

# Junior Lovas Magazin

IV. évfolyam 5. szám. 2021. május



**Nyelvlecke**

MESE

**Gombóc paci a lovasglásról**

**Rajzpályázat**

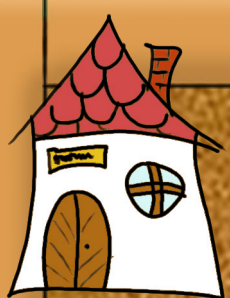


**Játékok,  
fudáspróba**

# Köszöntő

Kedves Fiatalok!

Indul a szezonunk!  
Végre kellemes az idő-  
járás, hosszabbak a  
nappalok! Irány a lo-  
varda!



## TARTALOM

Érdekel a cikk? Katt a címre!

Mese

Képregény

Aktion

MI LEGYEK,  
HA NAGY LESZEK?

Öko-Lovi

Lovak és más állatok

Lovak a természetben

HAVI TIPPEK

Nyelvlecke

LOVAGLÁS

Rajzpályázat

Suli-  
stressz

Színes lovak

Szabadidomítás

Játéksarok

Állatkerti hírek

Kreatív kuckó

IMPRESSZUM

Ebben a rovatban összegyűjtünk nektek néhány tanácsot havonta, amit érdemes megfontolni.

**Május**

## Spagettipántok vs. póló

Májussal vége az „R” betűs hónapoknak.

*(Köztudott, hogy amelyik hónap tartalmaz „R” betűt, hideg, hűvös. Ezért ezekben a hónapokban a kabátot, melegebb felszerelést nem szabad otthon hagyni.)*

A nyár első napjaiban pedig szeretünk azonnal „bőrig” vetkőzni, így előkerülnek a spagettipántos felsők, ujjatlan trikók, pólók. Lovagláshoz érdemes-e ilyen felsőruházatot hordani? A sport tisztelete érdekében egyértelműen NEM! A lovas sportokban a galléros rövid, vagy hosszú ujjú pólók az elfogadottak. Még ha hobbi lovasok is vagytok, akkor is legalább a rövid ujjú, kereknyakú, vagy V-nyakú pólót helyezzétek előtérbe! Miért? Aki lóra ül, előbb utóbb le is eshet. Esés közben a vállunk nagyon sokszor sérülhet, és ha ujjatlan felsőt hordunk, akkor a horzsolások minősége és mennyisége és kárunkra lehet. Ha ujjas pólót hordunk, az anyag kicsit megvéd, tompít. Terepen a fák ágai is okozhatnak hasonló élményeket, így ott is hasznosabb a vállakat takarni.

**Van saját tipped?**

**Küldd el facebook-on üzenetben az oldalunkra,  
vagy a következő címre:**

**[lovasnemzetplusz@gmail.com!](mailto:lovasnemzetplusz@gmail.com)**

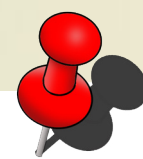
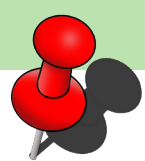
# Lovak és más állatok

Kedves Olvasók!

Kiss Benita vagyok, 13 éves. Vidéken lakom. Nagyon szeretem az állatokat, legfőképp a kutyákat és a lovakat. 6 kutyusunk van, American Bully-k. Nagyon vonzódok hozzájuk. Ahogy végzek a tanulással, leckeírással már megyek is ki hozzájuk. Van saját kutyusom Eysan, jelbeszéd-kommunikációra tanítom. 3 éve kaptam egy lehetőséget, hogy a faluba járhatok lovaglást tanulni, heti rendszerességgel járok. A második órán le is „csúsztam”, de engem csak jobban bátorított, és tudtam hogy ez csak egy vizsga volt, melyen sikeresen átmentem. És így kezdődött a lovas életem.



Akkor csak 3 paci volt a lovardában, idővel nőtt a létszám, most hatan vannak. Megtanultam tőlük sok mindent. Mindegyik ló egy külön egyéniség, más személyiség. Volt egy komolyabb esésem terepen vágta közben. De ez sem tántorított el a lovak szeretetétől és tovább folytattam. Utána féltem vágta, de a félelmemet legyőztem, és megbízom a lóban. Díjugratást szerettem volna tanulni, de rájöttem, hogy a díjlovaglás jobban érdekel.



*Írj nekünk Te is!*

*Szeretnéd megosztani a Junior olvasóival  
a történeteidet az állatkáidról?*

*Küldd el nekünk Word dokumentumban!*

*Képet, rajzot, illusztrációt szívesen fogadunk hozzá!*

*E-mail: [lovasnemzetplusz@gmail.com](mailto:lovasnemzetplusz@gmail.com)*

**Van, amit Te magad is megtehetsz!**

**Otthon, a fantáziádat, a szabadidődet, és a családi kötelék gyógyító erejét felhasználva.**

## Rajzok

Rajzzal olyat is kifejezhetsz, ami szavakkal csak nehezen, vagy egyáltalán nem megy. Segít az érzelmek kifejezésében, ahelyett, hogy magadban tartanád azokat, és belül éreznéd magad rosszul miattuk. Így akár a haragtól, szomorúságtól, büntudattól, félelemtől, irigységtől, „ciki” érzésektől is megszabadulhatsz, és senki nem fog rájönni (ha nem szeretnéd) mi is történt valójában. Mégsem érzed majd úgy, hogy magadba kellett zárnod az érzéseidet. Persze beszélgethetsz is ezekről a dolgokról a szüleiddel. Biztosan örömmel veszik, ha a bizalmadba fogadod őket, és megpróbálnak majd segíteni.

Ha úgy érzed, egyedül nincs kedved rajzolni, bátran kérd meg a számodra fontos embereket (Anya, Apa, Nagyi, nagyobb testvér, kisebb testvér, barát, barátnő ...) hogy rajzoljanak Veled.



**Bármit, és bárhogyan le lehet rajzolni!**

**Ez komoly!!!**

Nem lényeg, hogy külső szemlélő számára felismerhető-e, vagy hogy milyen esztétikai értékkel bír.

(Függetlenül attól, hogy gyermek vagy felnőtt készíti a rajzot.)

Az emberek lehetnek egyszerű vonalak, egy kutyanak lehet három szeme, a lent lehet fent, és fordítva... és nem kell még csak a hagyományos értelemben véve kifejezőnek sem lennie.

Erre senki nem ad osztályzatot – azt rajzolhatsz, amit csak szeretnél. Ha csak vonalakat és firkát, akkor vonalakat és firkát. Ha akarod színessel, ha akarod fekete-fehérben. Kis lapra, nagy lapra, fecnire....

Csak koncentrálj arra, milyen érzések és gondolatok kavarnak benned, és láss neki.

*Ez egy olyan dolog, amit nem lehet elrontani, úgyhogy emiatt ne aggódj.*

**Szóllós Judit**

**Forrás: [www.allatasszisztaltfoglalkozasok.hu](http://www.allatasszisztaltfoglalkozasok.hu)**

**Nagyon divatos manapság a környezetvédelem. Szerencsére! Már nagyon régóta probléma a természet védelme. De mit tehetünk mi lovasok a Föld-nyáért?**

Nagyon sokan vártuk már a meleg időt, nagyon sok témában. Az öko-loviban a lómosás téma miatt vártuk!

Lovat mosni legalább 20-23 °C feletti hőmérsékletben szabad, olyan területen, ahol nincs szél vagy huzat.

## **Mitől lesz öko-lómosás?**



Ha a mosáshoz vödört használasz és tiszta vizet. Ha nagyon-nagyon ökos szeretnél lenni, a szivacsod lehet luffatökből, a kefed fából és lószőrből például.

## **Miért jó a vödörös mosás?**

Egy vödörnyi víz egy átlagos mosáshoz elegendő. Ha sáros a lovad, vagy trágyás, akkor 2-3 vödör vízre is szükséged lehet, de még ez a mennyiség is jóval kevesebb, mint a slagos megoldás. Sőt, a vödörben sokszor marad is még víz! Ezt a növényeid locsolására tudod használni (csak, ha nem samponos!). A slaggal ugyan tudod „veretni” a lóról a piszkot, de ezt megtehetnéd a kefével is jóval kevesebb vízzel! Ami még a vödör mellett szól, hogy a víz hőmérséklete melegebb lehet, ha előre vödörbe engeded. Míg a slagból alacsony hőmérsékletű víz jön, ami a lovadnak kényelmetlenebb lehet.

## **Miért tiszta víz és miért nem samponos?**

A lovak a természetben nem használják szappanféléket, a bőrük nem szokott ehhez. A samponok átlagos összetevői a vizek élővilágára negatív hatással bírhatnak. Továbbá a samponokban található illatanyagok embernél, lónál is allergiás reakciókat válthatnak ki. Ennek ellenére akadhatnak olyan esetek, amikor samponnal érdemes a lovat mosni. Olyankor két vödör kell: egy samponos és egy tiszta vizes a leöblítéshez.

## **Miért jó a luffatök szivacs és a fából és szőrből készült kefe?**

A sima szivacsok és a luffatök szivacsok hasonló gyorsasággal mennek tönkre. A sima szivacs lebomlási ideje ellenben óriási a luffatökéhez képest. A luffatöket még a komposztra is dobhatod, mert nagyon hamar lebomlik. A kefék hasonló elven működnek. A fáról tudod, hogy természetes és műanyagról is tudod, hogy még az ükunokáid is nézhetnék, hogy egyszer ezzel mostál lovat. A lószőr kefe szintén természetes anyag szemben a műanyag sörtékkal.

## **AZ ÖKOSABB OKOSABB!**

Gazdaságos, környezetbarát és a hatás is tökéletes!



# Világráró

## Aktion

### Tudod a helyes választ?

#### 1. Mikor született Aktion?

- a) 1982. május 5.
- b) 1990. május 5.
- c) 1982. május 10.

#### 2. Mely feladatokban volt kiemelkedő Aktion?

- a) oldaljárás, nyújtás, átmenetek
- b) passage, lépés, vágta állj
- c) piaffe, nyújtás, perdülés

#### 3. Hol található az üvegkoporsó, melyben Aktion csontváza van?

- a) Dunakeszin, Dallos Gyula lovardájában
- b) Állatorvostudományi Egyetem anatómia tanszéken
- c) Szépművészeti Múzeumban

#### 4. Milyen betegségben hunyt el Aktion?

- a) kólika
- b) idős volt
- c) baleset

#### 5. Hány éven át volt hű társa Aktion Dallos Gyulának?

- a) 5
- b) 15
- c) 25

### Aktion, májusban ünnepelné születése napját

Aktion hazánk leghíresebb, legeredményesebb díjlova volt. Hollandiában született 1982. május 5-én. Lovasának Dallos Gyulának 15 évig volt hű társa. A páros eredményeikkel bekerült a nemzetközi lovassport történelem könyvekbe.

Közösen elért sikereiket hosszasan tudnánk sorolni. Számos világkupa győzelem, Nagy Díj szintű győzelem, bajnoki cím.

Többször szerzett olimpiai kvalifikációt, de balszerencse kísérte, Barcelonában vírusos tüdőgyulladást kapott,





Atlantában pedig sántának ítélték egy csánk próba után. Azonban volt, amikor Aktion kifejezetten szerencsés volt. Örangyalai vigyáztak rá, ugyanis Dallos Gyula és Zsófi lánya Aktionnal épp Lengyel-

országba tartottak versenyezni, amikor a lószállító autóval felborultak. A baleset után Aktion megnyerte a Világ kupa fordulót.

A szürke mén 7 éves volt, amikor Dallos Gyula Svájcban rátalált és azonnal rabul ejtette kisugárzása, egyénisége. Hosszú út állt előttük. Aktion rettentő nehéz ló volt. Az első közös versenyükön 1989-ben Nagycenken nem értek el eredményt. Azonban a kitartás meghozta az eredményét. Egy napon Gyula bácsi az istállóba lépett, Aktion szemébe nézett és érezte, inentől valami más lesz. És így is lett, Aktionnal örök hűséget fogadtak és elindultak a siker útján.



Aktion élete volt a versenyzés, a szereplés. Egyedülálló piaffja, perdülése, nyújtása hamar ünnepelt sztárrá tette, és beírta magát a nemzetközi lovassport történelem könyvébe. 21 éves korában ereje teljében hunyt el kólikában 2003. május 10-én születésnapja után 5 nappal. Csontvázát üvegkoporsóban az Állatorvostudományi Egyetem Anatómia tanszékén passage mozdulatban őrzik.



**Bányavölgyi Donáta**  
**Forrás: [xenophon.hu](http://xenophon.hu)**  
**Kép forrása: [xenophon.hu](http://xenophon.hu)**

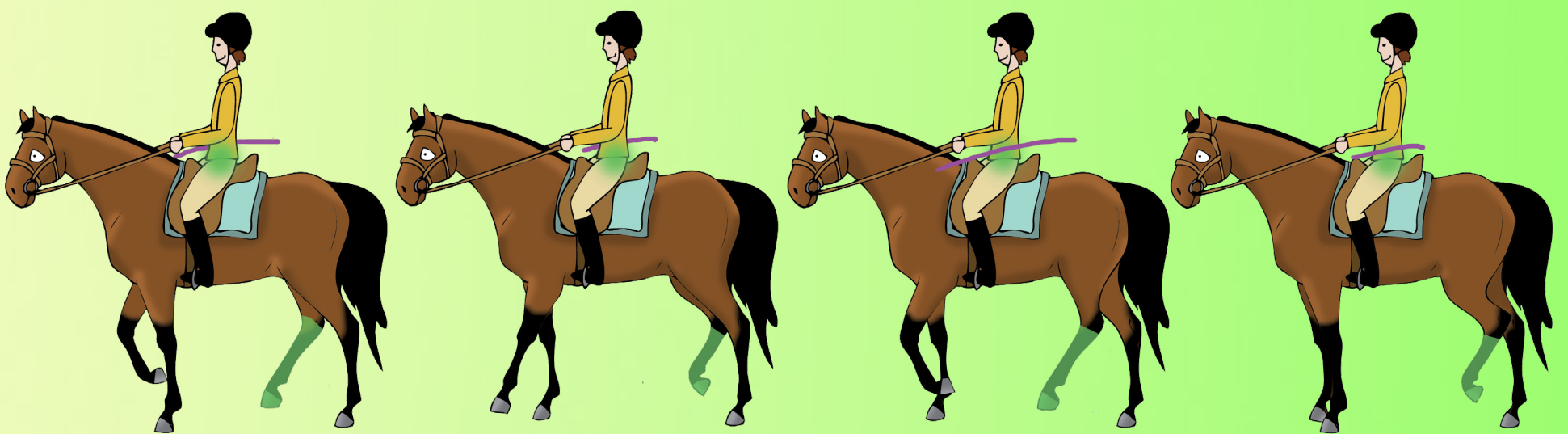
# LOVAGLÁS

Sziasztok!

Gombóc vagyok, póniló. Szeretnék benneteket kicsit elkalauzolni a lovaglás világában. Tartsatok velem!



Ha egy kicsit jobban megfigyeled, hátulsó lábaim mozgása a csípődnek hol a bal oldalát, hol a jobb oldalát tolja előre. Főleg lépésben érezheted, hogy amikor a jobb hátulsó lábam lendül, akkor a csípőd jobb oldala mozog elevebben. Bal lábam pedig természetesen a bal oldali csípődöt mozdítja jobban. Szerintem nagyon fontos, hogy mit érez a csípőd, mert ebből az érzésből tudod a legjobban megítélni a következő lépésemet, és ez határozza meg a te jelzéseidet és segítségedet is.

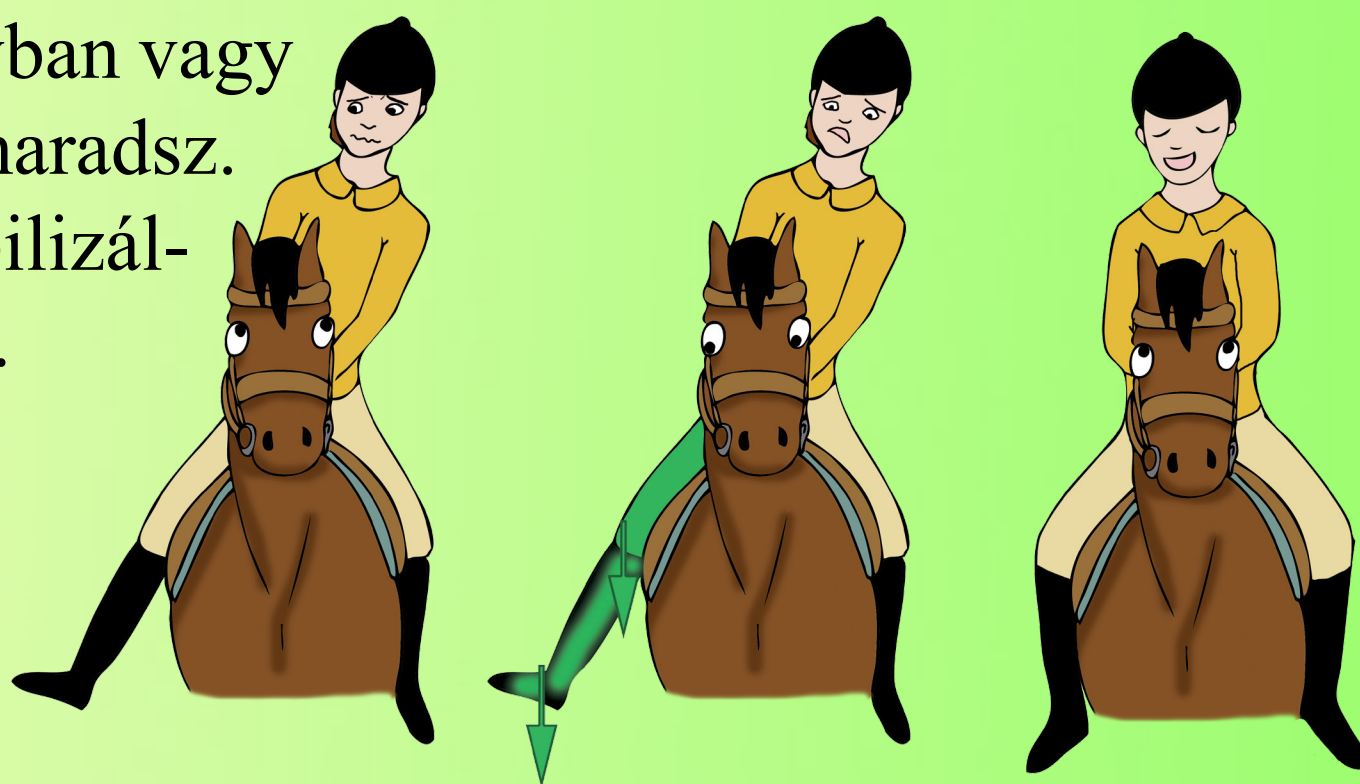


Az eltúlzott csípőmozgás, vagyis a derekad többet mozog, mint az én két hátulsó lábam, nagyon megzavar. Hogy miért? Mert én is mindig az egyensúlyt és a harmóniát keresem veled. Az ütemet te adod meg, és én lépek, amit te követsz. Ha azonban ütem felett mozogsz, az számomra követhetetlen, és csak kapkodom a lábam. Ez akkor szokott megesni, ha a csizmád helyett a derekaddal szeretnél előrehajtani. Most szólok, hogy nem fog sikerülni! Te elfáradsz, én meg nem tudom, hogy melyik lábam hol van. Egyszóval senkinek sem kellemes. Ha nem mozdul vagy merev a csípőd, az én lábaimat is merevvé teszi. Ilyenkor csak csoszogok, mint egy ólomlovascska – bal, jobb...

Ezért meg kell keresnünk az arany középutat. Maradj laza, és csak kövesd a mozgásom! Így szépen, összhangban mozgunk együtt. Nagyszerű, ma már jobban megy. Most ügessünk! Figyelj: nyugodtan ülve várd meg, míg megérezed az ügetésem ritmusát. A lehető legkevesebb energiával és kapaszkodással próbálj felemelkedni és visszaülni, a súlyodat nyomd a kengyelekbe. Ha kicsit elfáradsz vagy elveszted az ütemet, nem baj. Sétálunk, majd újrakezdjük.

Eljutottunk arra a szintre, hogy többet is megtudjunk az egyensúlyról. Lovaglás közben minden másodperc más és más. Az én helyzetem és a tiéd is állandóan változik. Biztos érezted már, hogy az egyik lábad, térded kicsit elmozdul a nyeregben? Ez az egyensúly elvesztése – ha még jobban felhúzod, akkor le is eshetsz. Az esés elkerülése, és az egyensúlyod javításához nyomd lefelé a felhúzott térded

- máris egyensúlyban vagy és a hátamon maradsz. Ezzel mindig stabilizálhatod az ülésedet.



**Tombor Mónika**  
Illusztráció:  
Roflics Fanni



Lovas Nemzet, 2021. május  
Keresd az újságárusoknál!

**Lovas Nemzet**  
ABLAK A LOVAS VILÁGRA

# Mi legyek, ha nagy leszek?

A ló, mint hivatás vagy a ló, mint hobby?

10 kérdéses mini interjú sorozat sikeres és boldog emberekkel, ami segít neked dönteni.

## 1. Lovas Nemzet Junior: Mindig is lovas oktató szerettél volna lenni?

**Judit:** Nem, elég későn kezdtem el lovagolni, már felnőtt fejjel, igazán csak szabadidős tevékenységnek választottam. Az egész család közösen tanult lovagolni, egy hagyományőrző lovardában, s lovakat is tartottunk. Rögtön elvarázsoltak a lovak, s még igazán nem is tudtam lovagolni, mikor jelentkeztem a Testnevelési Egyetem lovaskultúra oktatói szakára. Ez a képzés arra szolgál, hogy az amatőr lovas világban is legyenek képzett oktatók. Mivel minden lovas szakágban jártasnak kell lenni, s hozzá stabil lovas tudással is kell rendelkezni, 2 évem volt rá, hogy megtanuljak lovagolni. Heti 6-8



órát gyakoroltam, mellette rengeteget tanultam, olvastam a lovaglásról, s az iskola révén szuper helyekre, szuper lovas emberekhez jutottam el a lovaspólótól kezdve a galoppályán keresztül a fogathajtókig, westernesekig, vagy akár a távlovaglókig. Még egy bokatorés is belefért, elég sűrű 2 év volt.

## 2. LNJ: Szereted, amit csinálsz? Mit szeretsz benne? Választanál-e másik hivatást, ha most lennél gyerek?

**Judit:** Egyébként is sportoktató, edző voltam, maga a szakma nem esett távol tőlem. A lovasoktatás azért más, mert egy élőlényt kell egy emberrel, gyermekkel összebarátkoztatni, s azok a lovak, amelyekkel oktatok, olyanok, mintha a sajátjaim lennének. Mindegyik más, mindegyik egy külön személyiség, s külön öröm a munkában, mikor a segítségével a gyerekek nem csupán megtanulnak egy mozgást, hanem barátokra is lelnek az órák során. Nem minden ló passzol minden gyerekhez, külön kis pszichológia, melyik lovat fogják hosszabb távon választani, mellyel jól tudnak együtt tanulni. Nem választanék másik hivatást. Egész életemben gyerekek, felnőttek oktatásával foglalkoztam, s nagyon jó érzés, hogy életük örömszerző tevékenységeiben tudok részt venni, közben pedig a világ legszebb állataival foglalkozni.

## 3. LNJ: Hogyan emlékszel vissza az iskolai éveidre? Megosztanád velünk a legszebb emlékedet és

Név: Princz Judit

Kor: 53 év

Lakhely: Lőrinci

Sportok: foci, tenisz, sí

Tanulmányok: tanítóképző (testnevelés),

lovaskultúra oktató

Hivatás: teniszedző, lovasoktató

Család: 2 gyermek

## **legrosszabb pillanatodat a diákéveidből?**

**Judit:** Jó tanuló voltam, de elég félénk és zárkózott, igazán a zenében és rajzban tehetséges, mégis a sportra volt szükségem, hogy kicsit kinyíljon a személyiségem. A legrosszabb: hogy a gimnáziumban a rajztanár nem vette észre a rajzkészségem, mindig négyeseket kaptam. Legjobb: imádtam a biológia órákat, a reál tárgyakból nem voltam valami erős, de szerves kémiából csak ötösöket kaptam.

**4. LNJ: Melyik állítással értesz egyet jobban? „A jó tanulmányi eredményekkel sokkal több lehetőség közül válogathatunk majd.” vagy „Ha elkezdjük azt csinálni, amivel akkor is szívesen foglalkoznánk, ha egy fillért sem kapnánk érte, akkor jó úton vagyunk a boldog élet felé.”?**

**Judit:** Második. Az elszántság a fő dolog, a kitartás, annak szeretete, amit az ember csinál, s az átlendíti a nehézségeken. A másik fontos dolog, hogy sohasem késő bármi újba belekezdeni. Sok gyerek van úgy, hogy a szülei jó szándékból terelgetik valamilyen tevékenység felé, s csak később, már valamilyen iskolapadban ülve döbben rá, hogy mást csinálna. Azt gondolom, ha már valamibe belekezdett az ember, azt vigye végig, de nincs megtiltva, hogy utána valami új dologba fogjon, míg rá nem talál arra, amiben igazán megtalálja az örömét.



**5. LNJ: Melyik a kedvenc állatod? Volt-e gyerekkorodban, és most van-e háziállatod?**

**Judit:** A kutya és a ló. Gyermekkoromban csak macskám lehetett, mert minden hétvégén utaztunk, a nagyszüleimhez, akiknek viszont mindenféle állata volt: kutya, nyúl, csirke, kacska, malac, kecske, tehén és ló is. Most sok állatom van: lovak, kutyák, törpe-malacok, kecskék. Most született 2 törpekecskénk és két juhunk.

**6. LNJ: Ha állattá változtatna Téged egy varázsló, milyen állattá szeretnél változni?**

**Judit:** Természetesen lóvá.

**7. LNJ: Melyik tantárgynak, illetve melyik tulajdonságodnak veszed a legnagyobb hasznát most az életedben?**

**Judit:** A biológiának, mert azt szerettem tanulni, ezért nem is felejtettem el. Mindennek a jó oldalát keresem, s elégedett vagyok azzal, amit az élet ad nekem.

**8. LNJ: Van-e olyan tulajdonságod, amivel nem vagy elégedett? Elárulod nekünk, mi ez?**

**Judit:** Kicsit lusta vagyok és nehezen váltok, habár az életem története nem ezt mutatja.

**9. LNJ: Van-e valami, amit szerinted mindenkinek ki kellene próbálnia, mert garantáltan boldogabbá teszi az életet?**

**Judit:** Amire nagyon vágyik, azt kell kipróbálni, tűzön-vizen át, ha kell.

**10. LNJ: Milyen üzeneted lenne a Junior Lovas Nemzetet olvasó gyerekek számára?**

**Judit:** Soha, soha ne add fel!

## 1. LNJ: Mindig is zongoraművész szerettél volna lenni?

**Ádám:** Igen. Már nagyon korán az életem része lett a zene. Zeneszerető családban nőttem fel, és ez olyan alap volt, amiből kifejlődhetett bennem a vágy, hogy felnőtt koromban is zenével foglalkozzak majd.

## 2. LNJ: Szereted, amit csinálsz? Mit szeretsz benne? Választanál-e másik hivatást, ha most lennél gyerek?

**Ádám:** Igen, nagyon szeretem. Talán azt a legjobban, hogy a zene szépsége

megosztható másokkal és pozitív változást tud okozni, mert olyan részünkhöz szól, ami szavakkal nem elérhető. Nehezen tudnék más hivatást elképzelni.

## 3. LNJ: Hogyan emlékszel vissza az iskolai éveidre? Megosztanád velünk a legszebb emlékedet és legrosszabb pillanatodat a diákéveidből?

**Ádám:** Az iskolai éveimről vegyesek az emlékeim. Az általános iskolát szerettem legkevésbé, az egyetemi életet pedig a legjobban. Minden iskola és tanár más, azonban én nem éreztem azt a kreatív szabadságot diákéveim alatt az iskolában. A legszebb és legrosszabb élményeim nem is annyira konkrétak. A legrosszabbnak a fokozatosan kialakuló megfelelési kényszert éreztem. A jó, amire emlékszem, azok a barátságok, amik az iskolában szövődtek. Számíthattunk egymásra.

## 4. LNJ: Melyik állítással értesz egyet jobban? „A jó tanulmányi eredményekkel sokkal több lehetőség közül válogathatunk majd.” vagy „Ha elkezdjük azt csinálni, amivel akkor is szívesen foglalkoznánk, ha egy fillért sem kapnánk érte, akkor jó úton vagyunk a boldog élet felé.”?

**Ádám:** A második mondatot érzem inkább magaménak. Sajnos mára az “elég” és a “még több” fogalmi közé egyenlőségjelet tettünk. Ez sokszor az érdemjegyekkel kapcsolatban is megmutatkozik az iskolában. A siker messzemenően egyéni és belső élmény (aminek persze külső jelei is vannak). Szerintem, ha ráérzünk a keresés szabadságára, és megtaláljuk vele azt a tevékenységet, ami örömet okoz, akkor olyan életet kezdhetünk, ami elégedettséggel van tele.

## 5. LNJ: Melyik a kedvenc állatod? Volt-e gyerekkorodban, és most van-e háziállatod?

**Ádám:** Szerintem minden állat megjelenít számunkra tulajdonságokat, amik értékesek, és tanulságosak. A macskák szabadságot és könnyedséget, a kutyák kitartást és hűséget, a lovak méltóságot és nemesiséget, és még sorolhatnám. Gyermekkoromban nagyszüleimnél kutyáink voltak,



Név: Siska Ádám

Hivatás: művésztanár

Tanulmányok: zenepedagógia, művészképző

Hallható: legtöbbször győri koncerteken

Tappancs és Zsemle volt a nevük, nagyon szerettem őket. Nekem most macskám van, Bundásnak hívják, és persze sok vidám és örömteli pillanatot okoz, mint minden szeretett háziállat.

**6. LNJ: Ha állattá változtatna Téged egy varázsló, milyen állattá szeretnél változni, és miért?**

**Ádám:** Azt hiszem, elefánt lennék. Békésnek érzem őket, nagyon jó az emlékezetük, erős közösségben élnek, kiállnak egymásért és van a szemükben valamiféle szeretetteljes bölcsesség.

**7. LNJ: Melyik tantárgynak, illetve melyik tulajdonságodnak veszed a legnagyobb hasznát most az életedben?**

**Ádám:** A tantárgy, amiből a legtöbbet tanultam, és ami egyben egy számomra



fontos tulajdonság fejlődését okozta, a zene volt. A munkám jelentős részében

zongorakísérőként dolgozom együtt leendő és végzett művészekkel. Az együtt zenélés alázatra tanított és arra, hogyan figyeljek oda másokra, hogyan segíthetem őket és dolgozhatok velük együtt eredményesen. Ez megmutatta számomra, hogy az odafigyelés és az

idő a legértékesebb, amit másoknak adhatunk.

**8. LNJ: Van-e olyan tulajdonságod, amivel nem vagy elégedett? Elárulod nekünk, mi ez?**

**Ádám:** Igen. Nem is egy, de talán azt emelném ki, hogy hajlamos vagyok túlgondolni dolgokat, problémákat, ami megnehezíti a megoldás megtalálását. Ennek meghaladásán dolgozom; de ami kihívás, az egyben lehetőség is.

**9. LNJ: Van-e valami, amit szerinted mindenkinek ki kellene próbálnia, mert garantáltan boldogabbá teszi az életet?**

**Ádám:** A rendszeres meditáció

**10. LNJ: Milyen üzeneted lenne a Junior Lovas Nemzetet olvasó gyerekek számára?**

**Ádám:** A gyerekeknek azt üzenem: mindig őrizzétek meg magatokban a játékoságot, mert nagyon sokszor az a kulcs a jó megoldásokhoz. Játékosan könnyebb tanulni, dolgozni, és megtalálni azt, amiben jók vagyunk. És kérdezzetek sokat, mert a kérdések kinyitják a világot.

*A rovatot Szöllős Judit szerkeszti*

**Az előző részekben a három alapszínről (fekete, pej és sárga) színekről olvashattatok. A további színeket a következőképpen csoportosítjuk: kevert színek, hígított színek, tarka mintázatok. Ebben a hónapban a kevert színekkel ismerkedhettek meg részletesebben.**

A kevert színek azok a színek, ahol a színes szőrök közé fehér szőrszálak keverednek. A két legismertebb kevert szín a **szürke** és a **deres**. Bár sokan keverik ezt a két színt, és első ránézésre valóban hasonlítanak a szürke és a deres lovak, valójában két teljesen külön színről van szó, és egy kis gyakorlattal ti is könnyűszerrel meg fogjátok tudni különböztetni ezt a két színt.

A lovak szürke színe az állatvilágban igazán egyedinek és különlegesnek számít, ugyanis a



Almásszürke

a csikók színe-  
**sen születnek**, és a szürke szín csak később, évek alatt alakul ki. Így minden szürke árnyalat, amit ismertek, vagy amiről hallottatok, nem állandó árnyalatok, hanem a kiszürkülésnek a különböző fázisai. Előbb-utóbb mindegyik szürke ló ki fog szürkülni, és vagy egységesen „fehér” színe lesz a szőrnek, vagy apró színes pöttyök, foltok jelenhetnek meg rajtuk.

Nézzük meg pontosabban, mit is jelent ez az állandó színváltozás, és milyen további árnyalatai vannak a szürkéknek.

A később kiszürkülő csikók sötétebb színnel jönnek a világra, s egy részüknél megfigyelhető a szemek körül egy szürke sáv, „szürke szemüveg”, ami szintén a későbbi kiszürkülésre utal. A szürkülés, ha sötét ár-



Ezüstszürke



Szeplősszürke

nyalatból indul, **acélszürke**, ha világosabb, akkor **mézsürke** árnyalatként kezdődik. Később ez átalakul **almázott szürkévé**, amikor a ló foltokban, almázott mintázatban szürkül, igen látványosan. (Ezt a színt hívják nagyon gyakran almásderesnek, ám helyesen ez almásszürke, hiszen a deres, mint hamarosan meglátjátok, egy teljesen más szín.) A teljesen „kifehéredett” lovat **ezüstszürkének** hívjuk, amikor pedig kis színes pöttyök, szeplők jelennek meg rajta, akkor **legyesszürke** vagy



Sárgaderes

**szeplősszürke** szín van jelen.

Mivel a szürke lovak leghamarabb a fejükön, illetve a farkuk végén kezdenek szürkülni, a világosabb, ezüstösebb, tűzöttebb fejű és világos farokvégű lovakat azonnal fel is tudjátok már ismerni, hogy ők valójában szürkék, és ahogyan idősödnek, bizony ki fognak szürkülni.

A deres színű lovak igazi kaméleon lovak, ugyanis évszokról évszakra változik az árnyalatuk. Amíg a szürkék egyre világosabbak és egyre szürkébbek az idő előrehaladtával, a deres lovak egyik



Sötétpejderes

Kép: Kiki (Szávai Bori lova)

évszakban sokkal fehérebbek (jellemzően tavasszal), míg másik évszakban sötétebb színűek, alig néhány fehér szőrszállal.

A legkönnyebben úgy ismerhetjük fel a **deres** lovakat, hogy a **fejük**, **lábvégük**, gyakran a **sörény** és **farok** is **színes** marad, és **csak a testen találjuk a fehér szőrszálakat**. A **deres lovak árnyalatai az alapszínüktől függ**, ami a szürkékkel ellentétben mindig jól felismerhető. Sárga alapszín esetén **sárgaderes** vagy vércsederes, pej alapszínnél **pejderes**, fekete alapszínnél pedig **vasderes** lóról beszélünk. Ők tehát nem lesznek világosabbak évről-évre, viszont egy éven belül rengetegszer változhat az árnyalatuk, és a fej, valamint a lábvégek minden esetben színesek maradnak.

Timár Krisztina

Horse Color Genetics HUN – Lószíngenetika (Facebook)

[loszingenetika.wordpress.com](http://loszingenetika.wordpress.com)

## A jó vezető, avagy a lovas felelőssége

Sokat beszélünk arról, hogy a lónak legyen kényelmes és komfortos a lovassal való közös munka. Azaz: a lovasnak felelőssége van, hogy miképp gondolkozik a lova nevelésével, képzésével és tartásával(!) kapcsolatosan, továbbá hogyan viselkedik, és milyen jelzéseket ad a lovának stb.

Néhány példa - a teljesség igénye nélkül- a lovas felelősségére:

- Mindig tudnia kell, mit szeretne a lovától, és a foglalkozástól, azaz mi a **konkrét célja** aznap.
- A **külső tényezőket** (talaj, időjárás, felszerelések) **figyelembe** kell venni, és eszerint kell alakítani a gyakorlásokat. Konkrét példa: éjszaka felázott a pálya talaja – megfontolja, hogy bölcs döntés-e dolgozni lóval rajta.
- A megfelelő **elméleti szaktudás** megszerzése kötelessége a jó lovasnak. Önmaga folyamatos fejlesztése is.



- A lovasnak be kell látnia a **lova korlátait**. A ló alap és az adott pillanatban lévő adottságait szem előtt kell tartani az aznapi edzéskor, és az egész képzéskor is. Azaz: ha egy olyan lóval dolgozunk akinek nincs nagy ugróképessége, akkor nem akarjuk tőle, hogy hatalmasakat ugor-

jon. Meg kell találni a számára optimális és teljesíthető feladatokat. Ez az alapadottság figyelembe vétele.

Ha pedig van egy nagyon jól ugró és ugrani szerető lovunk, de aznap valamilyen okból kifolyólag nem úgy mozog ahogy szokott (fáradtabb, izomlázás, meghúzta a lábát a karámban stb.), akkor hiába a jó ugróképesség. Inkább a pihenő, vagy a könnyedebb síkmunka a jó döntés, nem a „megszokott” teljesítménye a mérvadó. Sőt, ha a ló sokkal „másabb”, mint szokott lenni, akkor nagy eséllyel az állatorvos értesítése is szóba jöhet, ha úgy ítéljük.

- Be kell látnia nem csak a lova **korlátait**, hanem a **SAJÁTJÁT** is. Ha a lovas úgy érzi elakadt, akkor tegye félre büszkeségét és jelezze ezt, egy megfelelő személyiségű és tapasztaltabb lovas felé és kérjen segítséget a továbbhaladáshoz és motivációhoz.

- Nem **megfelelő egészségi állapotú** lóval ne dolgozzunk! Persze vannak kivételes esetek, mikor a ló tornáztatása, könnyebb mozgatása szükséges, de ezt szakember ítélheti csak meg!

Végül pedig egy konkrét példa a földi munka kezdeti feladatán (az érzéketlenítés, hozzászoktatás) levezetve:

Hozzászoktatás, érzéketlenítéskor a lovas átsimogatja a ló minden pontját a **pálcával**, jelezve felé, hogy az csak a **karja meghosszabbítása**, nem okoz fájdalmat, csupán jelzést közvetít.

Ezt figyelembe véve: A lovas érzéketlenítéskor **nem ütheti meg véletlenül**, illetve nem adhat nem szándékos jelzést a pálcával a lónak, azaz a használt eszközöket biztosan és **tudatosan kell tudnia használnia**. Ha valaki nem annyira ügyes még az elején, és esetlen a kontrollált pálcakezelésben, akkor tudatosítania kell magában a hiányosságát és tennie kell (gyakorolni, tanulni) azért, hogy ügyesebb legyen.

Ez egy jó végszó/gondolat is: a lovasnak tudatában kell lennie mit/ miért és hogyan csinál, mik a céljai, ha ezek nem tiszták, akkor pedig dolgoznia kell azon, hogy ezek világossá váljanak számára (tudatosuljanak). A lovának pedig így válhat valaki jó és elismert vezetőjévé.

**Írta: Tászler Melinda**

**Facebook: Szabadidomítás-Filozófia a lovaglásban**

**Fotó: Mráz Edina**

## Naplemente

Amikor Hajnalcsillag felébredt a gyógyító álomból, már pihenésre készülődött a természet. Jenny halkán dorombolt, az istállóban szénaropogtatás hallatszott.

- Jobban érzed magad? – lépett a boxba Beni, s megsimogatta a kiscsikó buksiját. Gyere, sétálunk egyet, megígértem, hogy megnézzük a naplementét. Csak a közeli patakhoz megyünk, mert senki nincs itthon, Papáék be mentek a városba.

Hajnalcsillag gyengéden beleprüszkölt Jenny bundájába, majd kérdően nézett Benire.

- Azt szeretnéd, hogy a cica is velünk jöjjön? – kérdezte Beni. Ha megígéri, hogy nem mozdul el mellőlünk, jöhet! - egyezett bele a kisfiú.

Hajnalcsillag boldogan ugrált a mezőn, Jenny megfontoltan lépkedett mellette, amikor pedig elfáradt, felkérgetőzött a kiscsikó hátára, s büszkén egyensúlyozott a magasban. A patakhoz érve Beni lehuppant a fűbe. Hajnalcsillag mellé heveredett, s a kisfiú ölébe hajtotta a fejét. Jenny is Beni ölében feküdt.

A lemenő nap narancsvörös fénybe vonta a tájat, mese-szép volt minden. A három jóbarát elbűvölve figyelte a varázslatos világot. A kis patak halkán csobogott, s vidáman futott fontos dolgai után. Ahogy üldögéltek az alkonyati csendben, egyszer csak kiáltozásra lettek figyelmesek.

Hajnalcsillag füle radarként forgott, próbálta beazonosítani a hang forrását. Jenny volt a leghatározottabb, bátran elindult befelé az erdőbe, ahonnan a kiáltás érkezett. Beni és a kiscsikó nesztelen léptekkel követték a cicát. Körül-

belül ötszáz métert mehettek, amikor megpillantották a szomszéd falu erdészét, Kálmán bácsit, akinek bészorult a lába egy kidőlt fa alá, s mozdulni sem tudott. Beni kétségbeesetten nézte a szerencsétlenül járt férfit. Megpróbálta leemelni róla a hatalmas fát, de az meg sem mozdult, hiába erőlködött.

Ekkor Hajnalcsillag odaállt a fa elé, s egyértelműen Beni tudomására hozta, hogy segíteni akar.

- Okos lovad van - szólalt meg az erdész. Az autómban találsz erős kötelet. Hozd ide, kérlek, meg a telefonomat is, értesítem a feleségemet, hogy mi történt. A kötelet a szügyénél kösd rá a lóra, a másik végével pedig hurkold át a fát. Talán sikerül a lovadnak kiszabadítania engem.

- Még soha nem volt rajta a kötőféken kívül semmi – válaszolta bizonytalanul Beni – de mindenképpen megpróbáljuk.

Hajnalcsillag nekifeszült a kötélnak, s úgy húzta, mint-ha az élete függne tőle. Beni tolt a fát, megpróbálta legörgetni Kálmán bácsi lábáról. Jenny izgatottan futkosott Hajnalcsillag és Beni között. A kiscsíkó többször nekifeszült a kötélnak, mire, ha nehezen is, de megmozdult a fa.



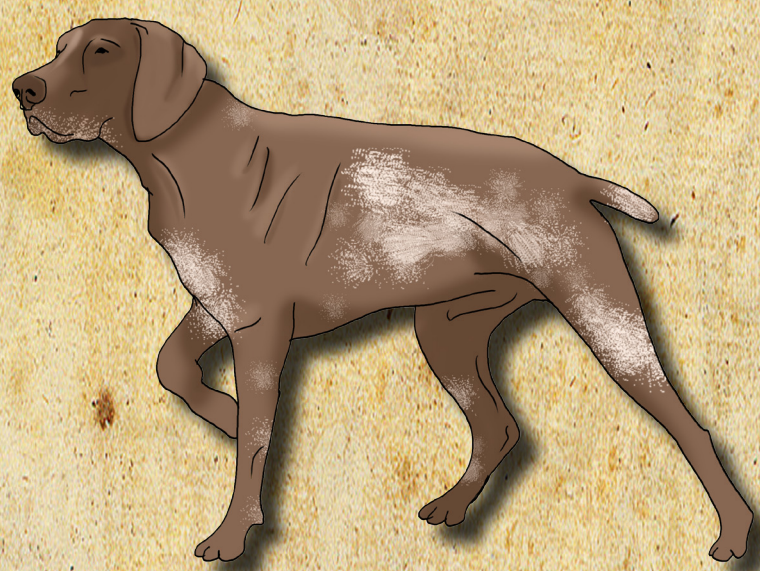
Centiméterről centiméterre haladtak előre. Végül, mindnyájuk megkönnyebbülésére, kiszabadult az erdész lába.

- Csodálatos lovad van, Beni! Nagyon szépen köszönöm, amit tettél értem! – hálálkodott Kálmán bácsi.
- Hajnalcsillag volt a hős, az ő érdeme minden.
- Igen, Hajnalcsillag most igazán nagy tettet vitt véghez! Büszke lehetsz rá!
- Az vagyok – ölelte át Hajnalcsillag nyakát boldogan Beni.

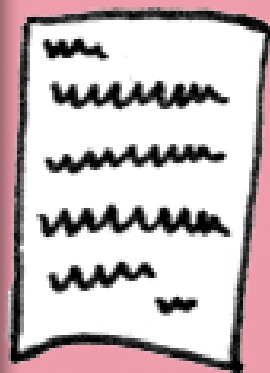
Hamarosan megérkezett az erdész felesége, s bevitte Kálmán bácsit a kórházba. A történet szerencsés véget ért.

Beni, Hajnalcsillag és Jenny az átélt izgalmaktól fáradtan indult hazafelé. Sötétség borult a tájra, csak Jenny smaragdzöld szeme világított az éjszakában.

*Daimond*



## Szójátékok



innen, oda



# Fenyves Tanya lakói

## Kovács Péter

kor: 37 éves

kedvenc szín: fekete

hajszín: szőke

kedvenc ló : mindegyiket

nagyon szereti

mióta lovagol: 27 éve

kedvenc étel: chilis bab

lovas szakág: western

amit utál: ha nem

hallgatnak rá



## Zafír

kor: 15 éves

fajta: Tinker

nem: kanca

szín: fekete overo

kedvenc étel: alma

amitől fél: Vándornak

baja esik



## Vándor

kor: 1 éves

fajta: Tinker

nem: csődör

szín: palomino

kedvenc étel: minden

ami rágható

amitől fél: kuyák



Lotti, HÁT TE?! Nem az volt, hogy agyrázkódást kaptál és nem ülhetsz lóra?

Agyrázkódás? Jaa igen... Már sokkal jobban vagyok! Köszí a segítséget, innentől megoldom egyedül is!

Hála az égnek... Nem bírtam volna még egy napot ezzel az amatőr krumpolis zsákkal a hátamon..



\*Ezt nem értem... Idáig úgy örült a segítségemnek, meg is dicsért, most meg úgy csinál mintha semmi sem történt volna...\*

\*Végre leráztam... Szörnyen lovagol, nem is értem Anna lován hogy boldogult el. De legalább szétszedtem a gerlepart kicsit...\*



\*Hogy lógatja az orrát, vajon mi történhetett?\*

Szia Ármin! Miújság? Elmaradt az edzés Lottival?

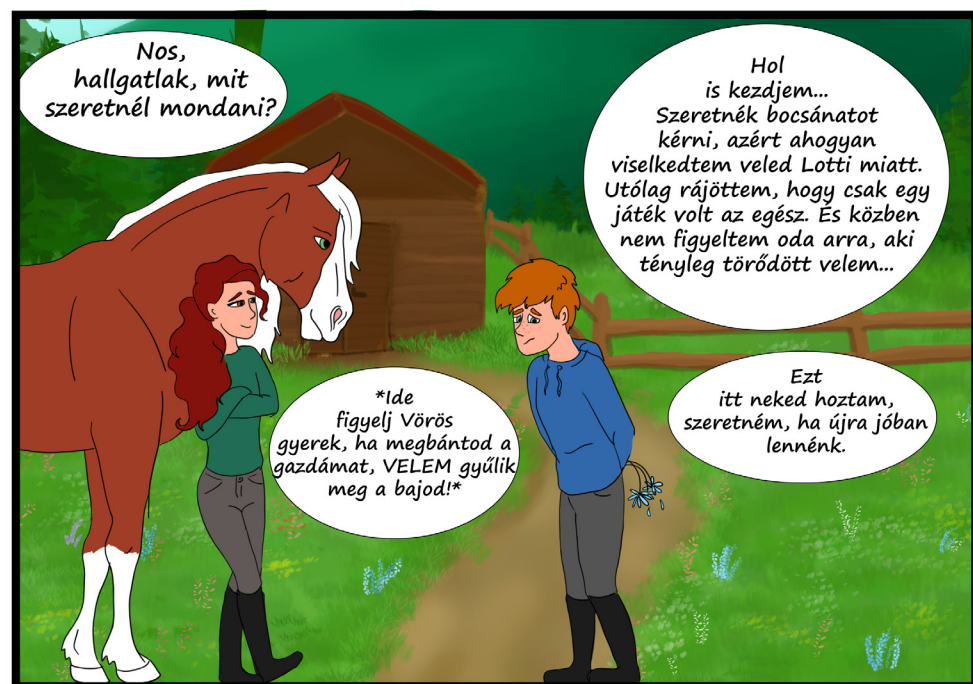
Áhh ne is kérdezzétek... Lekoptatott egyszerűen.

Anna, tudnánk pár szót váltani?



Szerinted mit csináljak? Olyan szomorú, de még mindig bánnt, ahogy velem viselkedett.

Hát eléggé úgy tűnt, mint aki megbánta. Szerintem beszélj vele, amint visszaértünk az istállóhoz.

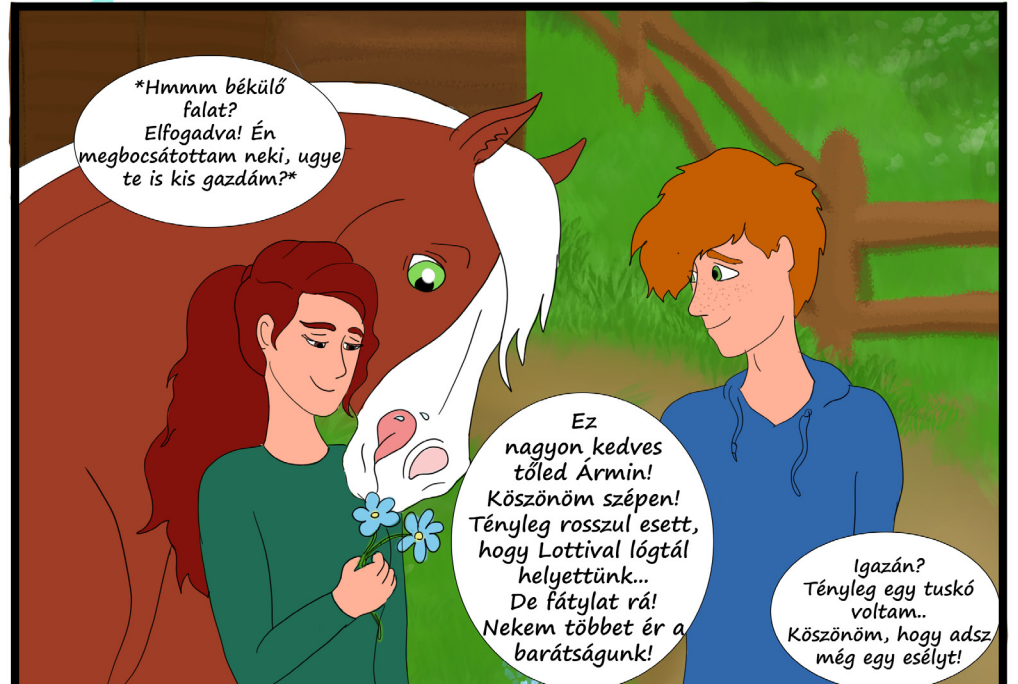


Nos, hallgatlak, mit szeretnél mondani?

Hol is kezdjem... Szeretnék bocsánatot kérni, azért ahogyan viselkedtem veled Lotti miatt. Utólag rájöttem, hogy csak egy játék volt az egész. És közben nem figyeltem oda arra, aki tényleg törődött velem...

\*Ide figyelj Vörös gyerek, ha megbántod a gazdám, VELEM gyűlik meg a bajod!\*

Ezt itt neked hoztam, szeretném, ha újra jóban lennénk.



\*Hmmm békülő falat? Elfogadva! Én megbocsátottam neki, ugye te is kis gazdám?\*

Ez nagyon kedves tőled Ármin! Köszönöm szépen! Tényleg rosszul esett, hogy Lottival lógtál helyettünk... De fátylat rá! Nekem többet ér a barátságunk!

Igazán? Tényleg egy tuskó voltam.. Köszönöm, hogy adsz még egy esélyt!



\*Nyammm... Rendes srác! Megtarthatod, ha továbbra is hoz ilyen finomakat!\*

Ezazz! Tudtam én, hogy így lesz, ugye Kókusz? Végre újra minden a régi!



## The fifth story, where Anna starts to practice the dressage figures

Anna rides to the track with Miracle. Today they start practicing dressage figures. It is important to know, that Anna works in the dressage quadrangle. Today they learn to ride the small circle and the big circle. The small circle can be between 6-12 meters. Anna wants to do a circle of 8-10 meters. She imagines Miracle standing in the middle of the circle. She plans the exercise in her head and then performs the small circle task skillfully “steered”. Next comes the big circle. In this exercise, the center of the track must be touched. Anna performs the exercise without any problems. Her coach helps her a lot, explaining the task in detail. Miracle and Anna make a really good team, who are really looking forward to learning together with their Readers next time again.

### Vocabulary:

important – fontos

know – tud, ismer

dressage quadrangle –

díjlovagló négyszög

small circle – kiskör

big circle – nagykör

between – között

stand – áll

middle – közép, közepe valaminek

perform – bemutat, végrehajt

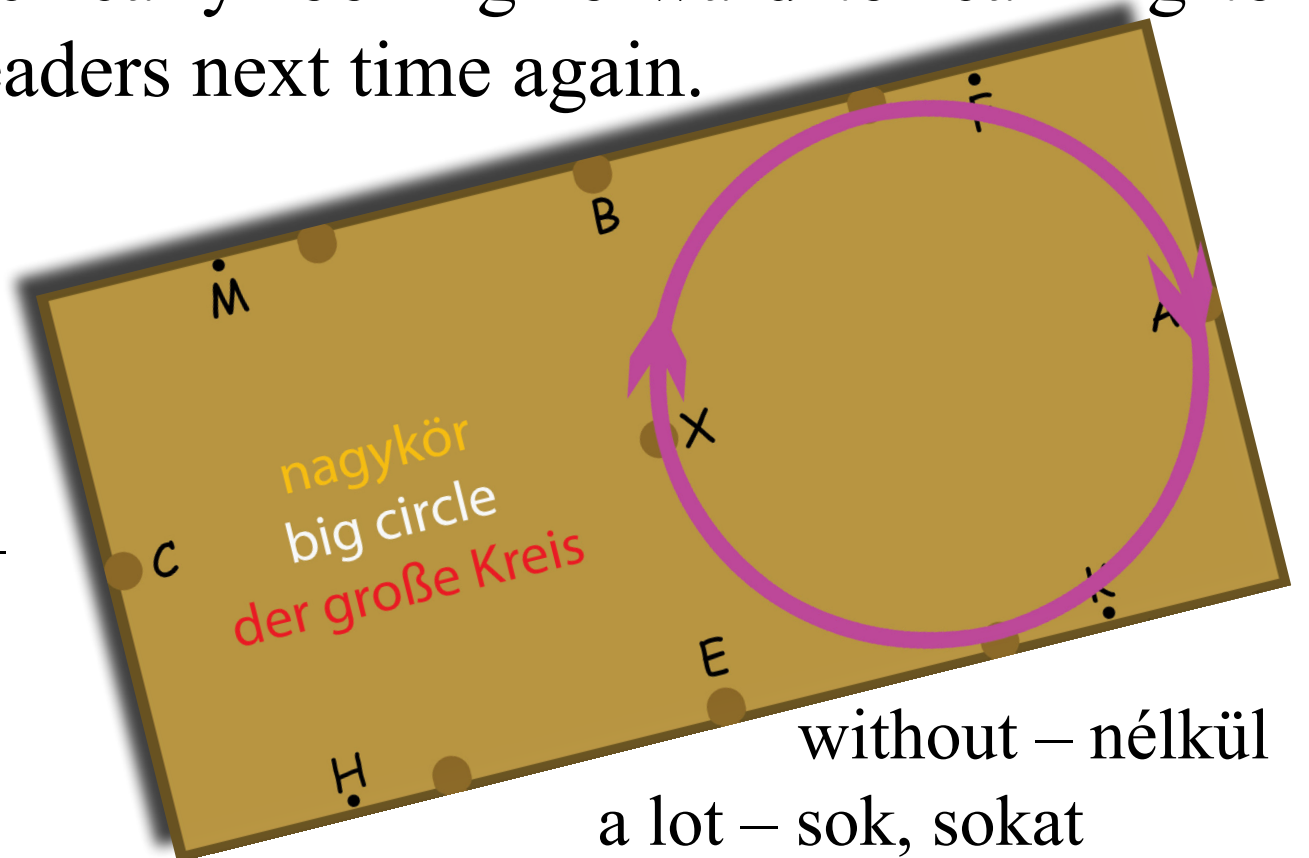
skillfully – ügyesen

steer – kormányoz

steered – kormányozva

must be touched – meg legyen érintve,

meg kell érinteni



without – nélkül

a lot – sok, sokat

in detail – részletesen

make a team – csapatot alkot

team – csapat

looking forward to something – előre örülni valaminek

together – együtt

reader – olvasó

## Die fünfte Geschichte, in der Anna anfängt, die Dressurfiguren zu üben

Anna reitet an die Strecke mit Wunder. Heute fängt sie an, die Dressurfiguren zu üben. Es ist wichtig zu wissen, dass Anna im (in dem) Dressurquadrangel arbeitet. Heute lernt sie, den kleinen und den großen Kreis zu reiten. Der kleine Kreis kann von 6-12 Metern sein. Anna möchte einen Kreis von 8-10 Metern machen. Sie stellt sich vor, dass Wunder in dem Kreis steht. Sie plant die Aufgabe in ihrem Kopf und präsentiert die kleine Kreisaufgabe geschickt "gesteuert". Als nächstes kommt der große Kreis. In dieser Übung muss Anna die Mitte der Strecke berühren. Anna führt die Übung ohne Probleme durch. Ihre Trainerin hilft Anna sehr viel und erklärt die Aufgabe ausführlich. Wunder und Anna sind eine gute Paare. Sie freuen sich sehr darauf, auch beim nächsten Mal zusammen mit ihren Lesern zu lernen.



### Wörter:

anfangen - kezd

wichtig – fontos

wissen – tud, ismer

das Dressurquadrangel – díj-

lovagló négyszög

der kleine Kreis – kiskör

der große Kreis – nagykör

von – között

vorstellen – elképzél

stehen – áll

die Mitte – közép, közepe valami-  
nek (in dem Kreis – körben)

geschickt – ügyesen

gesteuert – kormányoz/kormá-  
nyozva

berühren – megérinteni

ohne – nélkül

sehr viel – sok, sokat

ausführlich – részletesen

sind gute Paare – jó/remek párost  
alkotnak

die Paare – párok/páros/csapat

freuen darauf – előre örülni vala-  
minek

zusammen – együtt

der Leser/die Leserin – olvasó/ol-  
vasó, aki nő/lány

A nyelvleckéket Czárth Zsófia Csenge írta

# LOVAK A TERMÉSZETBEN

A játékhoz hívd segítségül a Lovas Nemzet májusi számát! Tóth Betti rovata alapján könnyebben megoldod a feladatot.



Az alábbi kijelentések közül 2 igaz lehet és egy hamis.

*Ma már háromszor ittunk.  
Már 2 napja nem ittunk.  
Az ivóvízért meg se kell  
mozdulnunk.*

Melyik a kakukktojás?

*A területünkön mindent ismerünk:  
útvonalak, menekülési utak, terep-  
tárgyak, legelők, ivóhelyek, ragado-  
zók száma, hempergő helyek, árnyas  
részek, szél és rovarok  
elleni menedékek.*



Melyik fontosabb?  
*A területünk vagy  
a csapatunk?*

*Felraktuk az okosórát,  
vajon hány km-t mutatott a  
végén, mire a legtávolabbi  
ítatóhoz jutottunk?*

- 10-12 km
- 20-30 km
- 70-80 km
- 100-120 km



# Játéksarok

A farmon élő állatok bebújtak egy kerítés mögé.

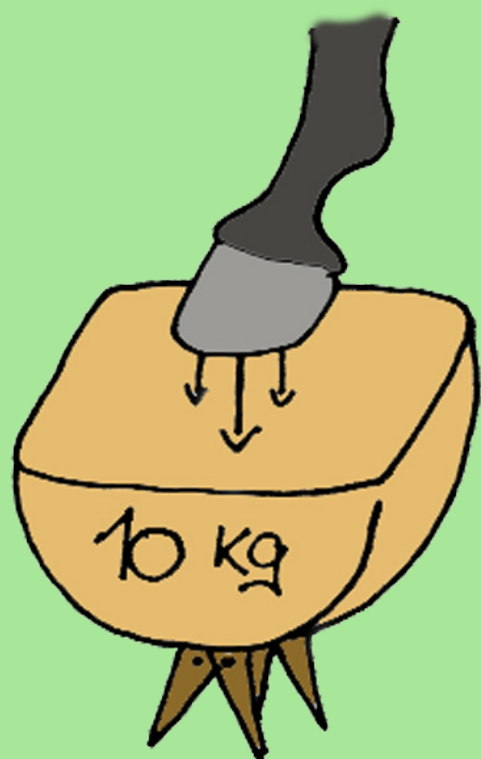
Számolj, tippelj, morfondírozz!

Vajon hány láb van a talajon?

A megoldást az Impresszumban találjátok!



*Ezt hagyja  
maga után  
a ló:*



?

**A  
SZÉ**

*Ez borítja a  
ló testét:*

SZ



# Kreatív kuckó

## Fényképtartó póni!

### Kellékek:

- vastagabb karton
- fonal
- szem/gomb
- alkoholos filc
- 2 db fa csipesz
- ragasztó



Ezt a pónit  
Fercsikné Marczis Marietta  
készítette nektek

### Hogyan készül?

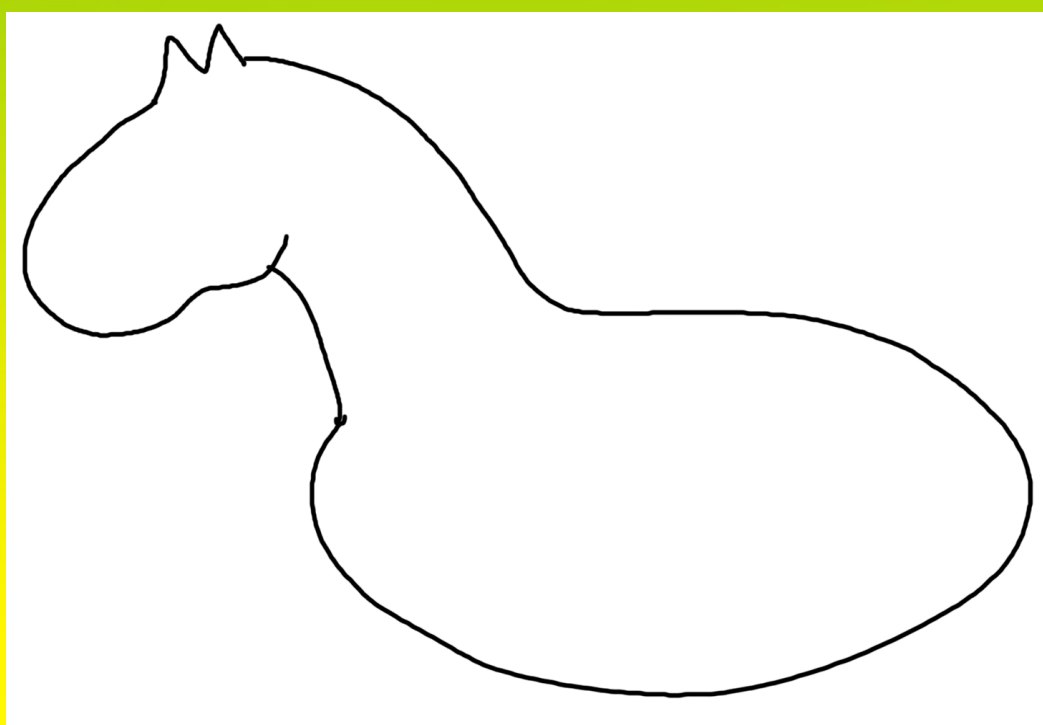
Rajzolj a kartonra egy egyszerű lovacskát! Vágd ki!

Rajzold meg a póni fején az orrát, száját, fülét! Ha nem használsz szemet vagy gombot, akkor a szemét is.

A fonalat darabold fel tetszőleges hosszúságba és ragaszd fel a nyakára sörénynek, a farára faroknak!

A csipeszek végét (ahol összeszorítod azt) színezd be a filccel patának!

Csiptesd a paci testére a csipeszeket és már meg is tud állni! Sőt, kisebb fotót is tudsz hozzá csiptetni, így az asztalon vidáman tartogatja neked a pónid a kedvenc képed!



*Mutasd meg nekünk is az elkészült műved!*

*Küldd el az alkotásodról készült képet a*

*lovasnemzetplusz@gmail.com címre!*

# Rajzpályázat

## LEGYEN A TE RAJZOD A JUNIOR LOVAS NEMZET CÍMLAPJÁN!

Rajzold meg minden hónapban a címlaptervedet a megadott téma alapján, **minden hónap 13-ig!**

Küldd el a pályaművedet a **lovasnemzetplusz@gmail.com** címre!



### Fontos tudnivalók:

- ~ A rajzod mindig álló tájolású legyen!
- ~ Tisztán látható, éles rajzokat fogadunk el, melyek méretei minimum 1 MB (egy megabájt).
- ~ Kizárólag a kiírásnak megfelelő pályázatok kerülnek bírálatra, az ettől eltérőek nem vesznek részt a játékban.
- ~ A játékban korosztálytól függetlenül pályázhatsz.
- ~ Pályázatod fájlneve: saját\_neved\_korod, pl: Pejko Fruzsina pályázata, aki 16 éves: **pejko\_fruzsina\_16.jpg**
- ~ Egy hónapban maximum egy pályázattal indulhatsz.
- ~ Az alkotásodat felhasználhatjuk illusztrációként az újságban, honlapon és a facebook oldalon is.

**Júniusi téma: könyvmoly lovak**

### A legügyesebb rajzokat díjazzuk!

(Tárgyi jutalmat kapnak azok a rajzok, amelyeket a zsűri kiválaszt.)

Ez maximum 3 pályázat/hónap.

Címlapra kerülés történhet zsűri által, vagy közönségszavazás során.)

# Beküldött rajzok

Itt láthatjátok azokat a rajzokat, amelyek lökdösték egymást az első helyekért. A legfontosabb szempont számunka a “címlaposság”. Mire figyeljete? Elférjen a rajzotokon a Junior Lovas Nemzet felirat és a rajzotok fő témája köré rendezhető legyen néhány ízelítő cím. Háttér nélkül pedig picit bűvészkedünk a rajzaitokkal, ha címlapra kerül.



Papp  
Ágnes Panna (20)



Dobó  
Viktória (12)



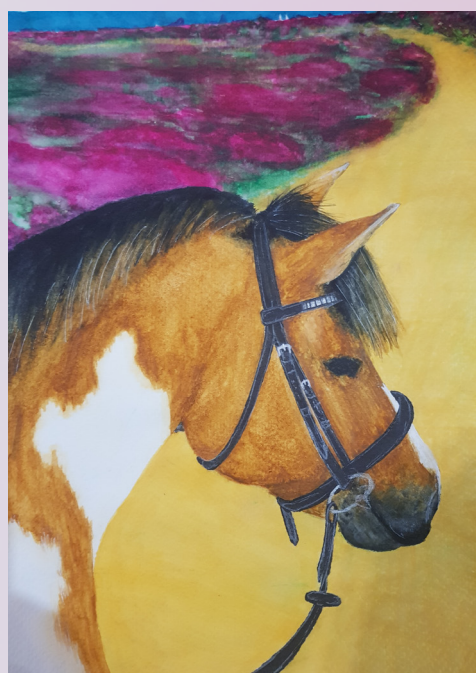
Bolla  
Dorina Jada (15)



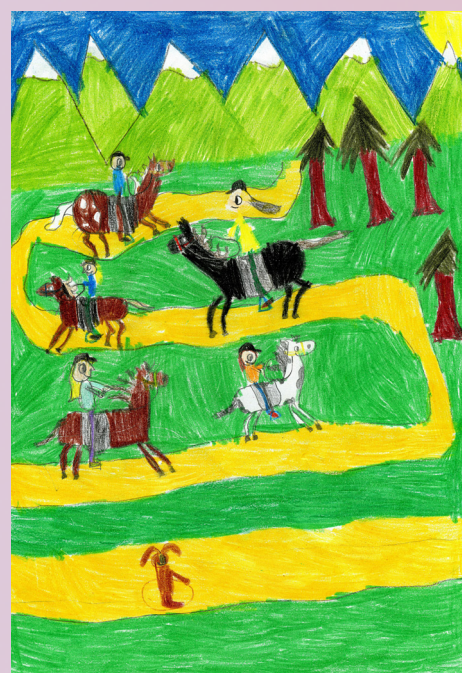
Kovács  
Szonja (10)



Cseh  
Dóra (17)



Kiss  
Henrietta Kiara (11)



Budai  
Lili (8)



Halmágyi  
Dorka (11)



Czibi  
Erzsébet (9)



Gasztonyi  
Gréta (10)



Andorkó Alt  
Alexandra (4)



Klajzovics  
Tamara (9)

# IMPRESSZUM

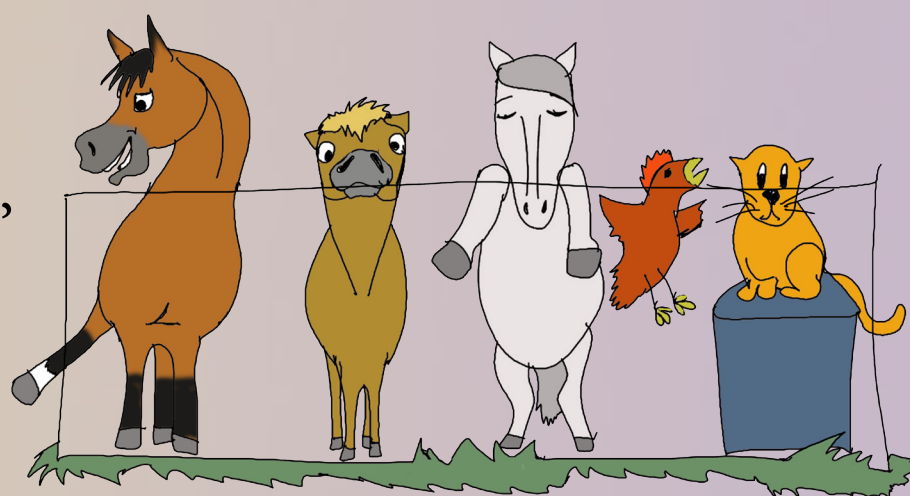


Címlapon: Keglovics Fanni (14) rajza

Játék megfejtések:

Aktion: a,c,b,a,b

Lapát,  
vágta  
patanyom,  
széna,  
szőr



**ISSN:** 2061-4276

**Főszerkesztő:** Roflics Fanni

**Szerzők:** Bányavölgyi Donáta, Bozó Zsuzsanna (Diamond), Czárth Zsófia Csenge, Szakács Nóri, Tászlér Melinda, Timár Krisztina, Tombor Mónika, Tóth Betti

**Főmunkatárs:** Király Éva

**Kiadó:** Nemzeti Lovaskör, egyesület a lovas nemzetért

**Kiadó székhelye:** 8915 Nemesrádó, Petőfi köz 5.

**Kiadásért felelős személy:** Roflics Fanni

**Megjelenik:** havonta, ingyenes, letölthető pdf formátumban

**Elérhetőségek**

Honlap: [lovasnemzet.hu](http://lovasnemzet.hu)

E-mail: [lovasnemzetplusz@gmail.com](mailto:lovasnemzetplusz@gmail.com)

Facebook: [Junior Lovas Nemzet](https://www.facebook.com/JuniorLovasNemzet)

Instagram: [juniorlovasnemzet](https://www.instagram.com/juniorlovasnemzet)

Telefon: 20/449-86-96

**Junior Lovas Nemzet**