

Plezier met Paarden

Proevenboek



Uitgave april 2025

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

Inhoudsopgave

1. WELKOM	5
2. PLEZIER MET PAARDEN	6
Plezier voorop	6
Ruitgericht	6
Welzijn paarden	6
Doorlopende leer- en proevenlijn	6
Samenspel official en instructeur	6
Meer doel- dan prestatiegericht	6
3. OPBOUW PROEVEN	7
3.1 Niveau PD 1 en PD 2	7
PD 1.1 t/m 1.4	7
PD 2.1 t/m 2.4	7
3.2 Niveau PD 3 en verder	7
4. BEOORDELINGSCRITERIA	9
4.1 Beoordelingscriteria per niveau	9
4.1.1 Niveau 1 – PD 1.1 t/m 1.4	9
4.1.2 Niveau 2 – PD 2.1 t/m 2.4	9
4.1.3 Niveau 3 – PD 3	9
4.1.4 Niveau 4 – PD 4	10
4.1.5 Niveau 5 – PD 5	10
4.1.6 Niveau 6 – PD 6	10
4.1.7 Niveau 7 – PD 7	10
4.1.8 Niveau 8 – PD 8	10
4.1.9 Niveau 9 – PD 9	11
4.1.10 Niveau 10 – PD 10	11
4.1.11 Niveau 11 – PD 11	11
4.1.12 Niveau 12 – PD 12	11
4.1.13 Niveau 13 – PD 13	11
4.1.14 Niveau 14 – PD 14	12
4.1.15 Niveau 15 – PD 15	12
4.2 Algemene beoordeling	12
4.2.1 Houding	12
4.2.2 De zit	12
4.2.3 Juistheid van het tempo	12
4.2.4 Verzorging ruiter en paard	12
4.2.5 Van been wisselen/lichtrijden op juiste been	13
4.3 Oefeningen	13



4.3.1	Hand opsteken	13
4.3.2	Paard belonen	13
4.3.3	Teugels verlengen en verkorten	13
4.3.4	Halsstrekken	13
4.3.5	Overgangen	14
4.3.6	Tempowisselingen	14
4.3.7	Figuren rijden	14
4.3.8	Zijwaarts gaan	14
4.3.9	Wijken voor het been	15
4.3.10	Rijbaan verlaten in stap	15
5.	REGLEMENT	16
5.1	Algemeen	16
5.2	Kledingvoorschriften	16
5.2.1	Veiligheidshoofddekse	16
5.2.2	Wedstrijdtenue	16
5.2.3	Handschoenen	17
5.2.4	Schoeisel	17
5.2.5	Beschermende kleding	17
5.3	Paard	17
5.3.1	Optoming	17
5.3.2	Hulpmiddelen en -gebruik	17
5.4	Dressuurproeven PD – Plezier met Dressuur	18
5.4.1	Protocol niveau 1	18
5.4.2	Protocol vanaf niveau 2	18
5.4.3	Promotie	18
5.4.4	Diploma's en theorie-examen	19
5.5	Onvoorziene zaken in de proef	19
5.5.1	Vergissingen	19
5.5.2	Uitsluiting	19
5.5.3	Valpartij	20
5.5.4	Bloed bij het paard	20
5.5.5	Onregelmatig of kreupel	20
5.6	Uitslag en klassering	20
5.6.1	Klassering en prijsuitreiking	20
5.6.2	Ex aequo-uitslagen	20
6.	PD-PROEVEN	21
	PLEZIER MET DRESSUUR 1.1 (PD 1.1)	22
	PLEZIER MET DRESSUUR 1.2 (PD 1.2)	23
	PLEZIER MET DRESSUUR 1.3 (PD 1.3)	24



PLEZIER MET DRESSUUR 1.4 (PD 1.4)	25
PLEZIER MET DRESSUUR 2.1 (PD 2.1)	26
PLEZIER MET DRESSUUR 2.2 (PD 2.2)	27
PLEZIER MET DRESSUUR 2.3 (PD 2.3)	28
PLEZIER MET DRESSUUR 2.4 (PD 2.4)	29
PLEZIER MET DRESSUUR 3 (PD 3)	30
PLEZIER MET DRESSUUR 4 (PD 4)	31
PLEZIER MET DRESSUUR 5 (PD 5)	32
PLEZIER MET DRESSUUR 6 (PD 6)	33
PLEZIER MET DRESSUUR 7 (PD 7)	34
PLEZIER MET DRESSUUR 8 (PD 8)	35
PLEZIER MET DRESSUUR 9 (PD 9)	36
PLEZIER MET DRESSUUR 10 (PD 10)	37
PLEZIER MET DRESSUUR 11 (PD 11)	38
PLEZIER MET DRESSUUR 12 (PD 12)	39
PLEZIER MET DRESSUUR 13 (PD 13)	40
PLEZIER MET DRESSUUR 14 (PD 14)	41
PLEZIER MET DRESSUUR 15 (PD 15)	42
7. AANTEKENINGEN	43
8. RIJBAAN	44
9. COLOFON	45



1. Welkom

Welkom in het nieuwe proevenboek van Plezier met Paarden!

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

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

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

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

Veel rijplezier!

Team Plezier met Paarden



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

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

2. Plezier met Paarden

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

Plezier voorop

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

Ruitergericht

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

Welzijn paarden

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

Doorlopende leer- en proevenlijn

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

Samenspel official en instructeur

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

Meer doel- dan prestatiegericht

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



3. Opbouw proeven

3.1 Niveau PD 1 en PD 2

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

Let op de volgende aandachtspunten per niveau:

PD 1.1 t/m 1.4

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

PD 2.1 t/m 2.4

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

3.2 Niveau PD 3 en verder

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

- In PD 3 ligt de focus op ontspannen zitten van de ruiter en het leren bewegingen te volgen van het paard, met de nadruk op het leren beheersen van op het juiste been lichtrijden in draf en het leren van de galop.
- Vanaf PD 4 worden de hulpen meer verfijnd en moeten moeilijke figuren zoals de slangenvolte worden uitgevoerd. Tevens komt de nadruk te liggen op de juiste houding van de ruiter en het contact met de mond van het paard, evenals de activiteit van de hulpen.



- Vanaf PD 6 worden meer complexe figuren gevraagd, zoals voltes van 15 meter en gaat het om geven van subtielere hulpen en meer beheersing van doorzitten om de communicatie met het paard verder te verbeteren.
- Tot niveau PD 8 is het essentieel dat de ruiter gaandeweg leert in balans te zitten zonder het paard in de mond te storen.
- Vanaf niveau PD 10 komt de nadruk te liggen op het ontwikkelen van een constante, fijne verbinding met de mond van het paard.
- Vanaf niveau PD 12 wordt verder gewerkt aan de juiste basis voor stelling en buiging.

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



4. Beoordelingscriteria

4.1 Beoordelingscriteria per niveau

4.1.1 Niveau 1 – PD 1.1 t/m 1.4

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

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

4.1.2 Niveau 2 – PD 2.1 t/m 2.4

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

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

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

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

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

4.1.3 Niveau 3 – PD 3

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

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

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

4.1.4 Niveau 4 – PD 4

Bij deze proeven gaan ruiters steeds meer letten op de juiste houding en het geven van de hulpen. Het lichtrijden op het juiste been moet nu in de gehele proef. Bij dit niveau is het de bedoeling dat de ruiter de hoefslag één keer rond in de juiste galop kan maken. De jury kijkt of je hiervoor de goede hulpen geeft. Springt het paard toch verkeerd aan, dan neemt de ruiter het paard terug in draf en doet een tweede poging met de juiste hulpen.

Daarnaast worden er ook moeilijkere figuren gevraagd zoals een slangenvolte met driebogen waarbij de ruiter in het juiste tempo goed op de verdeling in de rijbaan moet letten.

4.1.5 Niveau 5 – PD 5

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

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

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

4.1.6 Niveau 6 – PD 6

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

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

4.1.7 Niveau 7 – PD 7

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

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

4.1.8 Niveau 8 – PD 8

Bij dit niveau zijn er moeilijkere figuren. Deze moet de ruiter op een ontspannen manier en met de juiste hulpen begeleiden. Het tempo beheersen is hierbij heel belangrijk omdat de wendingen gaandeweg kleiner worden. Voor de moeilijkere oefeningen en overgangen is

het steeds belangrijker dat de ruiter de goede hulpen geeft op het juiste moment zodat het paard de oefeningen en overgangen op de hulp van de ruiter uitvoert, zoals bij E en B in galop aanspringen en in galop een volte 15 meter rijden.

4.1.9 Niveau 9 – PD 9

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

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

4.1.10 Niveau 10 – PD 10

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

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

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

4.1.11 Niveau 11 – PD 11

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

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

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

4.1.12 Niveau 12 – PD 12

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

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

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

4.1.13 Niveau 13 – PD 13

Door de voorgaande fases heeft de ruiter geleerd om in ontspannen balans en met een onafhankelijke zit het paard via de juiste hulpen, oefeningen te laten doen. Het zijwaarts gaan wat in deze proef gevraagd wordt is een oefening waarbij de hulpen afgestemd en gedoseerd gegeven worden. Voorbereiding is enorm belangrijk om vervolgens het inleiden



van het zijwaarts en de begeleiding tijdens het uitvoeren van deze oefening in goede banen te leiden. Daarom worden er ook maar enkele passen gevraagd. De slangenvolte met vier bogen is een verdieping van het nauwkeurig uit kunnen voeren van figuren.

4.1.14 Niveau 14 – PD 14

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

4.1.15 Niveau 15 – PD 15

In eerdere proeven spraken we over zijwaarts gaan maar nu gaat de ruiter vijf meter wijken voor het been. Dit betekent dat er een juiste stelling en buiging moet zijn waarbij het paard voorwaarts/zijwaarts gaat en dat de activiteit, tempo en regelmaat gelijk blijft. Bij het onderdeel 'enkele passen stap uitstrekken' is het de bedoeling dat de hals van het paard langer wordt en het hoofd hierbij naar voren komt zodat het paard de ruimte krijgt om zijn passen in ontspanning groter te maken.

4.2 Algemene beoordeling

4.2.1 Houding

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

4.2.2 De zit

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

4.2.3 Juistheid van het tempo

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

4.2.4 Verzorging ruiter en paard

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

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

4.2.5 Van been wisselen/lichtrijden op juiste been

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

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

4.3 Oefeningen

4.3.1 Hand opsteken

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

4.3.2 Paard belonen

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

4.3.3 Teugels verlengen en verkorten

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

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

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

4.3.4 Halsstrekken

Halsstrekken betekent dat de ruiter meer teugel geeft en dat het paard de hand van de ruiter volgt. Het is daarbij de bedoeling dat het paard met het hoofd naar voren/beneden

gaat richting de voorknie gaat. Het is belangrijk dat de ruiter via de teugel licht contact houdt met de mond van het paard en dat het tempo van het paard gelijk blijft. Het 'op maat maken van de teugel' hoort in een vloeiende beweging plaats te vinden zonder het tempo en/of verbinding te verstoren.

4.3.5 Overgangen

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

4.3.6 Tempowisselingen

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

4.3.7 Figuren rijden

Tussen, bij en op de letter

In de lagere proeven (t/m PD 5) begint de ruiter met oefeningen tussen twee letters te rijden. Hierdoor heeft de ruiter dan enkele meters om de gevraagde oefening uit te voeren. De oefening mag op een zelf gekozen plek tussen die letters plaatsvinden. Naarmate het niveau stijgt (vanaf PD 6) moet de ruiter de oefeningen steeds dichterbij een letter laten zien. Dit betekent dat de ruiter de oefening 'bij de letter' moet laten plaatsvinden, dit betekent binnen een paardlengte van de gevraagde letter. Bij de hogere niveaus (vanaf PD 12) moet de oefening 'op de letter' plaatsvinden, dit betekent dat de schouder van de ruiter bij de letter hoort te zijn.

Figuren en lijnen

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

Afwenden

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

4.3.8 Zijwaarts gaan

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

pas de achterhand. Na het afwenden geeft de ruiter teugelhulpen om te gaan in de gewenste richting en de achterhand gaat mee als de kuit hulp komt.

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

4.3.9 Wijken voor het been

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

4.3.10 Rijbaan verlaten in stap

De ruiter wordt verzocht na het groeten rustig voorwaarts te stappen. Daarna kan de rijbaan, op voorkeur aan de kant van de voorlezer verlaten worden. Alleen het wegstappen zelf wordt nog beoordeeld.



5. Reglement

5.1 Algemeen

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

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

5.2 Kledingvoorschriften

5.2.1 Veiligheidshoofddekseel

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

5.2.2 Wedstrijdenue

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

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

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

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



5.2.3 Handschoenen

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

5.2.4 Schoeisel

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

5.2.5 Beschermende kleding

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

5.3 Paard

5.3.1 Optoming

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

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

5.3.2 Hulpmiddelen en -gebruik

Hulpteugels

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

Zweep

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

Sporen

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

Ondersteunende materialen

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



5.4 Dressuurproeven PD – Plezier met Dressuur

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

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

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

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

5.4.1 Protocol niveau 1

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

De ruiter kan naar de volgende proef doorstromen als:

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

5.4.2 Protocol vanaf niveau 2

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

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

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

5.4.3 Promotie

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



- Bij PD 1.1 t/m 1.4 is 1 promotiepunt per proef nodig om door te gaan naar het volgende niveau (dus 1 promotiepunt om van PD 1.1 naar PD 1.2 te gaan, etc.)
- Bij PD 2 zijn er minimaal 2 promotiepunten nodig om door te gaan naar het volgende niveau (dus 2 promotiepunten om van PD 2.1 naar PD 2.2 te gaan, etc.)
- Bij PD 3 en hoger zijn er minimaal 3 promotiepunten nodig om door te gaan naar het volgende niveau.
- Bij PD 12 en hoger zijn er minimaal 4 promotiepunten nodig om door te gaan naar het volgende niveau.
- Het maximaal te behalen promotiepunten per niveau wordt door de manegehouder of organisatie bepaald.
- Versnelde promotie naar een hoger niveau kan door de manegehouder of organisatie worden bepaald.

5.4.4 Diploma's en theorie-examen

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

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

5.5 Onvoorziene zaken in de proef

5.5.1 Vergissingen

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

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

5.5.2 Uitsluiting

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

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

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

5.5.3 Valpartij

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

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

5.5.4 Bloed bij het paard

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

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

5.5.5 Onregelmatig of kreupel

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

5.6 Uitslag en klassering

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

5.6.1 Klassering en prijsuitreiking

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

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

5.6.2 Ex aequo-uitslagen

Bij gelijk aantal punten op het protocol wordt gekeken naar de volgende onderdelen:

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

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

6. PD-proeven

In dit proevenboek staan de voorleesprotocollen van PD 1 t/m PD 15. De ruitersprotocollen zijn door de manegehouder of organisatie te downloaden via de website van de FNRS.

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



Plezier met Dressuur 1.1 (PD 1.1)

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

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



Plezier met Dressuur 1.2 (PD 1.2)

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

Ruiter(s) stappen op linkerhand

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

Plezier met Dressuur 1.3 (PD 1.3)

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

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



Plezier met Dressuur 1.4 (PD 1.4)

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

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

Plezier met Dressuur 2.1 (PD 2.1)

Gehele proef lichtrijden (juiste been niet belangrijk)

Optioneel: pionnen in hoeken en op X als poortje

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

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



Plezier met Dressuur 2.2 (PD 2.2)

Gehele proef lichtrijden (juiste been niet belangrijk)

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



Plezier met Dressuur 2.3 (PD 2.3)

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

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

Plezier met Dressuur 2.4 (PD 2.4)

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

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



Plezier met Dressuur 3 (PD 3)

Gehele proef lichtrijden

Op juiste been bij meerdere onderdelen

Verkeerde galop niet beoordelen

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

Plezier met Dressuur 4 (PD 4)

Gehele proef lichtrijden op het juiste been

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



Plezier met Dressuur 5 (PD 5)

Gehele proef lichtrijden op het juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

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



Plezier met Dressuur 6 (PD 6)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

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

Plezier met Dressuur 7 (PD 7)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

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

Plezier met Dressuur 8 (PD 8)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

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



Plezier met Dressuur 9 (PD 9)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

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

Plezier met Dressuur 10 (PD 10)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

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

Plezier met Dressuur 11 (PD 11)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

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

Plezier met Dressuur 12 (PD 12)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

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



Plezier met Dressuur 13 (PD 13)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

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

Plezier met Dressuur 14 (PD 14)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

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

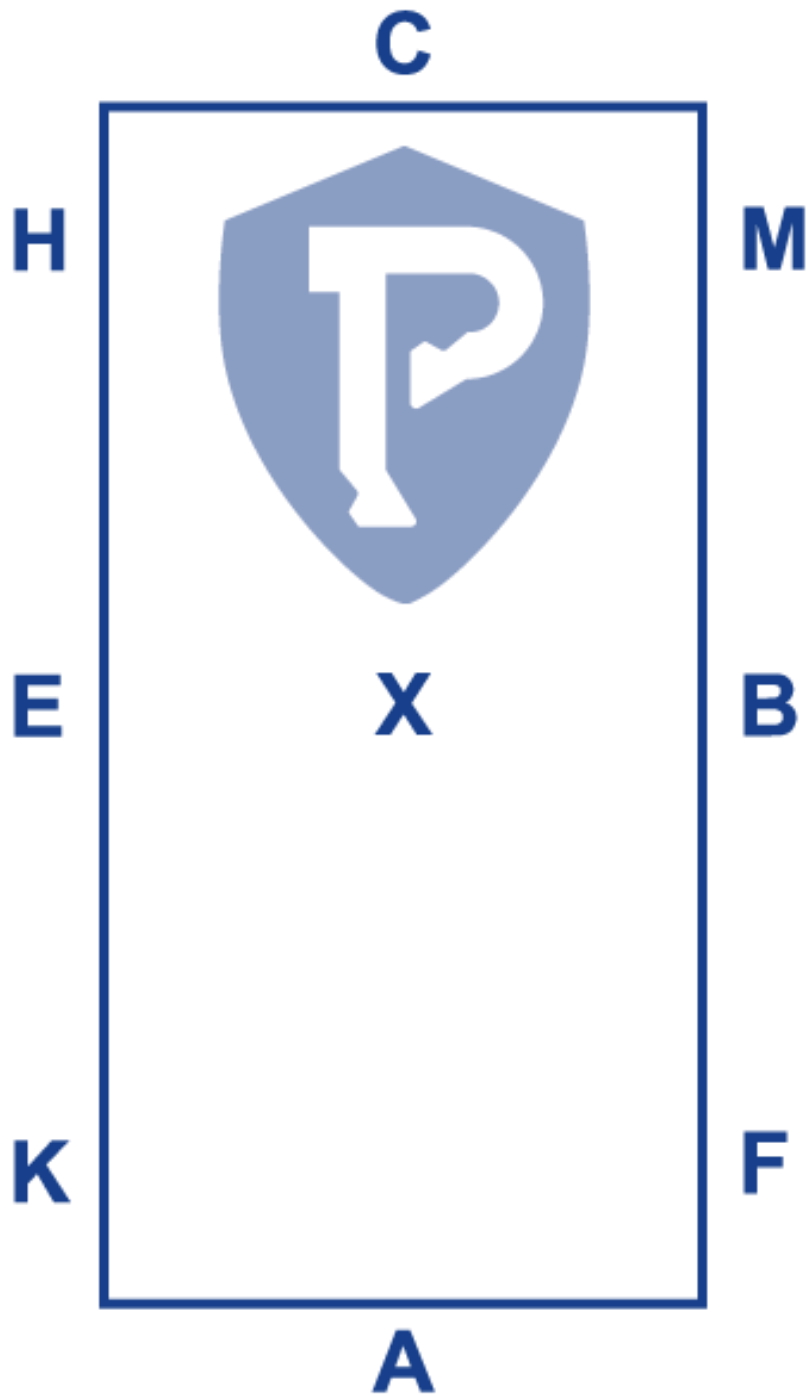
Plezier met Dressuur 15 (PD 15)

Gehele proef lichtrijden op juiste been

Tenzij doorzitten wordt gevraagd

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

8. Rijbaan



9. Colofon

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

FNRS

De Beek 125
3852 PL Ermelo
088 02 24 300

www.fnrs.nl

www.pleziermetpaarden.nl

info@pleziermetpaarden.nl

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

© FNRS Ermelo – april 2025

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

