

GRUNDLEGENDE ÜBUNGEN FÜR DIE RITTIGKEIT

Training: Basics

Praxis-Tipps

von DQHA
Professional
Horsewoman
Gabi Kelch

In der Juliausgabe erläuterte DQHA Horsewoman Gabi Kelch, welche Aspekte beim täglichen Umgang mit dem Pferd eine entscheidende Rolle spielen, um das Miteinander zwischen Mensch und Tier harmonisch zu gestalten.

In den folgenden Ausgaben geht's in den Sattel zu den Basics für ein ausgewogenes, gesund erhaltendes Training.



**Wichtiges Basic:
Geradegerichtetes Anhalten
und Vorwärts**

Hier einen Leitfaden zu haben, zählt sich immer wieder aufs Neue aus. Hat man stets ein Auge auf die elementaren Anforderungen – dazu gehören Vorwärts, Anhalten, Wenden, Aufrichtung der Schultern, Biegen, Seitwärtsgehen und Rückwärts – ist gewährleistet, dass alle Körperteile gleichmäßig gearbeitet werden. Außerdem können Probleme beim Reiten analysiert werden.

Vorwärts und Anhalten

Im Training bauen wir das Vorwärts ein, um eine Gangart zu verstärken,

d. h. Schritte, Tritte oder Sprünge zu verlängern oder Übergänge in eine höhere Gangart zu reiten. Dafür benötigt es Schubkraft, die über die Streckmuskulatur entsteht.

Der Gegenpart – Übergänge in niedrigere Gangarten bis zum Anhalten – stärkt die Beugemuskulatur, woraus sich die Tragkraft entwickelt.

Gerades Vorwärts geht immer einher mit geradem Anhalten oder Gerade-gerichtet-Sein in der betreffenden Gangart. Ist das Pferd so vorbereitet, dass es vor dem Vorwärts gerade ist, wird auch der Schub aus der Hinterhand gerade vorwärts erfolgen. Reite ich z. B. aus dem Halten an, kann ich davor darauf achten, dass mein Pferd gerade und geschlossen steht, Vorder- und Hinterbeine parallel stehen.

Frage ich ein Vorwärts aus der Bewegung ab, achte ich durch meinen zentrierten Sitz und gleichmäßiges Begrenzen mit Schenkel und Zügel darauf, dass sich mein



Ob vorwärts oder verlangsamen/anhalten – das Pferd soll geradegerichtet und ausbalanciert sein.

Jede richtige Reaktion des Pferdes wird mit Aussetzen des Reizes belohnt

Pferd zwischen diesen Hilfen bewegt. Drückt es zum Beispiel auf eine Schulter, nehme ich es auf dieser Seite in leichte Stellung und treibe sanft vorwärts, bis es sein Gewicht von dieser Schulter weg auf das diagonale Hinterbein überträgt. Das spürt man, sobald es leicht wird in der Hand und nicht mehr auf dem Zügel liegt. Diese Übung ist nur eine von vielen Varianten, um das Pferd zu korrigieren.

Der Reiter achtet zuerst auf sich

Generell achte ich beim Vorwärts auf eine prompte Reaktion meiner Schenkelhilfe. Ich nehme mir vor, an einem bestimmten Punkt das Pferd in der Gangart schneller zu machen. Dafür achte ich als erstes auf mich, zentriere meinen Sitz, fokussiere meinen Blick auf den Übergangspunkt und erhöhe meinen

Energielevel. Die treibende Schenkelhilfe ist das Signal für mehr vorwärts. Erhalte ich keine Reaktion, verstärke ich meine Schenkelhilfe etwas und setze sofort leicht steigernde Impulse mit einer Gerte, bis sich das Pferd schneller bewegt. Das konsequente

Nachtreiben in der Art „nerven wie eine lästige Fliege“, bis das Pferd reagiert, ist ausschlaggebend für den Lerneffekt. Das bedeutet im Gegenzug aber auch, aufmerksam jede kurze richtige Reaktion durch Aussetzen des Reizes belohnen. Anschließend wiederholen und noch-

Wozu die Gerte?

Ich persönlich versuche zum Nachtreiben einen anderen Reiz zu setzen als mehr und mehr Schenkelhilfe und vor allem Sporen. Faule Pferde reagieren bei zu viel Sporeneinsatz oft, indem sie ihre Bauchmuskulatur festmachen. Sie geben ihre Energie nicht ins Vorwärts, sondern in eine Art Gegendruck. Der Reiter kann treiben, so viel er will, es hat keinen Effekt. Eine zweite Gerte – d. h. beim Nachtreiben wechselseitig rechts und links antippen – hilft auch bei hartnäckigen Fällen, mehr Vorwärts zu bekommen.

mals wiederholen. Erfolgt die Reaktion sofort auf die Hilfe und ohne Nachhelfen mit der Gerte, hat das Pferd verstanden und eine kurze Pause als Belohnung ist sinnvoll.

Individuell kann vor dem Nachtreiben mit der Gerte zusätzlich durch ein stimmliches Signal unterstützt werden. Hier ist lediglich zu beachten, dass man wirklich nur einmal z. B. schnalzt und so lange nachtreibt, bis das Pferd die richtige

Inkonsequenz des Reiters fördert Abstumpfen des Pferdes

Reaktion zeigt. Bei faulen Pferden beobachte ich öfters, dass manche Reiter alle paar Schritte ein Stimmsignal geben und das Pferd keine Vorwärtsreaktion zeigt. Wird nicht konsequent vorwärts gefordert, wenn es angefragt wird, lernt ein Pferd, dass es in Ordnung ist, nicht zu reagieren. Es „überhört“ die Hilfe, stumpft ab.



1
Geduldsspiel: Das herausstehende Hinterbein – hier das linke – soll auf gleicher Linie mit dem rechten Hinterbein stehen, ...



2
... das Gewicht ist auf alle vier Beine gleichmäßig verteilt. Sobald das Pferd merkt, dass es so sein Gleichgewicht findet, wird es im Genick nachgiebig und leicht in der Schulter...



3
...und kann geradegerichtet flüssig vorwärtretren.

Barefoot
riders who care

Arizona Rose



1049,- €

inklusive Fender und Steigbügel

Barefoot Arizona Nut & Arizona Rose

Hochwertiger Westernsattel aus punziertem, leicht geöltem Glattleder. Mit pferdefreundlichem VPS® System. Inklusive Fendern und mit Leder überzogenen Steigbügeln.

Arizona Nut



1049,- €

inklusive Fender und Steigbügel

16%
MwSt.

Bestellen Sie bis 31.12.2020 zum niedrigeren Preis

Ab Juli sinkt die Mehrwertsteuer in Deutschland für ein halbes Jahr. Barefoot gibt die Mehrwertsteuersenkung an die Kunden weiter.

Die Preisangaben in Anzeigen, im Katalog und im Online Shop bleiben aus technischen Gründen unverändert.

Den Preisvorteil der 3%-igen MwSt.-Senkung bringen wir automatisch als Rabatt auf Ihrer Rechnung in Abzug.

www.barefoot-saddle.de

Wichtig: Jeder Reiter sollte sich beim Training hinterfragen: Was lernt das Pferd aus meiner Hilfengebung? Bin ich klar, damit es rausfinden kann, welche Reaktion erwartet wird?

Vorbereitung und Reflektion des Reiters

Entsprechende Vorbereitung und Reflektion benötigt man auch fürs Anhalten oder Herunterschalten innerhalb einer Gangart oder in die nächstniedrigere Gangart. Ich bewege mich bis zum Übergang oder bis zum Stopp entsprechend mit und höre nicht schon drei Schritte vorher auf zu reiten. Ich achte darauf, dass mein Pferd aufmerksam ist, sich zwischen meinen begrenzenden Hilfen (s. o.) bewegt und sich nicht auf die Zügel legt. Wäre das der Fall, würde ich einige Male im 90°-Grad-Winkel abbiegen und die Schulter wenden oder in Außenstellung reiten, um es auf diese Weise zu animieren, sein Gewicht mehr auf die Hinterhand zu übertragen. Durch Ausatmen, Bauch etwas einziehen und Becken nach hinten abkippen frage ich den Übergang an. Ich halte so lange mein Becken in dieser Position, bis das Pferd langsamer wird bzw. anhält. Gleichzeitig bringe ich etwas mehr Gewicht nach unten in die Steigbügel, achte jedoch darauf, dass mein Bein sich dabei nicht zu sehr nach vor schiebt. Den Druck lasse ich nach, sobald das Pferd steht. Kommt keine Reaktion, begrenze ich so lange mit beiden Zügeln, bis das Pferd reagiert,

wie ich es erwarte. Beim Übergang in die nächstniedrigere Gangart verfare ich gleich, gebe jedoch etwas mehr Beckenbewegung (z. B. im Trab rechts/links-Bewegung) mit. Auch hier kann wieder individuell mit einem stimmlichen Kommando unterstützt werden.

Generelles zum Anhalten/ Stopp und Vorwärts/Go

Nochmal zusammengefasst, bevor es an die Übungen geht: Das Pferd sollte aufmerksam und geradegerichtet (Vor- und Hinterhand bewegen sich in derselben Spur) sein. Der Reiter gibt eine klare Hilfe über Sitz, Schenkel, Zügel und evtl. Stimme und hat eine genaue Vorstellung von der Reaktion seines Pferdes. Weicht diese ab, konsequent nacharbeiten, bei der richtigen Reaktion den Impuls aussetzen, loben und ein paar Mal wiederholen.

Die Basisübung

Als Basisübung kann zum Beispiel auf dem Zirkel aus dem Stehen ein Übergang in den Schritt geritten werden. Der Übergang erfolgt anfangs an jedem Zirkelpunkt zwischen zwei Pylonen. Ich halte an und lasse das Pferd mit dem herausstehenden Hinterbein aufschließen. Warte, bis es so ruhig stehenbleibt. Das gelingt nur, wenn es sein Gewicht auf alle vier Beine gleichmäßig verteilt und seine Bauchmuskulatur vermehrt einsetzt. Sobald es das herausgefunden hat, wird es im Genick nachgiebig und leicht in der Hand. Steht es im Gleichgewicht, kommt diese Reaktion oft von selbst, sobald beide Hinterbeine unter dem Körper stehen. Anfangs reite ich nur Stopp – Schritt – Stopp, in der Steigerung dann Stopp – Trab – Stopp und Stopp – Galopp – Stopp. Im Trab/ Galopp achte ich darauf, dass der erste Schritt/Sprung ein Trabschritt/Galopp-sprung ist. Dafür benötigt das Pferd viel Kraft in der Hinterhand. Das ist ein längerer Prozess und verlangt nicht nur

regelmäßiges Training, sondern auch Zeit. Anfangs wieder mehr auf die prompte Reaktion achten, später auf das korrekte gerade Losreiten mit nachgiebigem Genick. Diese Übergänge können später auch variiert werden, z. B. Stopp – Schritt – Stopp – Trab – Stopp – Galopp – Stopp usw.



Einfach und effektiv: In einer schmalen Stangengasse kann man prima kontrollieren, ob das Pferd geradegerichtet ist.

„Drückt“ das Pferd in der Gasse zur einen oder anderen Seite, kann es auch hier in Stellung geritten und korrigiert werden.

Stangengasse

Eine weitere Übung besteht darin, sich auf der Mittellinie eine schmale Stangengasse zu legen. Dafür werden 6 x 2 Stangen links und rechts von der Mittellinie mit zirka einem Meter Abstand zueinander ausgelegt.

Ich reite ganze Bahn, starte im Schritt, biege das eine oder andere Mal bei A/C auf die Mittellinie ab und reite durch die schmale Gasse. Die seitliche Begrenzung der Stangen hilft Pferd und Reiter dabei, gerade zu bleiben. Drückt das Pferd trotzdem, kann ich auch in der Gasse etwas in Stellung und vorwärts reiten. Hier ist der Reiter gefragt, sich zentriert und gerade zu setzen und nicht mit dem Oberkörper zu kippen. Nach einigen Durchgängen steigere ich das Tempo und lege zu. Anfangs nur ein paar Schritte, später die ganze Gasse entlang. Reagiert das Pferd leicht auf meine Hilfen, bleibt gerade und nachgiebig, lasse ich es am Ende der Gasse anhalten und ruhig stehen. Zulegen und Anhalten können je nach Ausbildungsstand in allen Gangarten und an beliebiger Stelle in der Gasse angefragt werden. Zusätzlich kann die Gasse für Übergänge vor und nach den Stangen eingesetzt werden. Hier

kann von der langen Seite z. B. im Trab abgelenkt werden, vor den Stangen Übergang in den Schritt, im Schritt über die Stangen und danach wieder antraben. Dasselbe im Galopp – Trab – Galopp. Priorität ist, dass das Pferd vor, über und nach den Stangen geradegerichtet ist.

Gerades Stehen beim Anhalten

Ich begrenze durch beide Zügel und Schenkel lasse das offene Hinterbein durch leichtes Treiben mit dem gleichseitigen Schenkel unter den Körper treten. Das Pferd soll seine Balance finden. Es wird lernen, seine hinteren Gelenke zu beugen und die Bauchmuskulatur vermehrt einzusetzen. Nur so kann es sein Gewicht auf alle vier Beine gleichmäßig verteilen. Viele Pferde weichen anfangs durch Rückwärtstreten aus, da es anstrengend ist, die Balance zu halten. Der Reiter kann es dann durch kurzes Anspannen seiner Rückenmuskulatur und Impuls beider Schenkel dazu animieren, vorwärts zu treten, bis es steht. Erneut vorsichtig versuchen, dass offene Hinterbein unter den Körper zu treiben und auch hier wieder jede richtige Bewegung des Hinterbeins belohnen.



Steigerung: Die Stangenübungen im Trab.

Hat das Pferd gelernt, wie es seine Muskulatur einsetzen muss, um ins Gleichgewicht zu kommen, wird alles immer leichter.

Wichtig: Nicht gleich die perfekte Reaktion verlangen, immer wieder anreiten und anhalten und aufschließen lassen. Hilfreich ist ein Spiegel oder eine zweite Person.

Steht z. B. immer das äußere Hinterbein hinten raus, kann beim Stopp schon auf mehr Begrenzung der inneren Schulter durch den inneren Zügel und Schenkel geachtet werden. Das Pferd wird somit animiert, das Gewicht beim Anhalten auf das äußere hintere Bein zu übertragen.

Die Grundarbeit, das Aufschließen lassen des offenen Hinterbeins bedarf etwas Geduld, zahlt sich aber schon nach einiger Übung aus. Hat das Pferd gelernt, wie es seine Muskulatur einsetzen muss, um ins Gleichgewicht zu kommen, wird alles immer leichter und leichter. Ein Ziel, dass wir doch alle anstreben – oder?

Text und Fotos: Gabi Kelch



Westerngurt

- orthopädischer Hohlfaserfleece für optimale atmungsaktive Polsterung kein Hitzestau
- passt sich der Anatomie des Pferdes automatisch an
- Dicke ist vergleichbar mit Lammfellgurten
- weich und anschmiegsam
- für mehr Wohlbefinden beim Pferd

Telefon: 07121/94658-5
service.team@medi-cheval.de
www.medi-cheval.de