

	Vorwort	8
10	Einleitung Was, bitte, ist eigentlich „Wanderreiten“?	
	Kapitel 1 Wer kann überhaupt wanderreiten?	14
19	Kapitel 2 Warum könnte mir das Spaß machen?	
	Kapitel 3 Welche Pferde eignen sich für den Wanderritt?	23
30	Kapitel 4 Wann kann man wanderreiten?	
	Kapitel 5 Welche Ausrüstung brauche ich als Reiter?	35
42	Kapitel 6 Wie bereite ich mich selbst vor?	
	Kapitel 7 Welche Ausrüstung benötige ich für mein Pferd?	48
56	Kapitel 8 Wie bereite ich mein Pferd vor?	
	Kapitel 9 Welche Basiserziehung braucht mein Pferd?	67

78	Kapitel 10 Wie bilde ich mein Pferd gezielt unterm Sattel aus?	
	Kapitel 11 Wie wird mein Pferd richtig fit?	88
93	Kapitel 12 Wie gewöhne ich mein Pferd an die Gruppe?	
	Kapitel 13 Welches Spezialwissen sollte ich mir auf jeden Fall aneignen?	98
107	Kapitel 14 Wie bereite ich mich auf Notfälle vor?	
	Kapitel 15 Welche Besonderheiten sollte ich kennen?	115
122	Kapitel 16 Wie sammle ich praktische Erfahrungen?	
	Kapitel 17 Wie plane ich den Wanderritt?	127
137	Kapitel 18 Wie bewältige ich meinem ersten Ritt?	
	Anhang Wie geht es weiter?	146
	Sachwortregister	150

Spielen wir ein Gedankenspiel: Sie sind 27 Jahre jung und mittelgroß. Sie wiegen 65 Kilo, reiten seit sieben Jahren und besitzen ein Deutsches Reitpferd. Als außergewöhnlich sportlich würden Sie sich zwar nicht einschätzen, aber ein wenig Fitness-training betreiben Sie schon. Und bei einem strammen Marsch machen Sie auch nicht nach einem Kilometer schlapp. Reiterlich bewegen Sie sich, sagen wir, zwischen E und A-Niveau. Sie nennen sich Freizeitreiter, reiten sonntags regelmäßig aus und haben den Deutschen Reitpass FN in der Tasche. Auch beim Vereinsturnier sind Sie bereits ein paar Mal gestartet, ohne auf dem letzten Platz zu landen! Und nun lauschen Sie gebannt, was Kerstin und Uli vom Wanderreiten erzählen... und fragen sich: Wäre das auch etwas für mich? Besser noch: Kann ich solch ein Vorhaben überhaupt in Angriff nehmen, ohne mich und mein Pferd hohen Risiken auszusetzen?

Sport mit Partner Pferd

Es ist ganz in Ordnung, so zu fragen. Pferdesport betreiben Sie ja nicht im stillen Kämmerlein. Es ist eine Sportart, bei der Sie mit einem Lebewesen zusammenarbeiten. Dieses Lebewesen zählt außerdem zu den Fluchttierarten. In seinem Erbgut schlummert nach wie vor die Erinnerung an Höhlenlöwen und Steppenwölfe, die ihm vor ein paar Jahrtausenden noch nach dem Leben trachteten. Auch wenn an die Stelle der Raubtiere quietschende Reit-

hallentore, Traktoren oder bloß der schlichte Postkasten an der Straßenecke getreten sind: Scheusprünge sind in Wahrheit Fluchtversuche und können Sie aus dem Sattel katapultieren. Und nicht nur das: Spätestens in dem Augenblick, in dem Sie die Reitanlage verlassen, riskieren Sie, auch unbeteiligte Straßen- und Landschaftsnutzer in Mitleidenschaft zu ziehen – und zwar mit unabsehbaren Konsequenzen. Was daraus folgt? Sie dürfen und müssen sich Gedanken über die Voraussetzungen machen, die Sie fürs Wanderreiten



Sie lieben Pferde? Praktizieren Horsemanship? Dann erfüllen Sie bereits die wichtigsten Voraussetzungen für das Wanderreiten.

„Sieh dir mein Pferd an – es ist topfit!“ Gratulation! So wichtig die gute körperliche Verfassung bereits im Reitalltag ist, so unverzichtbar ist sie beim Wanderritt. Würden Sie den ganzen Winter über kaum die Wohnung verlassen geschweige denn Fitness-Übungen absolvieren und sollten beim ersten Frühlingssonnenschein an einer Tageswanderung mit Gepäck teilnehmen, hätten Sie nach einer Stunde – salopp ausgedrückt – „schlapp gemacht!“ Vorzeitige Ermüdung und ein Mangel an Kondition erhöhen die Verletzungs- und Unfallgefahr. Das Gefühl, „es nicht zu schaffen“, verursacht Stress. Das Pferd mag sich zwar zum Etappenziel „quälen“, echte Freude empfindet es wohl kaum mehr. Also denken Sie rechtzeitig auch an seine Fitness!

Der aus dem englisch/amerikanischen Sprachraum stammende Begriff „fit“ steht für „tauglich, gut trainiert, in Form“ und „fähig zu Höchstleistungen“. Die Medizin versteht darunter einen gesunden, reibungslos funktionierenden Körper. Wenn wir von einem Menschen oder einem Tier sagen: „Er oder es hat Kondition!“, meinen wir damit, dass er oder es seine Leistungsfähigkeit über einen längeren Zeitabschnitt hinweg zu erhalten vermag, ohne dass er mehr Energie verbraucht, als der Körper selbst bereitstellen kann. Kondition baut auf dem Pflege-, Ernährungs- und Trainingszustand auf und bedeutet, dass Ausdauer, Muskelkraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit reibungslos zusammenspielen.

Wie erhält Ihr Pferd Kondition?

- Die Grundlage stellen Sie über eine art- und typgemäße, qualitativ hochwertige Fütterung und ausreichende Bewegung her.
- Seine Ausdauer bauen Sie auf artgemäßer Haltung sowie einem behutsamen Trainingsprogramm auf, bei dem Sie allmählich länger werdende Strecken in ruhigem Tempo gehen. Dabei verbessert sich sein Kreislaufsystem durch eine Vergrößerung des Herzens. Es werden mehr rote Blutkörperchen gebildet und die Körperzellen besser mit Nährstoffen und Sauerstoff versorgt. Der Querschnitt der einzelnen Muskelfasern erhöht sich; dadurch wird auch die Gesamtmuskulatur besser versorgt.

- Seine Beweglichkeit trainiert es zum einen durch das freie Spiel mit dem Artgenossen, zum anderen verbessern Sie sie durch gymnastizierende Arbeit. Im Binde- und Stützgewebe verdichtet sich die Gewebestruktur; die Belastbarkeit von Sehnen, Bändern und Knochen steigt. Zugleich werden neue Nervenverbindungen hergestellt und ausgebaut. Das verbessert die Koordinations- und Reaktionsfähigkeit oder, einfacher ausgedrückt: Ihr Pferd wird geschickter.

Beim Rangeln und Spielen trainiert das Pferd seine Beweglichkeit auf natürliche Weise.



- Möchten Sie eines Tages bei Wettkämpfen im Wanderreiten starten, kann es sinnvoll sein, auch seine Kraft durch Kurzzeitbelastung bei hohem Tempo zu trainieren.

Größere Gruppen

Dass beim Reiten in der Gruppe mit der Zahl der Pferde auch die Zahl der Eventualitäten (und damit das Unfallrisiko) wächst, lässt sich nicht bestreiten. Daher halten gewerbliche Wanderrittunternehmen ihre Gruppen lieber klein und überschaubar. Oft nehmen sie fremde Pferde gar nicht (oder erst nach erfolgreichem Proberitt) mit. Zehn Reiter inklusive Rittführer gelten bei Profi-Unternehmen als oberste Grenze. Zudem erfordern größere oder gar große Gruppen ein Vielfaches an organisatorischen Vorbereitungen.

Dazu Kerstin und Uli:

„Nach unserer Erfahrung funktionieren Gruppen von vier bis sechs Reitern am besten. Die Pferde gewöhnen sich schnell aneinander und haben am zweiten Tag ihren Laufrhythmus gefunden. Jeder Reiter bringt auch ein bestimmtes „Talent“ mit, das den anderen auf dem Ritt zu Gute kommt. Und für maximal sechs Reiter und Pferde lässt sich meist auch noch problemlos ein Nachtquartier organisieren!“

In der Wildbahn sind große Pferdeguppen eher widernatürlich. Nur in Ausnahmefällen – zum Beispiel in Trockenperioden – finden sich mehrere Herden zusammen, um gemeinsam zu entfernten Weidegründen zu wandern. Auch in Großgruppen (auf der Weide oder im Gemeinschaftspaddock) fühlen sich etliche Pferde – nicht nur anfangs – beunruhigt. Die Verletzungsgefahr steigt um ein Vielfaches, sofern nicht genügend Raum zum Ausweichen vorhanden ist. Allerdings kommen gerade auf Wanderreit-Veranstaltungen häufig sehr viele Pferde zusammen. Damit Ihr Pferd auch bei solchen Gelegenheiten gelassen bleibt, ist es sinnvoll, das Reiten in größeren Gruppen zu üben. Gelegenheiten bieten Prozeptions- oder ähnliche Ritte. Die Routen sind festgelegt und Passagen an und über Straßen

werden von der Polizei gesichert. Auch die Teilnahme an Reitjagden im Nichtspringer-Feld sind nicht nur nützlich, sondern auch lehrreich! Und bringen Freude...

Wer geht wo?

Unruhige Pferde können einen Ritt regelrecht verderben. Der Rittführer wählt deshalb geschickt die passende Reihenfolge der Pferde aus.

Hier die wichtigsten Regeln:

- Bestimmen Sie einen souveränen, verantwortungsbewussten Reiter auf erfahrenerm Pferd zum Rittführer und akzeptieren Sie seine Entscheidungen. Er bestimmt Route, Gangart und Tempo. Ebenso legt er fest, mit welchen Hand- und Rufzeichen Sie sich verständigen wollen (siehe Grafik).
- Versuchen Sie, von Anfang an Ruhe in der Gruppe zu bewahren, indem Sie zunächst die schnellen Pferde an der Spitze, unerfahrene in der Mitte und „Zackler“ (die leicht zum „Nachahmen“ verführen) ans Ende platzieren. Kehrt dadurch keine gelassene Grundstimmung ein, wechseln Sie die Positionen, bis Sie die ideale Reihenfolge gefunden haben.
- Einem sehr ängstlichen Pferd (oder Reiter) vermittelt es viel Sicherheit, rechts und links von einem erfahrenen Team flankiert zu werden. Notfalls nimmt ein routinierter Reiter den „Neuling“ an den Führstrick.



- 1 Emporbalden des gestreckten Arms: Achtung!
- 2 Senken des erhobenen Arms bis in Schulterhöhe (vom Halten zum Schritt): Marsch!
- 3 Mehrfaches Hochstoßen des Arms: Trab!
- 4 Mehrfaches Schwenken des Arms über dem Kopf mit nachfolgendem Senken des Arms in Marschrichtung: Galopp!
- 5 Senken des erhobenen Arms seitwärts bis zum Oberschenkel: Langsamer! (Jeweils nächstniedrigere Gangart bzw. Halt)