

## Reflexer ger dig uppmärksamhet

När mörkret sänker sig och det blir allt svårare att hinna rida i dagsljus är det absolut nödvändigt att utrusta både häst och ryttare med reflexer. Annars är det svårt för en bilförare att upptäcka och ta hänsyn till dig och din häst.

Vi vet väl alla med oss hur viktigt det är att ha reflexer när det är mörkt ute, men många slarvar. Men att göra detsamma med en häst är både oansvarigt och farligt för alla inblandade.

I mörkret både syns du och ser sämre och risken börjar redan i skymningen. Om du rider på sträckor som har gatubelysning är det ingen ursäkt. Gatubelysningen gör att du själv ser, men inte att du syns bättre.

Om du är ute och rider när det är mörkt kan du räkna med att hästen blir bländad av mötande trafik vilket kan göra den otrygg och rädd. För bilföraren är det en obehaglig upplevelse att i sista stund upptäcka ett ekipage i vägkanten, och risken för olyckor är stor. Utan reflexer syns du i bästa fall 20 meter innan bilen passerar - med reflexer ungefär 120 meter innan. Även om det inte finns någon lag som säger att ryttare måste ha reflexer finns det risk att du kan ställas till svars om något skulle hända. Så ju fler reflexer desto bättre!

Idag finns många olika sorters reflexer att välja bland; benreflexer, täcken, grimmor, lampor, hjälmöverdrag, lysdioder med mera.

Tänk på det här när du placerar reflexerna:

- \* Det räcker inte med att bara du har reflexer, om du skulle ramla av eller hästen skulle komma lös måste den också vara utrustad.
- \* Det är viktigt att hästen har reflexer som syns både framifrån och bakifrån.
- \* Reflexer på benen är viktigast. Ljuset från bilens lyktor faller i marknivå, i synnerhet på nära håll.
- \* Fäst reflexer i stigbyglarna.
- \* Om du ändå brukar ha ländtäcke så skaffa ett reflextäcke.
- \* Använd reflexväst till dig själv, eller fäst reflexer på ryggen eller på hjälmen.

Reflexer är färskvara! De håller ungefär 3 år beroende på hur mycket de slits, sen är det dags att byta ut dem.

Text: Anna Resjö/Väsby Ridklubb  
2006