandırılmış / sınırlandırılmamış bir alanda yapılabileceği gibi, tümüyle kapatılmış bir yerde de yapılabilir. Yalnızca çılbır yapmak için inşa edilmiş her tarafı kapalı alanların varlığı, genç atların çılbır eğitimleri için çok uygun bir durumdur.



Sınırlandırılmış çılbır alanında çalışma

### Çılbır Çalışması Donanımı:

- Çılbır eğiticisi öncelikle iyi bir ayakkabı, bot veya çizme giymelidir. Mahmuzlar; çılbır ipinin takılma olasılığı nedeniyle, çıkarılmalıdır.
- Bir diğer donanım, atın birdenbire çekmesine karşı elin iç yüzeyini koruyabilecek dayanıklılıkta, iyi bir eldivendir.
- Çılbır eğitimi için kullanılacak çılbır ipinin 7-8 metre uzunluğunda olması gerekir. Çılbır kamçısı; hafif, esnek fakat sağlam yapıda ve çubuk bölümü en az 2 metre boyunda, uçkur bölümü ise, yaklaşık 3 metre boyunda olan eğitim donanımdır. Voltij için daha uzun kamıçlar kullanılır.

### Atın Donanımı:

Esas olarak çılbır, biniş başlığı ile yapılır. Tüm çılbır çalışmalarında ana hedef yumuşaklıktır. Ağızlık demiri, atın gevelemesini ve bunun sonucunda tükürük salgılamasına yardımcı olur.

Çılbır, yardımcı dizginler veya benzeri donanım ile yapılacaksa, kural olarak dizginler, çıkarılır. Çılbır için iki tür kolan kullanılır. Eyer üzerinden takılan çılbır üst kolanı ve doğrudan atın çıplak sırtına takılabilen çılbır kolanı.

Çılbır başlığı deriden yapılmış bir donanımdır. Burunsalık üzerinde birçok halka vardır. Kural olarak çılbır ipi ortadaki halkaya bağlanır. Yanlardaki halkalar, pılar (piyaf hareketinin çalışmasında kullanılan yardımcı eğitim donanımı) çalışmalarında kullanılır ve temel eğitimde kullanım yeri yoktur. Başlığın iyi oturması için yanak kayışına sabitlenmiş ek boğazaltı kayışı sıkı takılmalıdır. Burunsalığın aşağı kaymasını engelleyen alın kayışının varlığı önemlidir. Yardımcı dizginin takılışına göre; atın başını aşağıya veya yukarıya doğru aşırı düzeyde eğmesini veya kaldırmasını engellemek için takılan, baş yükseklik ayar dizgininin veya şambonun içinden geçtiği halkalar, gerektiğinde kullanılmalıdır.

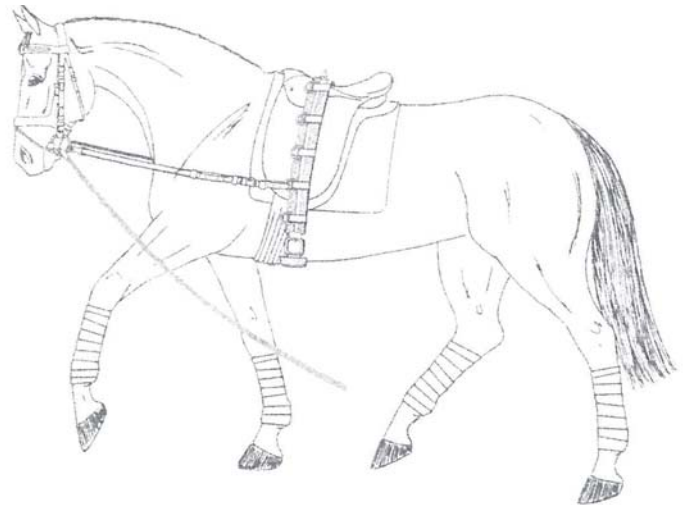
Burunsalık yükseklik ayarı doğru yapılarak, yanakların ağızlık demiri ve çılbır başlığı burunsalığı arasında sıkışmasına neden olmamak gerekir. Başlığın en önemli ve olumlu tarafı, atın ağzına doğrudan bir etkisinin olmayışıdır. Bu, genç ve hassas atlar için çok önemlidir. Fakat yumuşak ve bağlantıda giden bir atın, uygun çalışabilmesi için, çılbır ipinin ağızlık demiri halkasına bağlanması gerekir.

Çılbır çalışmalarında dikkat edilmesi gereken bir diğer konu ise, atın ayaklarının korunmasıdır. Bunun için; bandaj, getr, topukluk, tırnak lastiği her çalışmada aksatılmadan takılmalıdır.

**Yardımcı Dizgin:** Çılbır çalışmalarında kullanılan değişik türlerde yardımcı dizginler vardır. Ne tür yardımcı dizginin kullanılacağı kararı; amaçlanan eğitim hedefine ve atın eğitim düzeyine göre belirlenir. Eğitici; yardımcı dizginlerin etkilerini ve bunların bağlanma biçimlerine göre, etkilerinin nasıl değiştiğini, iyi bilmelidir. En azından; yardımcı dizginin hangi uzunlukta ve ne kadar yükseklikte bağlanacağı konularında deneyimli olmak gerekir.

**Çalışmalarda atların yanlış bağlanması; sorunlara ve karşı koymalar sonucunda onarımı zor durumlara neden olur. Bu nedenle her eğiticinin; tüm yardımcı dizginlerin doğru ölçülerde bağlanması ve etkileri hakkında, yeterli bilgiye ve deneyime sahip olması gerekir.**

**Basit yan kayışı;** yaklaşık 1.50 metre uzunluğunda 2 dar kayıştan oluşur. Kayışların kancalı olan bölümü ağızlık demiri halkalarına; tokalı olan bölümü; eyer, çılbır veya çılbır üst kolanına bağlanır.



### Çılbır Tekniği ve Yardımların Uygulanışı:

Çılbır eğitiminin başarısı için, gerekli tüm donanımların varlığı ve sağlamlığı şarttır. Bu şartın sağlanması, çılbır çalışmalarının değişik hedeflerine ulaşabilmeyi ve buna bağlı olarak atın eğitim gereksinimlerini karşılayabilmeyi sağlayacaktır.

Eğiticiler tüm yardımcı araçların ne işe yaradığını çok iyi bilmelidirler. Ayrıca her çılbır eğiticisi, binişte kullanılan tüm yardımlar gibi, çılbırda geçerli olan; çılbır ipi, kamçı ve ses yardımlarını, çok iyi düzeyde uygulayabilmelidir.

Binişte sürücü yardımlar önceliklidir. Bu yardımlarda, özellikle ağırlık yardımlarının ayrı bir anlamı vardır. Çünkü, binici atın üzerinde kendi beden dengesini ayarlamak zorunda olduğu gibi; aynı zamanda uyguladığı ağırlık yardımları ile, atla birlikte bir denge oluşturmak zorundadır. Oysa ki; çılbırda ağırlık yardımlarından söz edilemez. Fakat, bu, at için kolaylık sağlayan olumlu bir durumdur.

Çılbırda sürücü yardımlar; kamçı ve ses ile uygulanır. Alıkoyucu yardımların uygulanması için ise; ses ve kamçı desteği ile çılbır ipi kullanılır.

**Çılbır İpinin Tutuluşu:** Çılbır ipinin doğru tutulması, doğru bir çılbır çalışması için önemli bir şarttır. Çılbır ipi, takılmaya neden olmamak koşuluyla, eğiticinin kolayına gelen başka biçimlerde de tutulabilir. Çılbır ipi hiçbir zaman tek başına el kemendinden tutulmamalıdır. Yoksa; atın hiddetle kaçması sonucunda çılbır ipinin uzatılamaması nedeniyle eğitici çok kötü sakatlanabilir.

Gerek yan değiştirmelerde, gerek donanım takılması veya sökülmesi anlarında ve gerekse çılbır çalışmasının sonlandırılmasında, çılbır ipi çok dikkatli ve özenli bir biçimde yeniden toplanmalıdır. Toplanma daha önceden açıklanan yöntemlere göre yapılmalıdır. Özentisiz ve acemice karışık bir toplama veya çılbır ipinin yere saçılması çok kötü sonuçlanacak kazalara neden olabilir.

Alıkoma ve koyverme etkilerinin doğru uygulanabilmesi için, atın ağız ile sürekli bir irtibatın bulunması gerekir. Bu nedenle, çılbır ipi gergin olmalı ve aşağıya sarkmamalıdır.

### Çılbır Kamçısı:

Çılbır kamçısı olmadan çılbır yapmak, boşu boşuna zaman yitirmekten başka bir şey değildir ve sürüş yapmadan ata binmeye benzer. Sol yan çılbır yapılırken, çılbır kamçısı sağ elle; sağ yan çılbır yapılırken sol elle tutulmalıdır. Kamçının uçkuru serbest bir biçimde yere bırakılmış olmalıdır.

Eğitici atın duyu yeteneklerini göz önüne alarak atın öğrenme hızını saptamalı ve ona göre davranmalıdır. Kamçı yardımları, daha iyi anlaşılabilmesi için, ses yardımları ile birlikte uygulanmalıdır.

Atın güven duygusunu yitirmemesi ve kuşkulu bir ruh haline girmemesi için, kamçı hiçbir zaman kafa bölgesine veya yakınına uygulanmamalıdır.

### Ses Yardımları:

Sesin çılbır eğitiminde kullanılması çok önemli bir yer tutar ve destekleyici yardım aracıdır. Ses, kullanım yeri ve biçimine göre; sürücü (bazı durumlarda emredici) veya alıkoyucu (bazı durumlarda yatıştırıcı) etkilere sahiptir. Eğitimin temeli sözcük komutlarına dayanmasına ve söylenen sözcüklere göre gerekenin yapılması beklenmesine karşın; sözcüğün kendisine göre ayırıcı etken her zaman sözcüğün ses tonudur.

Ses; sürekli olarak çılbır ipi ve kamçı ile bağlantılı olarak kullanılması gereken destekleyici bir yardım aracıdır.

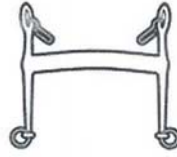
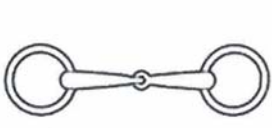
Bir atın çılbırda en iyi biçimde çalıştırılabilmesi için, tüm yardımların birlikte ve uyumlu olarak uygulanması gerekir.

## AĞIZLIK DEMİRİ

Bir atın ağız ağızlık demiri için çok ideal bir yapıdadır. Demirin tam olarak ağızda denk geldiği yerde çene kemiğinde dişlerin olmadığı bir boşluk söz konusudur. Ağızlık demiri doğru takıldığında ne atın dişlerine çarpar ne de at demiri sıkıştırıp biniciden gelen komutlara itiraz eder.

Ağızlık demiri türüne atın kafasıyla ilgili değişik bölümleri etkiler. Bununla beraber binicinin diğer yardımlarıyla (bacak, ağırlık, ses vs.) birleştiğinde at nereye döneceği, yavaşlamak, durmak gibi komutları yerine getirebilir. Değişik türlerde ağızlık demiri olmasının sebebi her atın ağız yapısının birbirinden farklı olmasıdır. Kimisinin kalın bir dili, kimisinin dar çene yapısı vardır. Ağızlık demirinin türü olduğu gibi kullanılan madde de etkiyi değiştirir. Demirin kalın ve içinin boş olması etkiyi hafifletirken mesela bakır kullanılması ile lastik kullanılması arasında farklılıklar oluşur. Atın ağız yapısını anlayabilmek önemlidir çünkü ancak böyle en etkili ve atı mutlu edecek ağızlık demirini kullanabilirsiniz.

**NORMAL KANTARMA:** Sert olmayan bir etkisi vardır. Bu yüzden normal kantarma ile iyi giden bir atın binicisine duyarlı ve iyi bir terbiyesi olduğu düşünülür. Normal kantarmanın etkilediği alan dildir ve ayrıca ağzın kenarlarını sıkıştırma etkisi de vardır.



**PELHEM:** Normal kantarma ve “curb”in tek bir ağızlık demiri haline getirilmiştir ve bu iki demiri birleştirmek adına köprü denilen kayış kullanılarak tek dizgin koluna bağlanır. “Curb” demiri atın tepe noktasını etkiler ve bu demirin boyu uzadıkça etkisi de artar.

**TAM BAŞLIK:** Normal kantarma ve “curb” aynı anda atın ağızına girer ve iki ayrı dizgine bağlanır. Etkilediği alanlar hem tepe noktası, hem çene altı hem de dil ve ağzın kenarlarıdır. Çok etkili bir ağızlık demiri türü olduğundan ancak tecrübeli biniciler tarafından kullanılmalıdır.

**HAKAMOR:** Atın ağzının içine demirin girmeden kullanıldığı bir idare biçimidir. Kimi atı mutlu edecek ağızlık demiri bulunamadığı durumlarda kullanılır. Etki ettiği alan burun delikleri üzerindeki hassas bölge ve tepe noktasıdır. Ağızda demir olmaması haifi etkili bir kantarma olduğu anlamına gelmez, aksine sert kullanıldığında atı çok rahatsız edebilir.

## BANDAJ

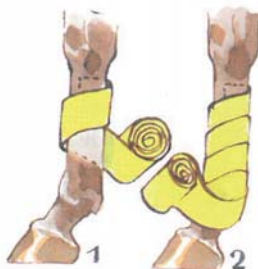
Atın bacaklarında koruma, destek ve ısınma amaçlı olabileceği gibi tedavi amacıyla da kullanılan bandaj türleri vardır. Güzel bandaj yapmak ancak sık tekrar etmekle elde edilebilecek bir özelliktir. Çünkü kötü yapılmış bir bandaj atın sakatlanmasına bile sebep olabilir.

Bandaj yapmanın en önemli noktalarından biri doğru ve eşit gerginliği sağlayabilmektir. Bandajınızı sıkıca ve katlanmadan rulo haline getirdikten sonra kullanmalı, bandajın altına kullanılacak kumaş, ped veya pamuk ise yeterli büyüklükte olmalıdır. Kullanılan amacı uygun bandajınızın olduğuna emin olmak gerekir. Tavla bandajı ise kalın yumuşak bir kumaş çeşidi, çalışma bandajı ise elastik ve çok uzun olmayan bir kumaş çeşidi tercih edilmelidir.

**TAVLA ve YOLCULUK BANDAJ:** Bandajın altına konulacak kat yeterince uzun ve yumuşak olmalıdır ki hem bileğin altını hem de dizlere kadar etkisini gösterebilsin. Kullanılacak bandaj ise eşit bir şekilde baskı yaratacak biçimde önden arkaya doğru, eklem bölümlerini çok sıkmadan yukarıdan aşağı doğru sarılmalıdır.

**ÇALIŞMA BANDAJ:** Destek ve koruma amaçlı bu bandaj çeşidi dizin altından ayak bileğine kadar gelmelidir. Bandajın altına konan kat çok taşmamalı ve bandajın bağlantı noktası bacağın dış tarafına denk gelmelidir. Gerginliğin eşit olarak dağıtıldığına emin olmak gerekir.

**TEDAVİ AMAÇLI BANDAJ:** Tedavinin hangi sebeple bağlı olduğuna göre değişik bandajlar uygulanır. Bir yarayı tedavi etmek için kullanılan bandajla topallayan bir ata yapılan bandaj arasında farklılık vardır. En doğrusu bu işi veterinerine bırakmaktır.



## DEĞİŞİK ENGELLER

### SAĞLIKLI OLMA NE ANLAMA GELİR:

Atın sağlığının iyi olmasının en temel işareti normal davranışları ile her zamanki gibi hareket etmesidir. Onun için atı tanımak, bilmek çok önemli olup, normal hareketlerinin ne olduğunu bilip, davranışlarındaki alışılmamış hareketlere karşı tetikte olmak gerekir.

### Atın Sağlıklı Olduğunun İşaretleri Nelerdir?

Tavлада:

- At pırl pırl ve kulaklarını gelen seslere doğru titreterek hareket ettirerek tetikte bulunmalıdır.
- Çevresindekilere karşı ilgili olmalıdır.
- Derisi kuru ve parlak olup, adale ve kemiklerinin üzerinde yumuşak bir şekilde yayılmış olmalıdır.
- Gözleri ve burun delikleri temiz olmalıdır.
- Düzenli olarak soluk alıp vermelidir.
- Dört ayağı üzerinde kare şeklinde durmalıdır. (Bir at genellikle bir ayağını dinlendirir. Eğer ki hep aynı ayağını dinlendiriyor ve çalışmada kullanmaktan sakınıyorsa bir aksilik var demektir.)

Yatak; temiz ve düzenli olmalıdır. Yem; tamamen yenip bitirilmelidir.

### Sağlık Kontrolünün Yapılması:

Atın her türlü kontrolünde olduğu gibi sağlık kontrolünde sol taraftan başlayarak yapılır, soltaraf bittikten sonra aynı şekilde sağ taraftan kontrol yapılır. Gözle görmek elle dokunarak hissetmek esastır. Bilinen bir hastalık ve uygulamada olan bir tedavi varsa sağlık kontrolü esnasında bunların gidişatına da dikkat edilir.

### Atlarda genelde gözle görülebilecek sık meydana gelen sağlıksız durumlar;

- Deride tüy dökülmeleri, yaralar.
- Cidago kemiğinde yaralar.
- Göz hastalıkları.
- Kolan yerlerinde yanlış kolan bağlamadan kaynaklanan yaralar.
- Kantarmanın yanlış takılmasından kaynaklanan ağız yaralarıdır.

### Günlük rutin kontrolde dikkat edilecek hususlar:

- 1- Sabah gelindiğinde öncelikle atın gece verilen yemini ve otunu yemediği kontrol edilir. Yememiş olması normal değildir.
- 2- Derisi parlak, yumuşak ve pürüzsüz olmalıdır.
- 3- Gözlerinde akma, fazlaca çapak olup olmadığına bakılır.
- 4- Ağızda yabancı madde (diken, taş, ağaç parçası batmışsa zararlıdır) var mı?
- 5- Dudakların rengi pembe olmalıdır; parmakla bastırıldığında önce beyaza dönüp kısa süre sonra rengine dönüyor mu?
- 6- Kulak arkası, boyun, boyun altı, göğüs elle hissedilerek kontrol edilir. Vücudun herhangi bir yara, tüy dökülmesi, herhangi bir sivilce var mı?
- 7- Tırnaklarında, mayalarda çürüme, kırılma, nalda sorun var mı? Nalın çivileri sağlam mı? Çiviler nalın üzerinden fazlaca çıkıp tehlikeli bir durum oluşturuyor mu? Mayalar temiz ve sağlıklı mı? Sağlıklı bir mayada çürük ve pis bir koku olmamalı.

- 8- Mayalarda yabancı bir madde (taş, odun parçası, çivi v.s.) var mı?
- 9- Bacaklarda şiş yara, yara bere, yumru var mı ve soğuk (serin) mi? Bu kontrol el bacağın yukarisından aşağıya doğru sıvazlayarak yapılabilir.
- 10- Karnını ve karın altını kontrol ettiğinde herhangi bir sivilce, yara, tüy dökülmesi var mı? Ardından popo kuyruk altı ve arka bacaklar elle hissederek ve gözle kontrol edilir.
- 11- Atın genel hal ve tavırları tetikte, canlı fakat rahat mı? İlgili fakat saldırgan tutumlu olmamalıdır.

### Atın Sağlıksız Olduğu Düşünülen Durumlar:

Günlük rutin kontrol haricinde olağan dışı bir durum at açısından normal değildir ve veteriner hekim tarafından atın muayene edilmesi gerekir;

Sağlığın bozuk olduğuna dair ufak bir işaret hayati önem taşır, bununla ilgili bir haber derhal bildirilmelidir. Davranışlarındaki endişe verici veya anormal durumları veterinerine haber vermekteki en ufak bir gecikme hastalığın ilerlemesine sebep olabilir.

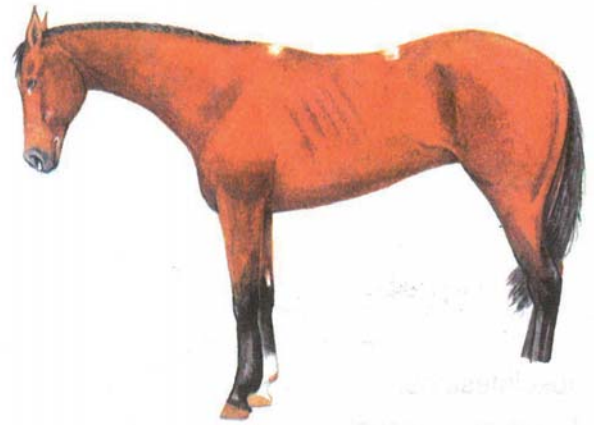
Hekim, müdahaleyi yaptıktan sonra sizin takip etmenizi isteyeceği tedavi şekilleri veya atınıza vermenizi isteyeceği bir takım ilaçlar bırakabilir. Bunlarında titizlikle takip edilmesi atınızın bir an evvel iyileşmesini sağlayacaktır. Atlara düzenli sağlık kontrolleri yaptırılmalıdır. Periyodik aşılama ve parazit ilaç programlarını titizlikle takip etmek gerekir.

### Atı sağlıklı tutabilmek için temel kurallar:

- 1- Atı her gün ziyaret edip sağlığının yerinde olup olmadığını kontrol etmek.
- 2- İhtiyacı olan aşı ve vitaminleri zamanında vermeye özen göstermek.
- 3- Parazit kontrolü ve ilacını muntazam yapmak.
- 4- Doğru beslemek.
- 5- Sürekli temiz su bulundurmak.
- 6- Takımlarını ve ahırını temizlik ve hijyeninin sürekliliğini sağlamak.
- 7- Her gün tımar yapmak.
- 8- Doğru ve düzenli olarak nallanmasına dikkat etmek.
- 9- Atın yeteri kadar sıcak tutulduğundan ve kışın örtüsünün örtülüp örtülmediğini kontrol etmek.
- 10- Düzenli çalıştırmak.



Sağlıklı At



Sağlıksız At