



BARREL RACING IN POLE BENDING

Špela Šinkovec

041 258 879

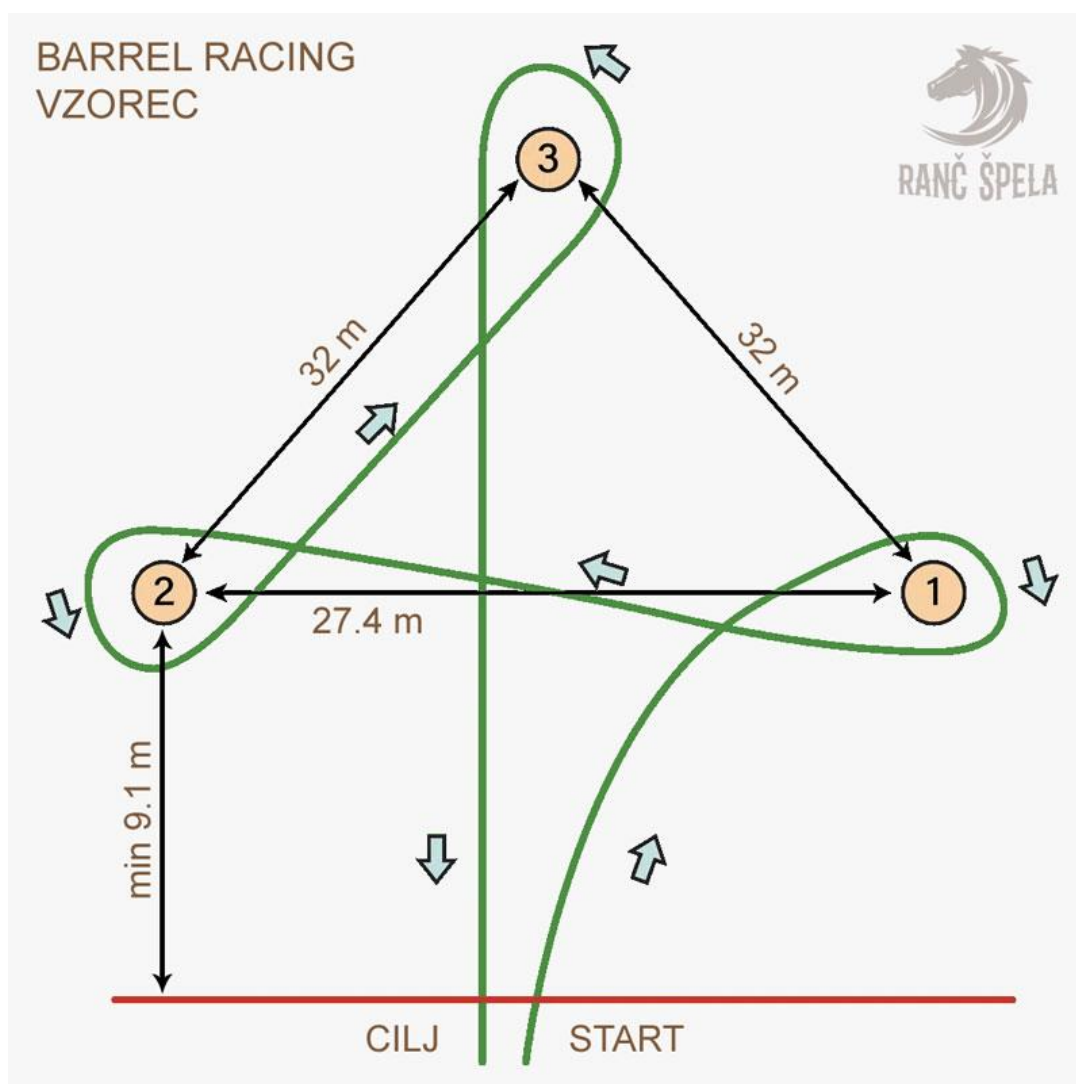
rancspela@gmail.com

ranc-spela.si

BARREL RACING - TEHNIČNO ZAHTEVNA IN ADRENALINSKA WESTERN DISCIPLINA

Barrel racing je vrhunska hitrostna disciplina western jahanja, pri kateri jezdec in konj v natančno določenem vzorcu obkrožita tri sode ter se v najkrajšem možnem času vrmeta čez štartno linijo.

Zahteva izjemno koordinacijo, natančno komunikacijo med konjem in jahačem ter visoko stopnjo odločnosti. Gre za šport, kjer sta tehnika in kontrola enako pomembni kot hitrost.



RANČ ŠPELA - KJER TEHNIKA POSTANE HITROST

Dobrodošli na **Ranču Špela**, domu strokovnega barrel racinga, vrhunskega western jahanja ter treningov, ki temeljijo na spoštovanju, znanju in jasni športni viziji.

Pri nas hitrost nikoli ni naključje - je rezultat pravilne tehnike, močne povezanosti s konjem in zanesljivega sistema treninga.

MOJA ZGODBA - KAKO SE JE VSE ZAČELO

Barrel racing je moja disciplina že od malih nog.

Z njo sem se prvič srečala v Italiji, kjer sem se učila osnove western jahanja. Tam sem spoznala, da barrel racing ni samo hitrost in adrenalin - je resnična komunikacija, energija in zaupanje med konjem in jahačem.

Takoj sem se zaljubila v to disciplino, saj predstavlja **posebno, globoko vez**, ki nastane samo takrat, ko sta konj in jahač popolnoma usklajena. Ko gre zares, morata delovati kot eno - dihati enako, čutiti enako, zaupati drug drugemu brez dvoma.

Kasneje sem trenirala tudi **pole bending**, a o tem več na naslednjih straneh. Moje srce pa je in ostaja predano barrel racingu.

TEHNIČNA OSNOVA DISCIPLINE

Barrel racing temelji na:

- **natančnem vzorcu**, ki vključuje tri ključne obrate
- **optimalnih linijah**, kjer vsaka desetinka sekunde šteje
- **ravnotežju, telesni kontroli in pravočasnih pomikih teže**
- **odzivnosti konja**, ki mora biti dobro mišično pripravljen, prožen in psihično stabilen

Kakovostna priprava jahača in konja je bistvenega pomena, saj se hitrost poveča šele, ko sta tehnika in komunikacija popolnoma stabilni.

STROKOVNI PRISTOP K TRENINGU

Kot trenerka se osredotočam na celovit razvoj para konj - jezdec:

- **gradnja osnov**: pravilna drža, upravljanje teže, jasni signalni sistemi
- **šola natančnih obratov**: vstopna linija, točka obrata, izhodna linija
- **prožnosti in kondicija konja**: del na krožnih linijah, mišična simetrija
- **progresija hitrosti**: šele ko sta tehnika in varnost popolna, dodajaš hitrost
- **mentalna priprava**: samozavest, stabilnost, osredotočenost v hitri disciplini

Poudarek je na varni, strokovni in športni pripravi, ki temelji na pravilni biomehaniki konja ter učinkoviti komunikaciji.

ZA KOGA JE DISCIPLINA PRIMERNA?

Barrel racing je primeren za:

- ambiciozne jezdece, ki želijo poglobljeno tehnično znanje
- športnike, ki jih motivirajo merljivi rezultati (čas, simetrija obrata, linije)
- rekreativce, ki kljub adrenalinu cenijo strokovno vodenje in postopno napredovanje
- tekmovalce, ki želijo izpopolniti svojo hitrostno tehniko

ZAKAJ TRENIRATI BARREL RACING PRI MENI?

- strokovna analiza tehnike jahača in konja
- individualno prilagojeni treningi za vse nivoje
- poudarek na biomehaniki, varni izvedbi in športni napredni pripravi
- možnost priprave na tekmovanja
- profesionalno vodenje s ciljem napredka in pravilne, zdrave izvedbe discipline

Moj trening ni usmerjen zgolj v hitrost, temveč v **natančnost, pravilno izvedbo vzorca, uravnotežen razvoj konja in jahača** ter dolgoročno športno uspešnost in varnosti pri sami izvedbi.

CILJ TRENINGA

Vzgojiti samozavestnega, tehnično natančnega jahača in stabilnega, odzivnega konja, ki skupaj zmoreta izpeljati vzorec hitro, kontrolirano in športno korektno.

MOJ PRISTOP

Moja filozofija je jasna:

tehnika → zaupanje → natančnost → hitrost

Na vsakem treningu poudarjam:

- biomehaniko konja
- jasno komunikacijo
- spoštljiv odnos
- postopnost in varnost
- športno orientirano delo

Ranč Špela ni le prostor za jahanje - je prostor, kjer nastajajo močni jahači, stabilni konji in iskrene povezave.

MOJA POT V POLE BENDING

Pole bending sem trenirala vzporedno z barrel racingom. Čeprav je moj fokus vedno ostal pri barrel racingu, pa mi je pole bending dal izjemno veliko športne širine:

- boljšo koordinacijo v slalomu
- natančne prehode med pospeški in zaviranjem
- hitrejše reakcije konja
- razumevanje ritma in dinamike gibanja
- sposobnost "mehke" kontrole v tehnično zahtevnih linijah

Že od začetka me je pritegnila tehničnost discipline - ko je slalom pravilno izpeljan, je to ene izmed najlepših gibanj v western svetu.

ZAKAJ TRENIRATI POLE BENDING?

- izboljša ravnotežje jahača
- okrepi odzivnost in prožnost konja
- razvija koordinacijo in preciznost
- gradi hitrost s kontrolo
- dopolnjuje barrel racing, saj razvija podobne spretnosti

Pole bending je odlična dopolnitev barrel racingu, saj oba temeljita na linijah, dinamiki in tehniki, vendar vsak na svoj način zahteva drugačne telesne in mentalne sposobnosti.

TRENINGI POLE BENDINGA NA RANČU ŠPELA

Na Ranču Špela izvajam treninge, ki vključujejo:

Tehniko slaloma: pravilni vstopi med koli, ohranjanje ritma, usklajeni premiki teže.

Delo na prožnosti konja: laterala, upogibanja, pravilna drža telesa, ločeni signali.

Kontrola hitrosti: kdaj pospešiti, kdaj upočasniti, kako voditi konja brez izgube linije.

Priprava na tekmovanja: analiza poti, optimizacija zavojev, mentalna priprava jahača.

KAKO SE POLE BENDING UJEMA Z BARREL RACINGOM?

Perfektno. Če ima barrel racing fokus na **hitrosti in obratih**, ima pole bending fokus na **slalomu in ritmu**.

Skupaj ustvarjata izjemno kondicijo, natančnost, odzivnost in samozavest jahača ter konja. Zato obe disciplini rada vključujem v športni trening - ker se dopolnjujeta na najboljši možen način.

SLOGAN

Ranč Špela - KJER TEHNIKA USTVARI HITROST

DODATNA PONUDBA

Možnost treninga z lastnim konjem.