

Vorwort Christopher Bartle	8
Vorwort Christoph Hess	11
Was der Leser noch wissen muss! Begriffliche Erklärungen	13

Teil 1 Die Grundlagen

1 Partnerschaft und Verantwortung	16
Körpersprache und Einleitende Sitzposition	20
Körpersprache	20
Einleitende Sitzposition	20
Ziele setzen	21
Warum reiten Sie? Was wollen Sie erreichen?	21
Was dem einen nutzt,	21
Der Reiter ist nur so gut wie sein Pferd	22
Trainings- und Turnierziele	22
Verantwortungsbereiche	23
Lang-, mittel- und kurzfristige Ziele, große und kleine Ziele	24
2 Das System der Ausbildung – ein Überblick	25
Erziehung/Verständigung	25
Gymnastische Übungen	25
Körperliche Entwicklung	25
Mentale Entwicklung	26
3 Der Reiter	29
Körperliche Voraussetzungen	29
1. Sitz und Haltung	29
Das Verbindungssystem	30
2. Gleichgewicht	34
Balance in der Längsrichtung	35
Seitliche Balance	36
3. Koordination	38
4. Geschicklichkeit	38
Wissen zur Biomechanik und Abläufen der Kommunikation mit dem Pferd ...	39
1. Biomechanik und die Physik verstehen	39
Das Skelett – Knochen, Gelenke und Bänder	40
Die Muskeln	41
Die Verbindung über den Rücken – Haltung	42
Beugen des Genicks und Entspannung im Kiefer	47
Seitliche Stellung und Biegung	48
Die Rolle des Hinterbeins – Schub und Stoßdämpfung	49
Nerven und Reflexe	50
Reaktion, Antwort, Wirkung	51
Die Abhängigkeit von einzelnen Bewegungsmustern	52
Das Gleichgewicht des Pferdes	53
2. Das System der Verständigung verstehen	55
Was, wie, wann	55
Kommunikationsmittel	56
Körpersprache unterstützt durch Schenkel- und Zügelhilfen	56
Unterstützung durch Schenkel und Hand – „Sprache der Berührung“	57

Kommunikation durch Berührung mit Schenkel, Gerte und Sporen	59
Kommunikation durch Berührung über den Zügel	61
1. Begrenzende Zügelhilfen	62
2. Richtungsweisende Zügelhilfen	65
3. Haltungsweise Zügelhilfen	67
Kommunikation über Geräusch	70
3. Mentale Voraussetzungen	70
4. Gefühl und Erfahrung	71

4

Das Pferd	72
Der Trainingsplan	72
Die Reihenfolge der Prioritäten in der Ausbildung	72
Die Schritte der Ausbildung – Kindergarten	74
Die Schritte der Ausbildung – Grundschule	75
Die Schritte der Ausbildung – Weiterführende Schule	76
„Kindergarten“	76
1. Respekt – Akzeptanz der Rangordnung	76
2. Antworten auf die Körpersprache, Berührung und Stimme des Menschen ..	77
3. Vertrauen zum Menschen, zu seiner Umgebung und seiner Ausrüstung	79
4. Vertrauen und Akzeptanz des Reiters auf seinem Rücken	79
5. Vorwärtsgehen mit Fleiß und Selbstvertrauen	79
Das Pferd motivieren	81
6. Verstehen und Annehmen einer Kontrolle durch den Reiter	83
Grundschule	89
Dressurmäßige Arbeit	89
Gleichmaß	90
Takt	91
Gleichgewicht – Längsrichtung und seitlich	91
Geraderichtung	92
Haltung	93
Entwicklung von Haltung, Geraderichtung und Gleichgewicht	96
Einleitende Sitzposition	96
Grundlegende gymnastische Übungen	97
Übung 1: Vorhandwendung	97
Übung 2: Hinterhandwendung	99
Übung 3: Kombination aus Vorhandwendung mit Zirkeln und Übergängen	104
Übung 4: Schenkelweichen auf der Diagonalen	106
Übung 5: Die „Korridor“ übung	108
Übung 6: Der Galopp und Übergänge: Trab–Galopp, Galopp–Trab	108
Übung 6a: Schenkelweichen mit Übergängen in den Galopp	111
Übung 7: Außengalopp	111
Übung 8: Das Rückwärtsrichten	114
Übung 9: Die „Zonen“ übung: Trab–Schritt–Trab	117
Übung 10: Die „Zonen“ übung: Galopp–Trab–Galopp	119
Übung 11: Fortlaufende Übergänge auf gerader Linie	122
Grundlagen für die Springausbildung	124
Einführung	124
Verantwortung des Reiters	127
Ziele setzen	127
Tempo, Länge des Galoppsprungs, Linienführung	127

Körpersprache, Einleitende Sitzposition und Verständigung	128
Gleichgewicht, Sicherheit und Einwirkung ohne Einmischung über dem Sprung	128
Stabiler Sitz über dem Sprung	130
Die Bügellänge	132
Kontakt mit dem Gesäß am Sattel	135
Die Zügelänge	135
Ausbildung des Pferdes – seine Pflichten	136
Tempo, Sprunglänge und Linie des Anritts	136
Den Absprung erkennen	137
Gleichgewicht und Abstimmung	137
Technik und Beweglichkeit	138
Formen und Farben, Arten und Umfeld	139
Grundlegende Springübungen für Pferd und Reiter	140
Wann fangen wir an?	140
Übung 1: Im Trab über Stangen und Cavaletti	141
Übung 2: Einfache Reihen	144
Übung 3: Im Galopp über Stangen	148
Übung 4: Kleine Hindernisse aus dem Galopp anreiten	149
Übung 5: Kleine Parcours mit neuen Formen, Farben und Arten von Hindernissen	151

Teil 2 Weiterführende Ausbildung

5	Versammlung	160
	Die Definition von Versammlung	160
	In der Basisarbeit	160
	In fortgeschrittener Ausbildung	161
	Bedingungen für Versammlung	161
	Die Ziele der Versammlung	163
	Der Gebrauch der Versammlung	163
	Die Bedeutung der Versammlung	164
	Die Rolle des Reiters bei der Versammlung	166
	Grundlegende versammelnde Lektionen	167
	Schulterherein	168
	Die Kurzkehrtwendung (die Schritt-Pirouette)	171
	Übergänge	173
	1. Trab–Halten–Trab	173
	Geschlossenes, engagiertes Halten	174
	2. Galopp–Schritt–Galopp	176
	Versammelnde Übungen – mittlerer Schwierigkeitsgrad	180
	Volten im Trab und Galopp	180
	Travers, Renvers und Traversale	181
	Einleitende Sitzposition für Travers, Renvers und Traversale	184
	Reiten und Ausbilden für Travers und Renvers	185
	Reiten und Ausbilden der Traversale	186
	Einführung in die Piaffe	188
	Einleitende Sitzposition	189
	Körpersprache	190
	Ausführung und Ausbildung	190

Nützliche Kombinationen verschiedener Lektionen	192
Die Nutzung der Versammlung in der Ausbildung	194
Mitteltrab und Starker Trab	194
Fliegende Wechsel	197
Ausführung und Ausbildung	200
Die Qualität des Galopps	200
Drei Phasen in der Schulung zum fliegenden Wechsel	200
Die Hilfen für den Wechsel – Körpersprache und Einwirkung	201
Nützliche Übungen	202
Fortgeschrittene versammelnde Lektionen	205

6 Springen – weiterführende Ausbildung	206
Übungen	209
Springen auf dem Zirkel	209
Anpassung der Zahl der Galoppsprünge in Kombinationen und Distanzen ..	210
Distanzen im Training bauen – wann weiter, wann enger stellen	211
Grundlinien	212
Übergang zum Schritt oder zum Halten zwischen den Hindernissen	212
Achten reiten über einen einzelnen Sprung	213
Probleme in der Springmanier – weiterführende gymnastische Übungen	215
In-Out-Kombination	215
In-Out-Kombination auf dem Zirkel zur Verbesserung der	
Vorderbein-Technik	216
Übungen zur Verbesserung der Bascule	216
Leitstangen in Sprungreihen zur Entwicklung der Geraderichtung	218
V-Stangen zur Verbesserung der Vorderbeintechnik	218
Verbesserung der Hinterhandtechnik	219
Tipps für das Reiten im Parcours	220
Aufrecht an Steil- und vorgeneigt an Hoch-Weitsprünge	220
Springen auf der Innenseite der Sprungmitte	221
Parcours abgehen und reiten	221

7 Geländetraining	224
Verantwortung von Reiter und Pferd	224
Sicherheit zuerst	225
Haltung und Sitzposition über dem Sprung	225
„Auf der Spur“ und „In der Linie“	227
Das richtige Tempo	227
Kontrolle ohne Kampf	227
Gebisse für den Geländekurs	229
Geländetraining	229
Wasserhindernisse	230
Gräben	233
Graben und Hindernis	235
Sprung-Graben-Sprung-Kombination („Coffin“)	235
Wälle und Auf- und Absprünge	236
„In-Out“-Kombination	237
Ecken und schmale Sprünge	238
Abgehen der Strecke	239

Das System der Ausbildung – ein Überblick

KAPITEL 2

Das System der Ausbildung basiert auf vier Elementen:

Erziehung/Verständigung

Das Pferd lernt die Hilfen des Reiters kennen und auf die Körpersprache zu reagieren, unterstützt durch Berührung, Geräusche und visuelle Zeichen. Unter Ausnutzung der natürlichen Reflexe werden aus diesen Stimuli konditionierte Reflexe entwickelt. Die Übungen zur Erziehung und Entwicklung der Reaktion des Pferdes werden die Grundlagen der gymnastischen Übungen.

Gymnastische Übungen

Zur Verfügung steht eine Vielzahl von Übungen, die zunächst als Hilfsmittel zur Erziehung des Pferdes eingesetzt werden. Sie entwickeln und überprüfen die Reaktion auf die einleitende Sitzposition, auf Körpersprache, Schenkel- und Zügelhilfen. Danach dienen sie der Entwicklung einer „Leistungshaltung“ und bewirken dadurch körperliche Entwicklung und verbesserte Athletik, die sich zum Beispiel in einer verbesserten Bewegungsqualität zeigt.

Bodenarbeit als Erziehung.

Körperliche Entwicklung

Reife und Arbeit – abwechselnd mit Perioden der Ruhe und Erholung – bewirken eine Ausformung der Muskeln und eine verbesserte Kondition innerhalb der Möglichkeiten des jeweiligen Pferdes.



Hüfte zu geben und mit dem äußeren Schenkel den Kontakt zum Pferd zu erhalten, ohne den Absatz nach oben zu ziehen. Es hilft auch, sich vorzustellen, die Zehen und das Knie außen anzuheben, um das Gewicht aus dem äußeren Steigbügel zu nehmen und in den inneren zu verlagern.

Wenn der Reiter sich diese Sitzhaltung angewöhnt, wird sie schließlich zu einem Automatismus, der innerhalb der Bewegung häufig wiederholt werden kann, um die Einwirkung zu erhalten und mit dem Pferd zu kommunizieren.

Grundlegende gymnastische Übungen

Die zwei wichtigsten Lektionen, die ein Pferd lernen muss, um in Reaktion auf die Sitzhaltung des Reiters und seine Körpersprache zu wenden, sind die Vorhand- und die Hinterhandwendung. Sobald das Pferd diese Übungen verstanden hat, kann man zu anderen Lektionen übergehen.

Übung 1 ► Vorhandwendung

■ DIE ZIELE

- Das Pferd lehren abzuwenden als Antwort auf Sitzhaltung und seitliche Schenkelhilfe anstatt auf Zügelhilfe.
- Das Pferd auffordern, das innere Hinterbein zu aktivieren und den Rücken zu heben, den Hals vorwärtszudehnen und in eine leichte Anlehnung hineinzuwölben und dabei seitliche Stellung im Genick nach innen zu zeigen.

Wendung um die Vorhand

■ DIE ÜBUNG

Das Pferd soll um einen imaginären Pfahl herum wenden, so, als ob es dort mit einem sehr kurzen Strick angebunden wäre. Es soll sich nicht auf dem inneren Vorderbein drehen, sondern stattdessen den Schritt beibehalten. Das innere Hinterbein soll immer vor das äußere Hinterbein treten und es soll mehr oder weniger mittig zwischen den Hufabdrücken der Vorderbeine abgesetzt werden. Wie weit das Pferd mit dem inneren Hinterbein kreuzt, hängt davon ab, wie eng die Wendung ist. Um eine Vorstellung von dem zu bekommen, was das Pferd tun soll, kann man eine Schubkarre voll Wasser auf einem sehr engen Kreis fahren und versuchen, dabei keinen Tropfen Wasser zu verschütten. Sie werden sehen, wie Sie mit



Ausbildung des Pferdes – seine Pflichten

Das Ziel

In einem vorangehenden Kapitel dieses Buches habe ich den Aufgabenbereich des Pferdes in der Dressur skizziert. Auch beim Springen hat das Pferd Verantwortung zu übernehmen. Die grundlegende Springausbildung für das Pferd besteht aus Übungen, die sein Verständnis und das Annehmen seiner Pflichten entwickeln und damit sein Selbstvertrauen steigern. So wie in der grundlegenden Dressurarbeit gibt es auch hier einen schmalen Grat zwischen dem, was zum Verantwortungsbereich des Reiters und was zu den Pflichten des Pferdes gehört. Das Gewicht kann sich auch leicht verschieben, je nachdem ob wir die Ausbildung zu Hause betrachten oder von der Teilnahme an Turnierprüfungen reden.

Die Ausbildung zielt auf die Entwicklung von:

- ruhiger Aufmerksamkeit des Pferdes auf den Sprung in einem beständigen Tempo, gleichmäßiger Sprunglänge und die Linie des Anritts,
- die Fähigkeit des Pferdes, seine eigene Sprunglänge zum Absprungpunkt abzuschätzen und falls notwendig anzupassen,
- Gleichgewicht und Abstimmung vor, über und hinter dem Sprung,
- Technik und Beweglichkeit,
- Vertrauen des Pferdes in seine eigenen Fähigkeiten, zu seinem Reiter und in die Aufgaben, die ihm gestellt werden,
- Gelassenheit gegenüber den unterschiedlichen Farben, Formen und Arten der Hindernisse, die ihm präsentiert werden.

Tempo, Sprunglänge und Linie des Anritts

Eine grundlegende Dressurarbeit sollte die Basis schaffen, um einem Pferd beizubringen, sich den Hindernissen in beständigem Tempo und gleichmäßiger Sprunglänge zu nähern, die dem Sprung angepasst ist, und auf einer bestimmten Linie, die das Pferd im richtigen Winkel zu dem gewählten Absprungpunkt bringt.

$$\text{Takt} \times \text{Sprunglänge} = \text{Geschwindigkeit}$$

Die Grundlagenarbeit in der Dressur entwickelt die Fähigkeit des Pferdes, seine Sprunglänge auf ebenem Hufschlag in gleichmäßigem Tempo zu halten. Die Schwierigkeit zu Beginn der Springausbildung liegt darin, dass das Pferd auf den Anblick des Hindernisses reagiert. Manche Pferde zögern und verkürzen den Galoppsprung, während andere aufgeregt werden oder Angst bekommen und ihren Galoppsprung verlängern. Das kann auch von einem Extrem zum anderen schwanken: zögern bis zum Punkt des Verweigerns oder Verlängerung bis zum Ausbrechen vor dem Sprung.

Die Länge des Galoppsprungs beim Anritt beeinflusst die Fähigkeit des Pferdes, den Galoppsprung passend für den Absprung zu treffen. Je kürzer die Galoppsprünge, desto mehr davon passen zwischen die Hindernisse und desto größer die Chance, passend an das Hindernis heranzukommen. Je länger der Galoppsprung, desto wahrscheinlicher, dass es „nicht passt“. Der längere Galoppsprung macht es für das Pferd weniger einfach, beständig den Absprung in der möglichen Absprungzone zu erreichen. Es gibt keine genau bemessene Sprunglänge, mit der sich alle Pferde wohlfühlen. Manche machen von Natur aus lange Sprünge, andere kurze. Wichtig bei der Wahl



Travers

Beim **Travers** bleiben die Schultern und Vorderbeine auf dem Hufschlag, das Pferd blickt in die Bewegungsrichtung. Die Hinterhand ist auf dem zweiten Hufschlag, das äußere Hinterbein folgt dem inneren Vorderbein. Somit hinterlässt das Pferd genau wie beim Schulterherein drei Fahrten. In einer Dressurprüfung muss man eine etwas größere Abstellung wählen, weil die nach Ansicht der Richter nie groß genug ist.

Die Traversale. Gestion Krack, geritten von Anky van Grunsven.

Beim **Renvers** ist die Position des Pferdes fast genauso. Allerdings bewegen sich die Schultern und die Vorderbeine auf dem zweiten Hufschlag, das Pferd blickt in die Bewegungsrichtung, aber die Hinterhand geht auf dem Hufschlag. Travers und Renvers werden im Allgemeinen auf dem Hufschlag an der Bande gezeigt. Deshalb ist es ganz leicht zu merken: Bei der Traversale blickt der Reiter zur Wand, bei Renvers sieht er in die Bahn. Renvers wird in keiner Dressuraufgabe verlangt, aber man kann diese Lektion sehr wirkungsvoll bei Kürvorführungen einsetzen. Die Lektion ist ganz besonders nützlich zur Verbesserung der Traversale.

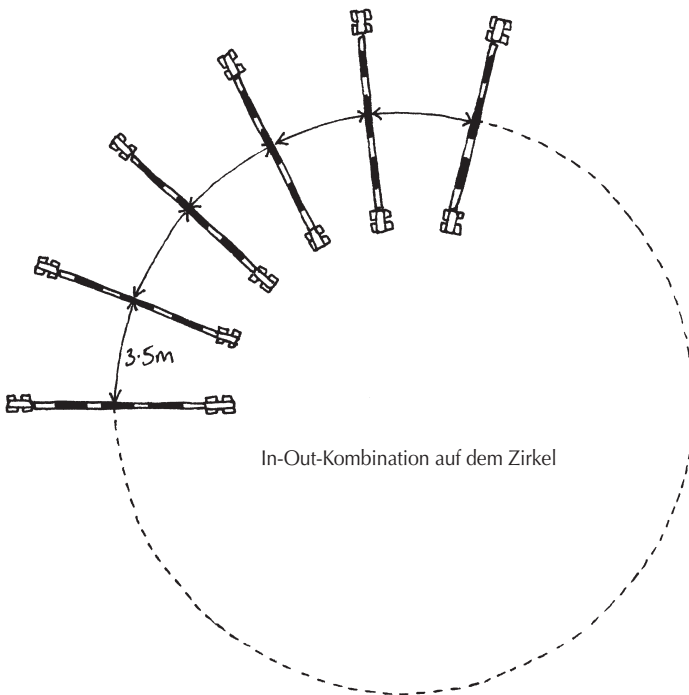
Die **Traversale** entspricht im Grundsatz dem Travers, aber sie wird auf der Diagonalen durch die Bahn geritten, weniger an der langen Seite. Das Pferd ist im Genick gestellt, schaut auf den Punkt, zu dem geritten wird.



Rücken wegdrückt, lernt bessere Bascule und seinen Rücken über dem Sprung zu benutzen. Seien Sie vorsichtig bei einem Pferd, das schon aus Mangel an Zutrauen zögert oder weil es übervorsichtig ist. Man kann es mit dieser Übung leicht überfordern. Ein Pferd, das faul ist und nicht willig vorwärtsgeht, sollte mit einer Dressurgerte geritten werden, um es in dieser Übung, falls nötig, zu motivieren. Ist das Pferd sehr faul oder unwillig vorwärtszugehen, dann ist diese Übung nicht geeignet.

In-Out-Kombination auf dem Zirkel zur Verbesserung der Vorderbeintechnik

Eine Reihe aus sechs In-Outs, bestehend aus einzelnen Stangen oder Cavaletti, auf gebogener Linie gestellt, die einem Zirkel von 20 oder mehr Metern Durchmesser entspricht,



ist nützlich, um einem Pferd mit mehr Erfahrung eine schnellere Reaktion der Vorhand beizubringen und es aufmerksamer zu machen. Diese Übung sollte beginnen mit Stangen auf der Erde. Wenn man dann bei den niedrigen Stangen fortgeschritten ist, kann man die Anforderungen weiter erschweren, indem man jeden zweiten Sprung erhöht. Diese Variante verhindert eine Überforderung des Pferdes und erhält trotzdem die Aufmerksamkeit. Der Reiter führt mit dem inneren Zügel, aber ohne daran zu ziehen, und er behält das Gewicht auf dem inneren Steigbügel, die äußere Schulter bleibt zurück.

Zu Anfang reitet man die Stangen mittig an. Später lassen sich auch hier Variationen schaffen, indem man weiter innen anreitet, um die Distanzen zu verkürzen und das Pferd in seinen Reaktionen schneller zu machen. Oder man reitet weiter außen, um dem Pferd mehr Platz zu bieten, wenn es die Distanzen als unbequem eng empfindet.

Übungen zur Verbesserung der Bascule

Manche Pferde neigen dazu, auf die Hindernisse loszurennen und dann mit hohlem Rücken zu springen. Diese Pferde profitieren oft vom Springen aus dem Schritt. Diese Übung ist geeignet für einigermaßen erfahrene Reiter und verhilft ihnen zu einem unabhängigeren Sitz und Gleichgewicht und sie schult die Reflexe, beim Sprung besser der Bewegung zu folgen, besser „mitzukommen“. Die Übung ist ungeeignet für Pferde, die faul oder unwillig sind vorwärtszugehen, und für nervöse oder unerfahrene Reiter.

Eine Markierungsstange wird im Abstand von 2,60 Meter vor dem Hindernis abgelegt.

Verantwortung von Reiter und Pferd

In der Vielseitigkeit sind eine Null-Fehler-Runde in der Zeit und die Beendigung der Prüfung mit einem gesunden Pferd die obersten Ziele. Um sie zu erreichen, müssen Reiter und Pferd ihre Aufgabenbereiche erfüllen. Der Reiter braucht einen guten Sitz, Gleichgewicht und Sicherheit im Sattel und dazu gute mentale Reaktionen und die richtige Einstellung.

Das Pferd muss vorwärtsgehen und sein Gleichgewicht erhalten. Es bedarf vielleicht manches Mal der Ermutigung durch den Reiter, aber es ist seine Aufgabe, die Sprünge zu nehmen, nicht die des Reiters. Das Pferd muss den Problemen selbst ins Auge sehen und sie lösen und darf sich dazu nicht dauernd auf den Reiter verlassen.

Es liegt in der Verantwortung des Reiters, sicherzustellen, dass er sicher sitzt, damit er schnell genug reagieren kann und sicher

Es ist sicherer, ein bisschen hinter dem Gleichgewichtspunkt zu sitzen, mit dem Schwerpunkt eben hinter dem Steigbügel, so wie es Andrew Nicholson demonstriert.

