

Vorworte	7
1. Einleitung – Warum dieses Buch?	11
Aus der Praxis für die Praxis	
2. Methodik im Reitunterricht – allgemein	14
2.1 Was ist Methodik? – Was sind Methoden?	14
2.2 Methodische Übungsreihen (MÜR)	15
2.3 Methodische Maßnahmen/Handlungen	16
2.3.1 Verbale Maßnahmen	17
2.3.2 Visuelle Maßnahmen	19
2.3.3 Praktische Maßnahmen	20
2.4 Methodische Verfahrensweisen	20
2.4.1 Das erfahrungsorientierte (aufgabenorientierte) Verfahren	21
2.4.2 Das anweisungsorientierte Verfahren	22
2.4.3 Gegenüberstellung beider Verfahren und praktische Umsetzung	23
3. Methodik für Pferd und Reiter	25
3.1 Ausbildungswege	25
3.1.1 Skala der Ausbildung des Pferdes	25
3.1.2 Ausbildungsweg des Reiters	28
3.1.3 Verknüpfung beider Wege	30
3.2 Gleichgewicht – Balance	30
4. Vermittlungsprinzipien in der täglichen Methodik – aus der Praxis für die Praxis entdeckt	32
4.1 Den Reiter abholen, wo er steht	32
4.2 Das Pferd abholen, wo es steht	33
4.3 Der Reiter lernt mit vielen Sinnen	34
4.4 Durchschaubarkeit von Bewegungsabläufen	34
4.5 Fühlen lernen anstatt mechanisch auf das Pferd einwirken	35
4.6 Abkehr von der Form des Reitersitzes hin zum Erzielen der Funktion	36
4.7 Ausbilder und Reiter müssen Funktionszusammenhänge erkennen und selbstständig umsetzen können	36
4.8 Kontrasterfahrungen erleichtern das Lernen und das Fühlen des Richtigen	37
4.9 Wie wird korrigiert?	38

5. Der Sattel – Hilfe oder Hindernis?	42
5.1 Die Position des Sattels	42
5.2 Die Größe des Sattels	43
5.3 Die Pauschen	43
5.4 Die Bügellänge	44
5.5 Schräge (Keilgummi-) Steigbügeleinlagen	46
5.6 Schräge Aufhängung der Steigbügel	47
5.7 Kurzgurt/Langgurt	47
6. Methodische Übungsreihen (MÜR) in der Praxis	49
6.1 Grundsätzliche Aspekte zur praktischen Umsetzung der nun folgenden MÜR	49
6.2 MÜR zum Erlernen von Hilfengebung und Lektionen	50
6.3 MÜR bei Problemen und Lösungsvorschläge	79
6.3.1 Probleme, die durch fehlerhafte Hilfengebung und Einwirkung verursacht werden	79
6.3.2 Wiederkehrende, typische Probleme des Pferdes	111
7. Und zum Schluss noch Tipps und Tricks!!!	145
Formulierungsvorschläge – Übungsvariationen	
Schlussbemerkung	147
Übungsübersicht – numerisch	148
Alphabetisches Übungsverzeichnis	151
Literaturverzeichnis	153
Danke	154

Vorwort zur dritten Auflage

Liebe Leserinnen und Leser!

Nach 2003 und 2006 darf ich Ihnen nun die dritte Auflage der „111 Lösungswege für das Reiten“ präsentieren. Ich freue mich über die positive Resonanz. Es ist gut zu wissen, dass das Interesse an kompetenter Unterrichtserteilung vorhanden ist. Mein Bemühen war und ist es, den Lesern nachvollziehbare und praxiserprobte Wege aufzuzeigen und Antworten auf die Fragen nach dem „Wie“ zu geben. Wie schaffe ich es, dass mein Pferd frischer und aktiver geht? Wie schaffe ich es, dass mein Pferd in der Anlehnung leichter wird? Welche Hilfen setze ich zum Angaloppieren ein, wie mache ich es meinem Pferd verständlich? Diese Fragen werden immer wieder von Schülerinnen und Schülern gestellt. Der Bedarf an adäquaten Antworten ist riesengroß – und der Lösungsweg gar nicht so schwer!

Der Inhalt ist geballt mit Informationen und Fachwissen, deshalb ist bei der Lektüre auf sinnvolles Lesen zu achten. Dieses Buch, die „111 Lösungswege...“, ist kein Werk, das man „mal so eben nebenbei“ durchlesen sollte. Der Wert wird dann zur Geltung gebracht, wenn differenziert, nach Problembereichen, gelesen und umgesetzt wird.

Ich wünsche Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, weiterhin viel Freude bei der Lektüre und freue mich auf weitere Zuschriften.



Karin Lührs
Neversdorf, im Februar 2010

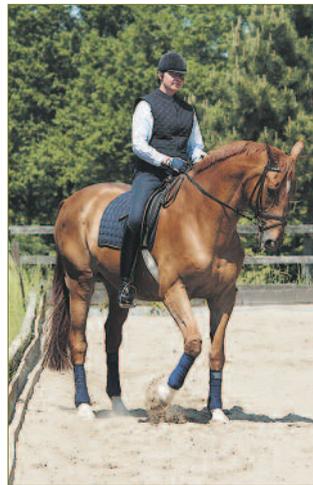
14. Üben der Rückführung aus dem Schenkelweichen

Übungserläuterungen:

Das Schenkelweichen wird beendet, indem die Vorhand des Pferdes auf die Hinterhand „ausgerichtet“ wird. Diese sehr sinnvolle Übung ist gleichzeitig eine gute Vorbereitung für die Rückführung aus dem Schulterherein. Auch dabei wird die Vorhand auf die Hinterhand in selber Stellung wie in der Lektion zurückgeführt.

Übungsvorschlag für Rückführung mit Kopf in die Bahn:

- Gespräch mit dem Schüler, wie diese Lektion sinnvollerweise beendet werden sollte.
- Den Schüler das Pferd mit dem inneren Schenkel zurück zum Hufschlag führen lassen (ohne etwas an der Stellung zu verändern). Ausbilder steht in „taktiler“ Bereitschaft dabei.
- Den äußeren Zügel dazunehmen, der leicht annehmend die Vorhand auf die Hinterhand zurückrichtet.
- Hinweis auf den inneren Zügel, der für die gleichmäßige Stellung sorgt.
- Betonung, dass es bis zum Geradeaus auf dem Hufschlag eine Vorwärts-Seitwärts-Bewegung bleibt.



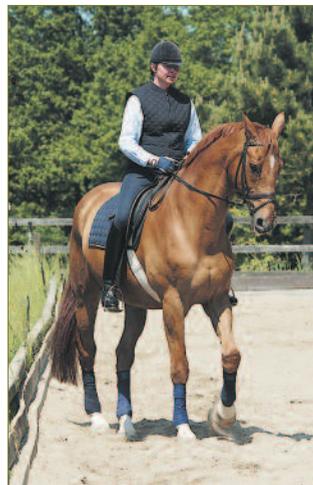
Schenkelweichen mit Kopf in die Bahn. Hier noch in der Vorwärts-Seitwärts-Bewegung.



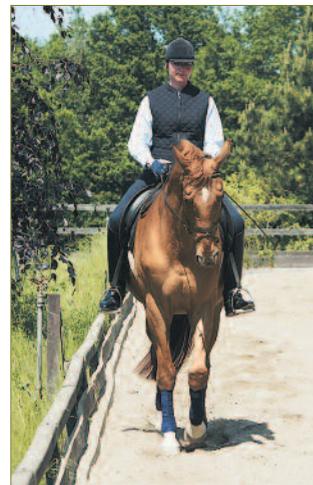
Beginnende Rückführung zur Bande. Stellung bleibt erhalten.

Übungsvorschlag für Rückführung mit Kopf zur Bande:

- Das Schenkelweichen mit Kopf zur Bande wird beendet, indem das Seitwärtstreiben eingestellt, das Pferd umgestellt und wie beim Beenden einer Volte zum Hufschlag in einem flachen Bogen zurückgeführt wird. – Diese Übung stellt für den reitenden Anfänger keine große Hürde dar und wird auch so in den Richtlinien gefordert.¹³



Das Schenkelweichen ist schon fast beendet.



Schenkelweichen ist beendet. Das Pferd ist wieder geradeaus gestellt.

- Der fortgeschrittene Reiter sollte lernen, das Schenkelweichen mit Kopf zur Bande wie folgt zu beenden: Der immer geltenden Regel folgend, dass das Pferd mit der Vorhand auf die Hinterhand auszurichten ist, wird es in der Stellung bleibend mit der Vorhand zur Hinterhand zurückgeführt wie beim Beenden mit Kopf in die Bahn; die vorherrschenden Hilfen sind der am Gurt treibende innere Schenkel und der annehmende äußere Zügel. Das Pferd befindet sich dann auf dem zweiten Hufschlag; anschließend wird es zurück auf den ersten Hufschlag geritten.¹⁴

15. Reiten der Viertellinie

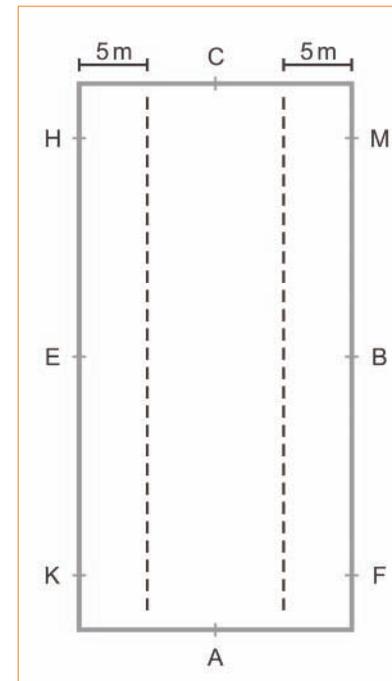
Übungserläuterungen:

Seit dem Jahr 2000 wird das Reiten der Viertellinie auch in den Dressuraufgaben verlangt. Diese 5-Meter-Linien wurde bis dato wenig sowohl in der Formulierung als auch in der praktischen Umsetzung genutzt. Schon früh sollte mit der neuen Begrifflichkeit umgegangen werden. Sie kann dann sinnvoll z.B. beim Erlernen des „Viereck verkleinern und vergrößern“ eingesetzt werden. (Bekanntermaßen wird diese Lektion immer zu groß, über die Viertellinie hinaus, geritten...)

Übungsvorschlag:

Zum Erlernen bieten sich auch hier verschiedene Möglichkeiten an:

- das Erarbeiten der Linie über Befragungen: „Wo könnte die Viertellinie sein?“
- das Aufstellen von Hütchen, Kegeln o. Ä.
- die Markierung im Boden mit einer Harke
- der Ausbilder als Orientierungspunkt.



Zum Erlernen der Viertellinie dient hier die Ausbilderin als Orientierungspunkt.

¹³ vgl. Richtlinien für Reiten und Fahren Bd. 1, 2000

¹⁴ Die oben beschriebene Rückführung steht in dieser Form nicht in den Richtlinien, eignet sich aber hervorragend als Vorbereitung für die Seitengänge und deren Rückführung. In den weiterführenden Seitengängen wird die Vorhand immer auf die Hinterhand ausgerichtet! – vgl. auch Seunig, 1961.

16. Viereck verkleinern und vergrößern

Übungserläuterungen:

Zum Erlernen dieser wichtigen Grundlagen-Übung gibt es verschiedene Wege. Voraussetzung: Der Schüler ist mit dem Schenkelweichen an der langen Seite vertraut, kennt aber das Viereck verkleinern und vergrößern noch nicht. Im ersten Übungsvorschlag geht es um das Erleben und Erfühlen der Lektion, im zweiten Vorschlag werden dann gezielt die Hilfen erlernt.

1. Übungsvorschlag:

☛ Zusammen mit dem Ausbilder von der Mittellinie aus nur ein paar Schritte Viereck vergrößern; 2–3-malige Wiederholung, zu beiden Seiten (in der Regel ist es einfacher, zu der Seite zu vergrößern, zu der das Pferd die Stellung bereits hat – also von linker Hand kommend, ist das Pferd links gestellt, das Pferd weicht vom linken Schenkel, und es wird nach rechts vergrößert; dieses ist für den Schüler zunächst einfacher, weil das Pferd nicht umgestellt werden muss).



- a) Abwenden auf die Mittellinie von der rechten Hand kommend, rechts gestellt.
- b) Viereck vergrößern nach links. Das Pferd muss nicht umgestellt werden.
- c) Einleitung zum Viereck vergrößern.
- d) Viereck vergrößern. Das Pferd tritt vorwärts seitwärts.

- ☛ Wiederholung der Übung ohne Ausbilder
- ☛ Von der langen Seite aus nur ein paar Schritte Viereck verkleinern, je nach Gelingen noch mit oder gleich ohne Ausbilder, sonst wie oben. Hier muss der Schüler das Umstellen vor dem Verkleinern zusätzlich erlernen.
- ☛ Gelingen die Vorübungen, wird von der Mittellinie aus ein paar Schritte vergrößert, dann geradeaus, umstellen und ein paar Schritte verkleinert.
- ☛ Übung an der langen Seite ausführen, Ausbilder steht gleich an der Viertellinie, damit dem Schüler das Gefühl für die richtige Größe vermittelt wird (in den Dressurprüfungen wird diese Übung dadurch falsch geritten, dass ein falsches Verständnis von der Größe dieser Übung vorliegt; hier kann von vornherein dieser Problematik entgegengewirkt werden).



- e) Viereck verkleinern und vergrößern. Ausbilderin steht kurz hinter der Viertellinie...
- f) ... die Schülerin reitet vor ihr vorbei.
- g) Die Schülerin trifft genau die Viertellinie.
- h) Die gleiche Übung. Statt der Ausbilderin werden Hütchen eingesetzt.
- i) Sie stehen in Form eines Tores,...
- j) ...durch das hindurchgeritten werden muss.

- ☛ Zielübung – d.h. die korrekte Lektion des Viereck Verkleinerns und Vergrößerns an der langen Seite.

2. Übungsvorschlag:

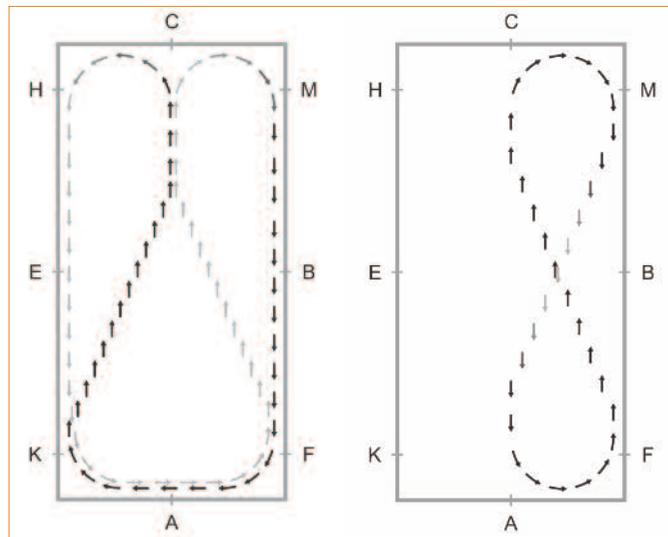
- Die wichtigste Hilfe ist die Diagonale innerer Schenkel – äußerer Zügel. Deshalb ist diese Übung auch so immens wichtig. Der Schüler wird aufgefordert, von der Mittellinie aus nur zu vergrößern und dabei die „innere“ Diagonale einzusetzen.
- Zusätzlich erhält er die Aufgabe, das Pferd optisch gerade wie ein Brett – parallel – zur langen Seite zu reiten. Hierzu muss er seine Hilfengebung koordinieren. Häufig treibt der innere Schenkel zu stark und der äußere Zügel führt zu wenig.
- Mit dieser Aufgabe muss man den Schüler etwas „alleine“ lassen, damit er Zeit zum Ausprobieren hat. – In Absprache mit dem Ausbilder setzt dann die Feinkorrektur ein.
- Erst danach wird das Verkleinern integriert.

17. Viereck verkleinern im Leichttraben**Übungserläuterungen:**

Eine wunderbare Übung zur Schulung der Geschicklichkeit des Reiters und des Einsatzes der diagonalen Hilfen, eine Funktion für das Pferd ist weniger gegeben.

Übungsvorschlag:

- Aufgabe: vom Wechsellpunkt aus auf die Diagonale in Richtung Mittellinie abwenden und das Viereck verkleinern lassen im Leichttraben. Die Diagonale soll möglichst flach und lang gezogen geritten werden, damit das Pferd mehr vorwärts als seitwärts fußen muss. Bei zu viel seitwärts besteht leicht die Gefahr, dass die Pferde über die äußere Schulter ausfallen. Dem Schüler bei dieser ersten Übung noch nicht mitteilen, dass er dabei den Fuß wechseln muss. Dies zu erfühlen, ist seine Aufgabe.
- Den Schüler die Übung einige Male erproben lassen. Sollte er dann immer noch auf dem falschen Fuß leichttraben, erfolgt der Hinweis, ob er nicht etwas vergessen hat oder ob sich das Pferd gut anfühlt?
- Erst daraufhin wird der Schüler zum Umsetzen aufgefordert, wenn er es nicht selbst gespürt hat.
- Es bietet sich eine Übungsfolge an, indem der Reiter von der linken Hand kommend das Verkleinern nach links mit Rechtsstellung ausführt und anschließend, wegen der Rechtsstellung, auf die rechte Hand geht. Von der wird dann die Übung fortgesetzt und mit dem Verkleinern nach rechts in Linksstellung begonnen. Das ergibt einen harmonischen Bewegungsfluss.



1. Übung – leichtere Version mit einer langen Seite geradeaus

2. Übung – schwierigere Version mit direkter Folge aufeinander

18. Durchreiten der Ecken**Übungserläuterungen:**

Das korrekte Durchreiten der Ecken wird immer wieder gefordert, um die Durchlässigkeit des Pferdes zu verbessern. Dazu wird das Pferd auf einem Viertelkreisbogen geritten. Der Ausbilder muss sich aber im Klaren sein, dass einerseits das Pferd die nötige Ausbildung erfahren haben sollte, um gebogen durch die Ecke zu kommen – (Haben Sie schon einmal versucht, ein ungymnastiziertes Pferd gebogen durch eine Ecke zu reiten?) – Andererseits sollte der Erfahrungsschatz des Schülers so weit vorhanden sein, dass er in der Lage ist, sein Pferd korrekt durch die Ecke reiten zu können (Kenntnis der diagonalen Hilfen und der Gewichtshilfen).

Der Ausbilder hat also abzuwägen, wann der richtige Zeitpunkt gekommen ist, das korrekte Durchreiten der Ecken zu schulen bzw. zu thematisieren.

Das Durchreiten gliedert sich in die Phasen **Vorbereitung**, **Durchreiten**, **Beenden**.

In der **Vorbereitung** wird das Pferd mit einer halben Parade aufmerksam gemacht, um dann in Bewegungsrichtung gestellt zu werden.

Während des **Durchreitens** der Ecke bewegt sich das Pferd auf dem Bogen einer Viertelvolte, d.h. mit Längsbiegung und gerade gerichtet (hufschlagdeckend).

Zum **Beenden** der Ecke wird das Pferd wieder geradeaus gestellt, damit es wieder gleichmäßig an beide Zügel herantreten kann.

Im Einzelnen sind für das Durchreiten folgende, insbesondere die diagonalen, Hilfen notwendig:

- leichte Gewichtsverlagerung nach innen;
- innerer Schenkel treibt am Gurt und sorgt für die Längsbiegung;
- äußerer Schenkel verwehrend hinter dem Gurt, um ein Ausfallen der Hinterhand nach außen zu verhindern;
- innerer, weich geführter Zügel sorgt für die Stellung und führt ggf. das Pferd in die Wendung hinein;
- äußerer Zügel begrenzt die Stellung und gibt so viel nach, wie es die Biegung erforderlich macht und begrenzt die Schulter.

Übungsvorschlag:

Um die Fülle der Hilfengebung sinnvoll schulen zu können, müssen diese auf kleinere Schritte verteilt werden:

- Man legt ein kleines Viereck an, z.B. halbe Bahn, und lässt die Schüler im Schritt auf einer Hand reiten. Die Wendung soll auf dem Bogen einer Viertelvolte erfolgen, zu tiefes Hineinreiten ist nicht erwünscht. Es muss sich eine harmonische Linie ergeben.
- Zunächst wird das **Durchreiten** geschult. Unter Hinweis auf Übung 5 (Diagonale Hilfen) soll der Schüler versuchen, das Pferd gebogen auf einer gleichmäßigen Linie durch die Ecken zu reiten.
- Nach erfolgter Eigenrealisation (Ausprobieren) wird die diagonale Hilfengebung besprochen. Der Schüler soll bewusst inneren Schenkel und äußeren Zügel spüren, die für die Längsbiegung sorgen.