



### MENU VAN DE DAG

**'s Ochtends:** tweederde schep Champion van Marstall en een kwart schep Sinfonie van Marstall met wat zemelen

**'s Middags:** idem

**'s Avonds:** idem

**Hele dag:** onbeperkt hooi.

**Twée à drie uur per dag:** gras

**Is gek op:** wortels.

### EENHOORNS DAHMAN

AFSTAMMING: Oosterveld's Marsaz x Djelfor

GESLACHT: hengst, goedgekeurd bij AVS

KLEUR: schimmel

GEBOREN: 2002

PRESTATIES: • 2012: 2de Ommen Vechtdal 53km, 4de overall; 2de NK + BC CEI Leersum/NK 160km; 1ste tweedaagse de Wildtshof 162km; 3de CEI Mont-le-Soie 120 km

### AAN HET WOORD

Amazone Marly van Ditzhuyzen (66) is sinds 1994 actief in de endurancsport. In het dagelijks leven werkt zij als instructeur en is ze eigenaresse van Paardencentrum & Zorgboerderij De Eenhoorn in Zuthpen. De Eenhoorn heeft tevens een eigen enduranceteam.

Marly van Ditzhuyzen:

# 'Dahman maakt echt een feestje van de maaltijd'

**'A**l jaren voer ik Marstall, het is goed voer en bevat veel energie. Dahman heeft veel energie nodig en eigenlijk voer ik naar verhouding weinig. Hij krijgt altijd wat zemelen erdoor, voor de lekkernij en vanwege de vezels. Ik houd dit voerschema aan met trainingen en wedstrijden. Als we straks naar het EK kunnen, wil ik nog iets meer gaan voeren, maar het is de vraag of hij het allemaal opeet. Dahman geeft zelf aan of hij er genoeg aan heeft en op een gegeven moment eet hij toch niet meer verder. Dahman overeet zich nooit. Hij heeft ook de hele dag beschikking over hooi. af en toe wordt dat verversd.'

### Wedstrijdkoolhydraten

'Dahman heeft alle tijd om te eten. Omdat hij hengst is, staat altijd alleen, dus hij hoeft zijn voer niet te delen met andere paarden. En dat weet hij, want regelmatig neemt hij even pauze om een stukje te sjouwen en hij schrokt nooit. Op wedstrijden krijgt hij geweekte gerst erbij, omdat het licht verteerbaar is en hij dan extra koolhydraten

binnenkrijgt. Bietenpulp doen we er voor wedstrijden ook wel eens door, maar dit eet hij alleen als hij zin heeft. Eens per week krijgt hij slobber. In de winter voer ik hem de helft van wat hij nu eet en als we weer gaan trainen, bouw ik dat op naar de huidige hoeveelheid.'

### Zelf kiezen

'Voor de start van een wedstrijd voer ik Dahman heel erg vroeg. Hij mag vaak zelf kiezen wat hij eet, meestal gaat hij voor gerst. Bij binnenkomst na een wedstrijd eet hij het liefst hooi. Het voedsel eet hij afwisselend: hij eet een hap krachtvoer, dan hooi, neemt een slok water, loopt eens een rondje. Hij kauwt wortels fijn en mengt ze met het andere voer. Doordat hij toch alleen staat en alle tijd heeft, maakt hij er een feestje van. Na het trainen krijgt hij vaak een wortel, appel of een paardenkoekje. Maar alles met mate, want koekjes zijn duur en bovendien is dat geen paardenvoer. Thuis lust hij graag een boterham. Aan supplementen doe ik niet; het menu dat hij krijgt bevat alles wat hij nodig heeft.' ◀