سال اول · شماره ۱ | پنجشنبه ۲۱ آبان ۱۴۰۵ · ۲ جمادی‌الثانی ۱۴۴۸ · ۱۲ نوامبر ۲۰۲۶ | ۱ صفحه · نسخه‌ی دیجیتال

هورس نیوز

روزنامه‌ی دیجیتال ورزش‌های سوارکاری

نسخه‌ی آنلاین

■ درگذشت VDL Bubalu

درگذشت VDL Bubalu اسطوره هلندی پرش با اسب در ۲۶سالگی

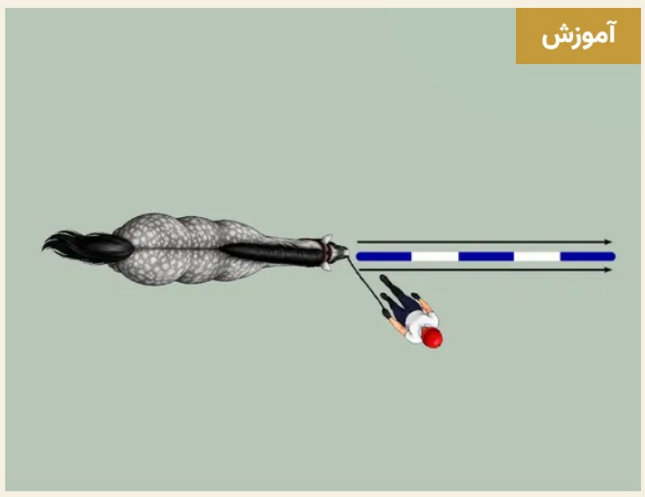


دنیای پرش با اسب یکی از چهره‌های برجسته و خاطره‌انگیز خود را از دست داد. اسب نر مشهور هلندی، VDL Bubalu، در ۲۶سالگی درگذشت؛ اسبی که در کنار سوارکارش، یور وریلینگ (Jur Vrieling)، افتخارات مهمی از جمله مدال نقره تیمی المپیک ۲۰۱۲ لندن و مدال طلای تیمی بازی‌های جهانی سوارکاری ۲۰۱۴ را به دست آورد.

#

**قهرمان المپیک و جهان، اسبی که در کنار یور وریلینگ رؤیاهای بزرگی را به واقعیت تبدیل کرد، در ۲۶سالگی درگذشت. سوارکار نامدار هلندی در پیامی احساسی از همراه همیشگی خود خداحافظی...

متن کامل در horsenews.ir/s/2077



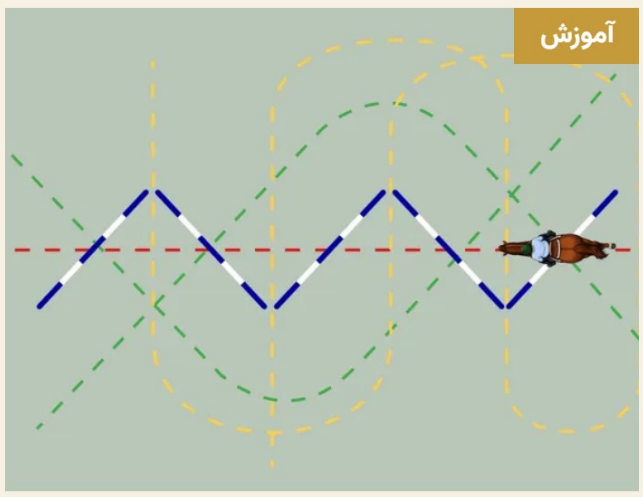
■ تمرین ساده با یک تیرک زمینی

تقویت تعادل، هماهنگی و عضلات مرکزی اسب بدون نیاز به سوارکاری

برای بهبود آمادگی جسمانی اسب، همیشه نیازی به تمرینات سنگین یا سوارکاری نیست. گاهی یک تمرین ساده در کنار اسب و تنها با استفاده از یک تیرک زمینی می‌تواند عضلات و سیستم عصبی حیوان را به شکلی متفاوت درگیر کند.

#...

متن کامل در horsenews.ir/s/2076



تمرین زیگزاگی با پنج تیرک؛ سه مهارت کلیدی برای بهبود تعادل، انعطاف‌پذیری و هدایت اسب

کی از مهم‌ترین مهارت‌ها در پرش با اسب، توانایی حفظ تعادل و کنترل مسیر حرکت در کنار تنظیم ریتم و طول گام‌هاست. سوارکار باید بتواند اسب را در مسیرهای منحنی، تغییر جهت‌ها و خطوط مستقیم با دقت هدایت کند؛ مهارتی که بدون هماهنگی مناسب میان دست‌ها، پاها و وضعیت بدن سوارکار امکان‌پذیر نیست...

متن کامل در horsenews.ir/s/2075



چگونه عادت هجوم اسب به سمت مانع را اصلاح کنیم؟

یکی از مشکلات رایج در تمرینات پرش با اسب، شتاب‌گرفتن و هجوم اسب به سمت مانع یا افزایش سرعت بلافاصله پس از فرود است. این رفتار نه‌تنها می‌تواند کیفیت پرش را کاهش دهد، بلکه کنترل و تعادل اسب را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد.

اسکات براش (Scott Brash)، سوارکار...

متن کامل در horsenews.ir/s/2074