

HET ACHENBACH MENSYSTEEM IN HET VERKEER

| | LINKS | RECHTS |
|--------------------------------|---|---|
| Wending met twee handen | <ol style="list-style-type: none"> 1. Gebruikshouding 2. <i>Linksom kijken of weg vrij is,</i> 3. <i>Uitgangshouding en richting aangeven met de zweep</i> 4. Dressuurhouding 5. R toestaan, R hand naar voren 6. L vragen, L kijken hoe laat het is. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Gebruikshouding 2. <i>Rechtsom kijken of weg vrij is,</i> 3. Leidsels cm gewijs verkorten 4. <i>Uitgangshouding, zweep onder linker duim</i> 5. <i>Rechtsom kijken en richting aangeven met R hand,</i> 6. <i>zweep weer vastnemen.</i> 7. <i>R hand over rechterleidsel naar voren schuiven,</i> 8. In de L vuist, en in de R vuist kijken. |
| Terug | <ol style="list-style-type: none"> 5. L hand rechtop draaien 6. R terug naar dressuurhouding 7. R leidsel terugschuiven in L hand 8. Terug naar gebruikshouding. | <ol style="list-style-type: none"> 9. R hand terugdraaien, L hand rechtop zetten. 10. R hand terugschuiven over R leidsel naar L hand 11. Leidsels cm gewijs verlengen. 12. Terug naar gebruikshouding |
| Wending met een hand | <ol style="list-style-type: none"> 1. Gebruikshouding 2. <i>Linksom kijken of weg vrij is,</i> 3. <i>Uitgangshouding en richting aangeven met de zweep</i> 4. <i>R hand met zweep weer R naast lichaam</i> 5. L hand naar Rechter heup 6. L kijken hoe laat het is. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Gebruikshouding 2. <i>Rechtsom kijken of weg vrij is,</i> 3. Leidsels cm gewijs verkorten 4. <i>Uitgangshouding, zweep onder linker duim</i> 5. <i>Rechtsom kijken en richting aangeven met R hand,</i> 6. <i>zweep weer vastnemen in R hand.</i> 7. L hand naar L heup 8. duim naar voren draaien, wijsvinger op R leidsel |
| Terug | <ol style="list-style-type: none"> 1. L hand rechtop draaien 2. L hand rechtvoor in uitgangshouding 3. Terug naar gebruikshouding | <ol style="list-style-type: none"> 1. L hand rechtop draaien 2. L hand rechtvoor in uitgangshouding 3. Terug naar gebruikshouding 4. Leidsels cm gewijs verlengen |
| Wending Omkeert | <ol style="list-style-type: none"> 1. Gebruikshouding 2. <i>Linksom kijken of weg vrij is,</i> 3. 1x dressuurhouding, en R leidsel toestaan, nogmaals dressuurhouding, en R leidsel toestaan 4. <i>Nogmaals links kijken of weg vrij is</i> 5. L kijken hoe laat het is. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Gebruikshouding 2. <i>Rechtsom kijken of weg vrij is,</i> 3. Hand over hand verkorten L hand voor R hand , R hand voor L hand beide hand zachtjes naar je toe. 4. <i>Nogmaals rechts kijken of weg vrij is</i> 5. L hand met L leidsel voor de R hand 6. R leidsel weer tussen ring/middelvinger van L hand 7. R hand voor de L hand 8. In beide vuisten kijken |
| Terug | <ol style="list-style-type: none"> 1. L hand rechtop draaien 2. R leidsel met R hand achter de L hand inleggen 3. Terug naar gebruikshouding | <ol style="list-style-type: none"> 1. R leidsel uitschuiven 2. L hand rechtop draaien 3. Beide leidsels verlengen 4. Terug naar gebruikshouding |

HET ACHENBACH MENSISTEEM IN HET VERKEER

| | |
|---------------------------------|--|
| Ophouding | <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Linksom kijken of weg vrij is,</i> 2. R hand over beide leidsels naar voren schuiven 3. R. hand sluiten 4. L hand omhoog brengen 5. R hand naar je toe brengen |
| Noodstop | <ol style="list-style-type: none"> 1. Gebruikshouding 2. R hand over beide leidsels naar voren schuiven 3. R. hand sluiten 4. L hand omhoog brengen 5. R hand naar je toe brengen 6. L hand over zweep heen, 7. met L hand (wijsvinger en middelvinger) beide leidsels vastpakken 8. L hand naar je toe halen. |
| Achter de hand verkorten | <ol style="list-style-type: none"> 1. Uitgangshouding 2. zweep in de zweepkoker plaatsen 2. R hand als " schartje" achter de L hand beide leidsels omvatten 3. L hand naar voren schuiven 4. Beide leidsels met L hand vasthouden 5. Overtollige leidseldeel over de L arm hangen |