

# Carolien maakt een trektocht te paard naar Zweden

Mei 2017 is het dan zover, de **langgekoesterde droom** van Carolien Staal gaat in vervulling: ze gaat **samen met haar paard Ulthimo**, oftewel Timo, **een trektocht** maken van 2500 km, helemaal **naar Zweden**. **ROS volgt haar** op de voet: tijdens de **voorbereidingen en natuurlijk gedurende de reis!** In dit eerste artikel gaat ze op zoek naar een geschikt zadel. Maar eerst stelt ze zich aan jullie voor.

Tekst: Carolien Staal, foto's: privé



“**H**et begon met een boek over het waarmaken van dromen. En omdat dromen - denken - durven - doen mijn levensmotto is, dacht ik: ‘Waarom niet?’. Midden 2015 begon ik met familie en vrienden te praten over een lange reis te paard. De meeste mensen reageerden gematigd enthousiast: leuk idee, maar het zal wel weer een ‘bevlieging’ zijn. Inmiddels is het droomstadium voorbij en krijgt het idee echt vorm. En dát vinden mensen machtig interessant.” Carolien houdt van trektochten. “Wanneer ik op pad ben, realiseer ik me dat dit is wat ik het allerliefste doe. Op mijn paard, elke dag, de hele dag, bij voorkeur door gebieden die ik niet ken.” En zo ontstond het plan. Ze vroeg haar partner naar zijn droom, wat hij nodig had om mee te gaan. Mark heeft namelijk niet zoveel met paarden. Wel met Landrovers. En met bushkraft. Zijn antwoord: “Ik wil best mee, niet naar Spanje, maar naar het noorden, Zweden of zo.”

## Op weg naar de poolcirkel

De reis start begin mei 2017 en gaat van Markelo in Twente naar SundHolmen, een

gehucht op de grens van Zweden en Finland, net onder de poolcirkel. In totaal ongeveer 2500 km. Daar zijn naar schatting zo'n 120 dagen voor nodig; 65% reisdagen en 35% rustdagen. De aankomst is gepland in september. En dat moet ook wel, want daarna valt er sneeuw en is de route niet meer begaanbaar te paard. “Zo'n lange reis vraagt enorm veel voorbereiding”, vertelt Carolien. “Er zijn kinderen die naar school moeten, vaste lasten die doorgaan, overleg met werkgevers en een huis dat niet onbeheerd achter kan blijven. Daarnaast moeten zowel mijn paard als ik fit zijn en is er veel te leren. In het noorden van Zweden zijn geen campings of hoefsmeden. Een ijzertje kunnen onderslaan is een noodzakelijke vaardigheid. En dit is precies de charme van zo'n project. De voorbereiding is de helft van het plezier.” Mark gaat onderweg bushkraftskills ontwikkelen. “Bushkraft is de vaardigheid van bijvoorbeeld het creëren van gereedschap, slaappleaatsen en het bereiden van voedsel met alleen materialen die in de natuur om ons heen beschikbaar zijn. Hij moet zijn eigen automonteur zijn en voor ons allebei geldt dat een beetje Zweeds geen overbodige luxe zal zijn...”



## Even kennismaken

Carolien is paardenvrouw, moeder en manager marketingcommunicatie bij Pavo paardenvoer. Buiten werktijd is zij het liefst thuis op de Twentse boerderij in Markelo.

Ze woont samen met partner Mark en hun beestenbende. Dalmatiër Mikah, ex-zwerfhond Patch, de in Frankrijk gevonden poes Poes, opvangkat Kees en enkele kippen. In de weekenden is het een gezellige drukte als de drie zoons Jelle, Joshua en Louis er ook zijn. Ceres Lord Ulthimo is een Welsh Cob ruïn uit '98 met een groot ego en een groot hart. “Ik moet erg om hem lachen en hij is mijn beste vriend. Timo loopt graag alleen en is overal thuis, zolang ik in de buurt ben. Dat maakt hem een bijzonder geschikt paard voor trektochten.”

## Heb jij een vraag voor Carolien of Mark?

Laat het ons weten en we leggen het aan ze voor. Via de site [www.trektochttepaard.eu](http://www.trektochttepaard.eu) en [www.facebook.com/trektochttepaard](http://www.facebook.com/trektochttepaard) kun je de dagelijkse ontwikkelingen volgen.



Carolien probeert het Kalahari zadel uit.



Aansingelen bij het BUA zadel.

Lange afstanden vragen om de perfecte pasvorm:

# 2500 km comfortabel in het zadel

'Een goede voorbereiding is het halve werk. En dat moet ook wel, want bij het rijden van langere afstanden is een **goed passend zadel cruciaal**. Voor de rug van je paard is het een flink verschil of je enkele keren per week een uurtje rijdt of dat je **vijf tot acht uur per dag onderweg** bent. De zadelspecialist voor **lange afstandszadels** is Esther Groen van Green Distance. Zij leert Carolien meer over deze speciale zadels.

Tekst: Carolien Staal, foto's: Carolien Staal, Esther Groen

Vooraf hebben we enkele keren contact over wat ik van mijn paard vraag en wat ik zoek in een zadel. Ik leg uit dat ik een lange trektocht van 2500 km ga maken en dat ik geen budget heb voor een zadel van 3000 euro. Samen selecteren we drie zadels die in aanmerking komen. Dan is het zover: Esther komt naar Markelo om mij uitleg te geven. Als ze uitstapt, staat Ulthimo al op de poetsplaats en ik haast me uit te leggen dat hij in een té rijke conditie verkeert. Met andere woorden, hij is te dik - zo is ie anders nooit hoor. Dit is wel iets om rekening mee te houden in de zoektocht naar een nieuw zadel. In het algemeen zal een paard onderweg afvallen.

Het vet verdwijnt en spieren ontwikkelen zich. Het is dus belangrijk om in de eerste plaats een zadel uit te kiezen waar je zelf het een en ander aan kunt veranderen. Om deze reden valt de Malibaud, die populair is onder lange afstandsruiters, af.

## Sturen met onderleggers

Esther legt uit: "De ligging van je zadel verbeteren doe je in de eerste plaats met onderleggers en dekjes. Let wel, in principe moet een zadel goed liggen. Een slecht passend zadel maak je niet passend met onderleggers. Het is wel prima mogelijk om met onderleggers een goed passend zadel te finetunen wanneer de rug van je paard verandert. Het vraagt actief denk-

werk en handigheid." Verschillende dekjes zijn hiervoor geschikt. In de eerste plaats moet het mogelijk zijn om aparte inlagen te gebruiken om veranderingen in de rug van het paard op te vangen. Bij sommige deks is werkelijk alles naar wens samen te stellen, bijvoorbeeld de onderkant waarbij je kunt kiezen uit lamsbont, synthetisch bont, vilt of antislip. Andere dekjes met inlagemogelijkheid die Esther laat zien, zijn van soepel en ademend materiaal. Esther is voorzichtig met katoenen dekjes omdat katoen veel vocht opneemt. Een met zweet doorweekt dekje kan bij hogere temperaturen hittestress op de huid geven. Materialen die geen of minder vocht opnemen zoals (synthetisch) bont geven de indruk dat je paard er meer onder zweet, maar dat is niet het geval. Het zweet loopt van de rug af en wordt dus beter afgevoerd. En passant voegt ze er nog aan toe dat ik niet moet schrikken als er op de rug van mijn paard witte haren verschijnen gedurende zo'n lange reis. Esther: "Je vraagt nogal wat en daar horen 'gebruikssporen' bij. Bij verdikkingen onder het zadel, kale of warme plekken moet je wel actie ondernemen."

## Singelstoten op de juiste plaats

Esther voelt de rug van Ulthimo na. Hij lijkt iets gevoelig in het gebied rond de »

## TIP VAN ZADEL- EXPERT ESTHER

Leer jezelf aan om eerst de achterste singelstoot vast te maken en daarna de voorste. Zo stabiliseer je eerst de achterkant van het zadel en dan pas zet je druk op het schoftgebied via de voorste singelstoot. En bevestig de singel links en rechts op gelijke hoogte. Wanneer je paard aankomt of afvalt, doe je de singel aan beide kanten een gaatje lossier of strakker. Ongelijke bevestiging brengt je zadel uit balans en is onprettig voor het paard.

schoft. Ze vraagt naar mijn huidige zadel: een derdehands Pathfinder trail. "Leg je hem er altijd zo op?" Daar hebben we de eerste misser te pakken: ik leg mijn zadel te ver naar voren op de schoft. Hierdoor kan het schouderblad niet mooi onder de boom door draaien en knelt het af bij het rijden. Esther inspecteert het zadel en komt tot de conclusie dat het netjes en gelijkmatig is opgevuld en in beginsel prima ligt. Het probleem wordt veroorzaakt door de singelstoten die te ver naar achteren liggen. Hierdoor komt de singel te ver achter de voorbenen en zoekt deze zelf de fijnste plek waardoor het zadel naar voren kruipt. "Geen onoverkomelijk probleem hoor", zegt Ester opgewekt, "als je een extra singelstoot aan de voorkant laat maken dan heb je er een prima zadel aan. Dat is de investering wel waard." Opgelucht dat mijn zadel goed past, neem ik me voor een afspraak met de zadelmaker te maken.

### Relaxen op z'n cowboys

Tijd om het eerste zadel te passen: de Franco. Dit Zuid-Afrikaanse merk is sinds februari nieuw in Nederland. Een betaalbaar en toch goed zadel dat je met verschillende diktes van kussens wat kunt aanpassen aan verandering van de omvang van je paard.



De singelstoten liggen ver naar achteren, dus is een andere singel nodig.

Als eerste creëert Esther iets meer ruimte voor de ruggengraat. Door de pads los te trekken en iets wijder op het klittenband te bevestigen, is het mogelijk het kanaal van het zadel aan te passen aan de rug van je paard. Een secuur werktje waar handigheid en gevoel bij nodig zijn. Voor Ulthimo



Extreem korte takken van de boom geeft ruimte aan de schouder.

Het Kalahari zadel moet over de gehele lengte dragen.



kiezen we de Franco Kalahari, een westerntype voor wat bredere paarden. Het zit heerlijk. Een tikje harder dan mijn eigen zadel, maar ik zie mezelf wel dagen in dit zadel doorbrengen.

Ulthimo is het met mij eens en marcheert blij het zandpad voor mijn huis op en af. Opvallend is dat het lijkt of de beweging in de rug rustiger is. Volgens Esther komt dit omdat het zadel stabiel ligt nu het op de juiste plek op de rug ligt. Ik ben geen westernzadel gewend en de verleiding om

"Ik zie mezelf wel dagen in dit zadel doorbrengen. Timo is het met mij eens en marcheert blij het zandpad voor mijn huis op en af"

lekker te gaan hangen is wel aanwezig; dat vereist wat aandacht. We maken de beugels een gaatje langer en dan ziet het er al een stuk beter uit. Ik ben wel gecharmeerd van dit zadel en heb de indruk dat de boom met korte takken en daardoor de grote schouder vrijheid voor Ulthimo prettig aanvoelt.

### Innovatief zadel met comfort

Daarna pakken we het BUA zadel, het

## Green Distance

Wil je zelf kennismaken met zadels voor langere afstanden? Esther Groen van Green Distance kan je er alles over vertellen. Er zijn zadels voor ieder budget. Op de website vind je ook veel informatie over zadels en pasvorm: [www.greendistance.nl](http://www.greendistance.nl)

nieuwste van het nieuwste op zadelgebied. De kunststof boom weegt bijna niets en alles aan dit zadel is veranderbaar; de kussens, de zweetbladen, wrongen en de ophanging van de singelstoten. Interessant is dat het zadel veel vering heeft door de bouw van de boom. Het ligt netjes en stabiel op Ulthimo en Esther vertelt dat de fabrikant claimt dat dit zadel door de vorm van de kussens en de extreem korte boom op bijna alle paarden past. Esther: "Ik vind dit een riskante uitspraak want het kan bijna niet. Maar nadat ik het zadel op paarden van verschillende omvang prima zie passen, moet ik toegeven dat het inderdaad waar lijkt te zijn." Ulthimo wordt met de wind in de oren steeds vrolijker. Hij begrijpt niet waarom we nergens heen gaan en steeds weer het pad op en neer rijden. Het BUA zadel heeft een comfortabele en vrije zit, de vering staat in de strakke sportstand en kan getrapt nog lossier gesteld worden. Het bevalt me goed om niet 'vast' in het zadel te zitten. Wel heb ik het gevoel achterover te leunen. Volgens Esther is dit mijn houding, ik zoek de achterkant van de lepel op. "Ga actief zitten en rijden," roept ze me toe. En inderdaad, dat geeft verbetering. Heel fijn is het contact met het paard; ik heb het gevoel dat ik erg dichtbij hem ben. Dit is meteen het grootste verschil met het western type zadel. Van de verende boom voel ik niet veel. Wat een moeilijke keuze. Gelukkig mag ik van Esther bij hoge uitzondering beide zadels een weekend lang proberen. Zoals ik er nu over denk zou ik voor wedstrijden kiezen voor het BUA zadel en voor trektochten voor de Franco. **Wordt vervolg...**