



Gezondheid | Santé

De voortbeweging van het paard: wat is het belang van de rug?

La propulsion chez le cheval : quelle est l'importance du dos ?

Je goed kunnen voortbewegen is voor elke levend wezen van groot belang en zeker bij paarden die actief in de sport worden ingezet. Daarom een kort woordje uitleg over hoe het paard nu juist beweegt en welke rol de rug hierbij speelt.

Pour tout être vivant, il est extrêmement important de pouvoir se mouvoir correctement. Et c'est encore plus vrai pour les chevaux impliqués dans des activités sportives. Voici donc quelques mots d'explications sur la façon dont le cheval se meut et sur l'importance du dos dans ce processus.

Hoe is het paard gebouwd?

De bouw van het paard is erop gericht om zich op een economische manier voort te bewegen. Het grootste deel van het lichaam rust op de voorhand (60%), die werkt als een schokbreker. Een paard heeft geen sleutelbeen waardoor de borstkas enkel via zeer stevige spieren wordt opgehangen tussen de schouders en de romp. Bij de voortbeweging zijn deze spieren minder belangrijk dan de spieren van de achterhand, maar ze zijn wel heel sterk en pezig.

De achterhand draagt maar 40% van het lichaamsgewicht, maar is heel belangrijk bij de voortbeweging en levert de grootste stuwkracht. Vandaar dat de achterhand ook de motor van het paard wordt genoemd. Deze spieren zijn dan ook veel vleziger van structuur. De achterbenen worden via het bekken verbonden aan de wervelkolom. Het bekken bestaat uit twee ossa coxae (heupbeen) en het os sacrum (heiligbeen). Het sacrum behoort eigenlijk tot de wervelkolom, maar heeft door zijn verbinding met beide ossa coxae via het SI-gewricht (os sacrum – os ilium), een heel belangrijke rol in de voortbeweging. De bil- en broekspieren moeten goed ontwikkeld zijn en bepalen grotendeels de vorm van de achterhand.

Hoe gebeurt de beweging?

Zoals eerder gezegd, de achterhand is de motor van het paard. De bil- en broekspieren gaan de heup strekken en trekken het kniegewricht naar achter. Hierdoor zwaait het hele achterbeen naar achter en dit is de start van de propulsie (stuwing naar voren). Hoe meer kracht in deze fase wordt opgebouwd (stuwing), hoe meer snelheid en ruimte in de beweging wordt opgewekt. De spieren die aan de voorkant van het bovenbeen lopen, hebben een tegenovergestelde werking en gaan de heup buigen. Het voorbeen wordt opgetild, het spronggewricht zal naar voren toe sluiten en het voorbeen wordt naar voren geplaatst en op de grond neergezet. Hoe intensiever deze spieren werken, hoe verder het paard zal ondertreden en hoe expressiever de beweging wordt.

Voor een goede beweging is het dus heel belangrijk dat alle spieren soepel kunnen bewegen.

Comment le cheval est-il constitué ?

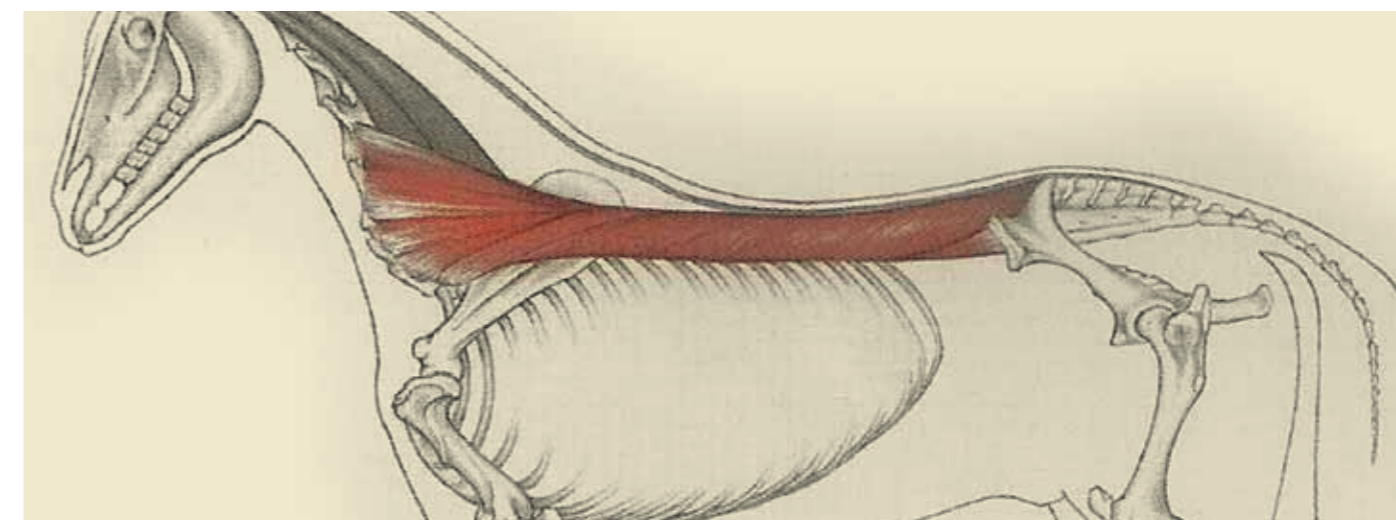
Le cheval est constitué de façon à pouvoir bouger de façon économique. La plus grande partie de son corps repose sur l'avant-train (60%), celui-ci travaillant comme un amortisseur. Un cheval n'a pas de clavicule; sa cage thoracique n'est donc suspendue entre les épaules et le tronc qu'au moyens de muscles très robustes. Pour la propulsion, ces muscles sont moins importants que ceux de l'arrière-train mais ils sont quand même très puissants et durs.

L'arrière-train ne supporte que 40% du poids du corps mais il est très important pour la propulsion ; c'est lui qui fournit la plus grosse poussée, ce qui explique que l'arrière-train soit considéré comme le moteur du cheval. Ses muscles sont donc aussi d'une structure bien plus charnu. Les antérieurs sont reliés à la colonne vertébrale via le bassin, lui-même constitué de deux os coxaux (hanche) et du sacrum. A vrai dire, le sacrum fait partie de la colonne vertébrale mais il a un rôle très important à jouer dans la propulsion par sa liaison avec les deux os coxaux via l'articulation sacro-iliaque (os sacrum – os ilium). Les muscles fessiers et muscles ischio-jambiers doivent être bien développés; ils déterminent en grande partie la forme de l'arrière-train.

Comment se déroule le mouvement ?

Comme dit ci-avant, l'arrière-train est le moteur du cheval. Les muscles fessiers et muscles ischio-jambiers vont étirer la hanche et tirer vers l'arrière l'articulation du genou. En conséquence, tout l'antérieur se déploie vers l'arrière, ce qui met en branle le mouvement de propulsion (poussée vers l'avant). Plus il y a de la puissance dans cette phase (poussée), plus le mouvement est rapide et ample. Les muscles qui courent à l'avant de la cuisse font un travail inverse et vont "reserrer" la hanche. L'antérieur est soulevé ; le jarret va se fermer vers l'avant, l'antérieur se déplace vers l'avant et reprend appui sur le sol. Plus ces muscles travaillent de façon intensive, plus la foulée du cheval est importante et plus le mouvement sera expressif.

Pour un bon mouvement, il est donc très important que tous les muscles puissent se mouvoir en souplesse.



Wat is het belang van de rug?

De voortbeweging die start vanuit het achterbeen moet op een correcte manier naar voren worden doorgegeven. Dit gebeurt via de lange rugspier, die dus eigenlijk een brugfunctie heeft. Om een soepele, ruime en vloeiende beweging te krijgen is een soepele rugspier noodzakelijk. De plaats waar de borstwervels overgaan in de lendenwervels (vlak achter het zadel), is in de overbrenging van de krachten een heel kritische structuur. Ook de regio van het SI-gewricht is heel belangrijk bij de voortbeweging. Dit gewricht moet zich goed kunnen openen (kanteling van het bekken), zodat het achterbeen goed kan onder treden. Naast het overbrengen van de krachten zorgt de lange rugspier ook voor de zijwaartse buiging in heel de wervelkolom (lenden, bekken en hals). De soepelheid in de gehele rugspier bepaalt dan ook het atletisch vermogen van een paard.

Hoe kan je opmerken dat er problemen zijn in de rugspier?

Gedragsproblemen, allerlei vormen van verzet, onregelmatigheid in de verschillende gangen tot zelfs kreupelheid, hoofdschuw, traag opwarmen, problemen met overgangen, te snelle overgang naar galop (belangrijk bij dravers), moeilijk inbuigen, scheve staart tijdens het werk, niet graag gepoetst worden op de rug, verkorte bewegingen, plaatsnemen met witte haren op de rug, ... ◀

Ingrid De Boelpaep | Dierenosteopaat en Jack Meagher sportmassage therapeut

Quelle est l'importance du dos ?

La propulsion qui prend sa source dans l'arrière-train doit être correctement transmise vers l'avant. Ce processus s'effectue via le muscle long dorsal qui fait donc en quelque sorte office de pont. Pour obtenir un mouvement souple, ample et coulant, un muscle dorsal souple est nécessaire. L'endroit où les vertèbres thoraciques cèdent la place aux vertèbres lombaires (derrière la selle) est une structure très critique dans le transfert des forces. La région de l'articulation sacro-iliaque est également très importantes dans la locomotion. Cette articulation doit bien pouvoir s'ouvrir (basculement du bassin), pour permettre une bonne foulée de l'arrière-train. Outre le transfert des forces, le muscle long dorsal assure aussi l'élasticité latérale dans toute la colonne vertébrale (reins, bassin et encolure). La souplesse de tout le muscle dorsal détermine donc aussi les possibilités athlétiques d'un cheval.

A quoi remarque-t-on des problèmes au muscle dorsal ?

Des problèmes de comportement, toutes sortes de formes de résistance de l'animal, des irrégularités dans les différentes allures pouvant aller jusqu'à des boiteries, une tête timide, un réchauffement lent, des problèmes de transition, un passage trop rapide au galop (important chez les trotteurs), un infléchissement difficile, une queue courbée pendant le travail, un vif déplaisir à être brossé sur le dos, des mouvements moins amples, des endroits avec des poils blancs sur le dos, ... ◀

Ingrid De Boelpaep | Ostéopathe animalière et Jack Meagher, thérapeute en massage sportif



STAL TROJAAN 2013

NORGINIO 1'11 691840 € **NIEUW!!!!** *Studbook Français*
 (CAPRICCIO – FARANDOLE DU CORTA)
 In Frankrijk reeds vader van o.a. Va Tout D'Hertals 1'13, Varina 1'13, Arginio Des Godins 1'16, etc.

QUAKER JET (LOVE YOU – JENNY JET) 1'09 1722430 € **NIEUW!!!!**
 Voor zijn eerste Franse A-jaargang reeds 50% gekwalificeerd, werkelijk fenomenaal. Dit met paarden als Agneska 1'15, Aladin D'Ejaceul 1'15, Alizea Du Kastel 1'15 (87630 €), ...

S.J.'S PHOTO (PHOTOMAKER – SASSY JANE) 1'10 1141410 €
 Zeer sterke Belgische G-jaargang, met toppers als General Ice en Gossip Syndey.

NOE DE SAINT PREST (GABAA – BANAGRA) 1'13 *Studbook Français*
ALIEN CHIP (PINE CHIP – FOREIGN WATERS) 1'12
IL PIRATA (VALLEY VICTORY – FASHION FINDER) 1'11
VICTORY MARGIN (GIANT VICTORY – CONTESTIQUE) 1'09"7
PITTMAN (INVIT BROLINE – DAME GRANDCHAMP) 1'12
PRINCE GEDE (SANCHO PANCA -FAVORITE GEDE) 1'11 633970 €
OPUS VIERVIL (JAG DE BELLOUET -ENVOUTANTE) 1'11 775322 €
ZAR AS (ABANO AS – ZARINA) 1'14 178580 €

Tel: 0475/77.06.80

www.staltrojaan.be

Dagelijks bouwen aan uitmuntendheid



Kumpen, excellence in bouw, infra, vastgoedontwikkeling, renovatietechnieken, tunnelling & PPP

www.kumpen.be