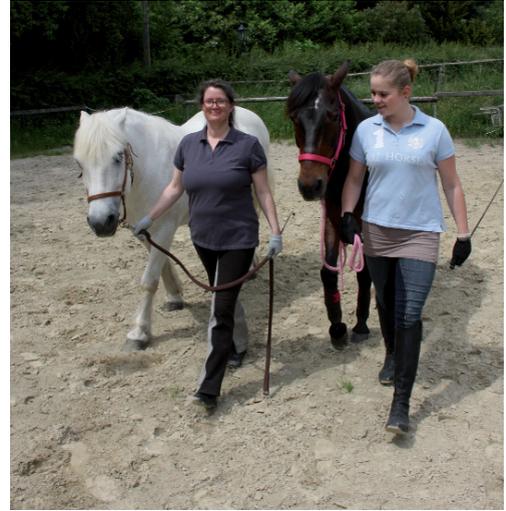


BRITTA REILAND

# Bodenarbeit und Führtraining







**I. Teil**  
**Grundsätzliches**  
**zur Beziehung**  
**Pferd-Mensch im**  
**Alltag**

**6**

Beobachtungen	7
Alltagsübungen	9

**2. Teil**  
**Führübungen**

**20**

Ein paar Worte vorab	21
Warum Führübungen?	24
Der Aufbau der Trainingseinheiten	27
1 Finden der richtigen Führposition	30
2 Tempowechsel	34
3 Halteübung	38
4 Führen von beiden Seiten, richtige Wechselposition	42
5 Zirkel	46
6 Achten	52
7 Schlangenlinien	57
8 Stangen	58
9 Rückwärts und schaukeln	61
10 Volten und Geraden	65
11 Einfache Übergänge	68
12 Erweiterte Übergänge	70



### 3. Teil Arbeit mit Bodenelementen 74

Mit welchen Bodenelementen wird gearbeitet?	75
Was bewirkt die Arbeit mit Bodenhindernissen?	78
Was bingt unser Pferd mit und welches Trainingsziel setze ich uns?	80
Beschreibung der Pferdetypen	81
Die Eiligen	84
Die Faulen	86
Die »Im-Rücken-Verspannten«	89
Die »Vorhandlastigen«	91
Die »Stolperpferde«	94
Die Pferde mit wenig »Vorwärts-abwärts-Bereitschaft«	96
Die Pferde mit einer »gestörten Verbindung zwischen Vor- und Hinterhand«	98
Die Pferde mit »wenig Biegunsbereitschaft«	100
Die Pferde mit »wenig Konzentrationsvermögen«	102
Die Pferde mit »wenig Leistungsbereitschaft«	104

1 »Gebogenes Gerade«	106
2 »Halber Stern mit Gasse«	108
3 »Pylonen-6«	110
4 »Die Sackgasse«	114
5 »Pylonen-Kurve«	117
6 »Slalom«	119
7 »Stangengassen«	122
8 »Stangen schräg«	126
9 »Stangenstern«	128
10 »Stangentreppe«	131
11 »Stangenvariation«	134
12 »Mikado«	136

### Schlusswort 140

Teil 2

# Führübungen



# Ein paar Worte vorab

Bevor Sie nun mit Ihren Übungen starten und eigene Übungseinheiten zusammenstellen, möchte ich, dass Sie bei jeder Übung Folgendes bedenken:

## 1.

Wie fühlen Sie sich? Wie fühlt sich Ihr Pferd? Zu Beginn jeder Übungseinheit sollten Sie sich fragen, was heute das Richtige für Ihr Pferd und auch für Sie ist. Sie lernen im Laufe der nächsten Wochen, selbstständig Übungseinheiten zu planen und durchzuführen. Vielleicht sind Sie ein Mensch, der schon am ersten Tag der Woche genau weiß, was er im Laufe der nächsten Tage trainieren möchte. Es ist durchaus sinnvoll, ein paar Tage im Voraus zu planen, aber bleiben Sie trotzdem flexibel. Es gibt Tage, da muss man von seinem Plan etwas abweichen. Sie haben vielleicht Kopfschmerzen, die Konzentration fällt Ihnen schwer oder neben dem Reitplatz werden die Wiesen gedüngt und der ratternde Traktor nervt Sie. Haben Sie Plan B, C oder im Zweifel auch Plan D und nutzen Sie einen davon, denn Alternativen sollten Sie gedanklich immer dabei haben.

## 2.

Sie erwarten die volle Aufmerksamkeit Ihres Pferdes – auch Ihr Pferd hat es verdient, dass Sie mit allen Sinnen bei ihm sind. Schalten Sie Ihr Handy aus, vermeiden Sie Bandengespräche mit Zuschauern und bleiben Sie bei Ihrem Pferd. So lassen sich auch störende Nebengeräusche hervorragend ausblenden.

## 3.

Weniger ist mehr! Bei allem, was Sie sich mit Ihrem Pferd erarbeiten wollen, gilt immer: Planen Sie in kleinen Schritten. Mischen Sie nicht zu viele Übungen und lassen Sie immer wieder vertraute Übungen mit einfließen. Festigen Sie bereits Erlerntes und nehmen behutsam Neues mit in Ihr Übungsprogramm hinein.

## 4.

Beißen Sie sich nicht fest, wenn etwas mal gar nicht gelingen soll. Nicht jede Übung, die Sie beginnen, muss mit einem Erfolg beendet werden. Fragen Sie sich lieber, warum es gerade nicht klappen will. Ist es noch zu schwer für Ihr Pferd? Geben Sie vielleicht nicht die richtigen Signale? Haben Sie zu viel verlangt? Kann Ihr Pferd sich nicht mehr konzentrieren? Können Sie das noch? Geben Sie vielleicht Signale, die einer anderen Arbeit so ähnlich sind, dass Ihr Pferd dies im Moment nicht auseinanderhalten kann? Was auch immer ... Manchmal ist es besser aufzuhören, noch ein, zwei Übungen aus der Grundlagenarbeit zu machen und trotzdem zufrieden die Arbeit zu beenden. Oft erreicht man schon in den nächsten Tagen bei der gerade gescheiterten Übung mehr, manchmal braucht es noch ein paar Wochen. Aber Sie haben schließlich Zeit.

## 5.

Abwechslung ist ein wichtiges Stichwort. Möchten Sie jeden Tag genau dasselbe tun? Ich nicht! Natürlich gibt es grundlegende Dinge, die wir immer wieder und auch jeden Tag, teilweise

sogar mehrmals, wiederholen müssen. Das gilt auch für die Arbeit mit unserem Pferd. Darüber hinaus sollten wir die Woche aber abwechslungsreich für uns und unsere Pferde gestalten. Wechseln Sie Bodenarbeit mit Reiteinheiten ab. Reiten Sie falls möglich mal in der Halle, mal auf dem Platz. Gehen Sie zwischendurch auch ins Gelände und nutzen Sie dort die ebenfalls vorhandenen guten Trainingsbedingungen.

Machen Sie einen Spaziergang und verbinden dies mit ein paar Führübungen. Damit geben Sie sich und Ihrem Pferd die Zeit, um Gelerntes an anderer Stelle zu verarbeiten und zu festigen. Pferde in reiner Boxenhaltung sollten jeden Tag ausreichend Bewegungsmöglichkeit bekommen. Unserem Pferd, das in einem Offenstall gehalten wird, gebe ich gerne auch mal einen Tag Pause.

### 6.

Sorgen Sie immer für Sicherheit – für sich und für Ihr Pferd. Benutzen Sie korrekte Hilfsmittel, ziehen Sie Handschuhe an, schützen Sie falls nötig die Beine Ihres Pferdes vor Verletzungen und weichen Sie bei manchen Übungen von der üblichen Holzstangenarbeit ab. Vielleicht nehmen Sie zu Beginn flexible und weichere Materialien, um die Bodenhindernisse auszulegen. Überfordern Sie weder sich noch Ihr Pferd. Sie tragen die Verantwortung für das, was Sie mit Ihrem Pferd machen. Also fragen Sie sich bitte gewissenhaft, was für Ihrer beider Sicherheit notwendig ist und befolgen Sie dies.

### 7.

Bodenarbeit ist korrekt ausgeführt ein sehr intensives Training für Ihr Pferd. Die meisten Übungen sollten nicht mehr als dreimal wiederholt werden. Dabei ist es ganz wichtig, dass Sie Ihr Pferd immer wieder in die Pause entlassen.

### 8.

Pause zu machen, ist absolut notwendig. Sie sind mit Ihrem Pferd voll konzentriert dreimal durch eine Übung gelaufen? Dann heißt es für Sie beide: Pause. Ich spreche dies auch laut aus. Je nach Pferdetyp wird die kurze Pause unterschiedlich ausfallen. Unser Pferd bleibt gerne stehen und lässt entspannt den Kopf hängen, bis ich es wieder zur Arbeit auffordere. Das hat den Vorteil, dass ich diese Zeit nutzen kann, um z. B. ein Hindernis wieder korrekt hinzustellen. Andere mögen lieber eine Runde im Schritt geführt werden, wobei Sie dann auf ein gleichmäßiges Tempo achten müssen. Sie wollen ja Pause machen und keine Tempi-Wechsel üben.

Ihr Pferd möchte vielleicht für diesen Moment gekraut werden. Suchen Sie sich ein Ritual aus und behalten Sie es bei. Schon wenige Minuten reichen, um wieder konzentriert weitermachen zu können.

### 9.

Arbeiten Sie mit Freude und erfreuen Sie sich an Ihrem Pferd, umso leichter werden Sie die ersten Erfolge ernten.

### 10.

Wie motivieren Sie sich und Ihr Pferd am besten? Wie schon gesagt: Arbeiten Sie mit Freude! Loben Sie zu Beginn jeden kleinen Fortschritt. Und ich meine wirklich jeden winzig kleinen Fortschritt. Je weiter Sie fortschreiten, umso mehr werden die größeren Ziele durch Lob bestärkt, aber am Anfang ist zum Beispiel schon das erste ruhige Stehen vor der ersten Übung lobenswert. Manche Pferde sind allein schon mit der Stimme zu begeistern, andere brauchen ein Täscheln des Halses, für wieder andere ist die Pause die größte Belohnung. Es gibt auch Pferde,



die lassen sich mit einer neuen Herausforderung motivieren.

Je nach Pferd gibt es auch mal ein Leckerli von mir. Ich achte dabei jedoch ganz besonders auf das weitere Verhalten. Es ist nicht erwünscht, dass das Pferd danach immer wieder nach Leckerli sucht oder gar bettelt und stupst. Ein Leckerli zur Belohnung sollte vom Pferd dankend angenommen, aber nicht eingefordert werden. Probieren Sie aus, welches Lob für Ihr Pferd die größte Motivation darstellt.

### II.

Die Gerte als Hilfsmittel ist erlaubt und teilweise sogar notwendig. Aber Sie ist niemals strafend einzusetzen. Die Gerte touchiert, zeigt, lockt und ist manchmal auch treibende Hilfe. Aber Sie tut dem Pferd nie weh.

### I2.

Trense, Halfter oder Kappzaum? Ich bevorzuge einen Kappzaum, den ich für die Bodenarbeit locker verschnalle.

Ein Halfter verrutscht schneller und kann bei schlechtem Sitz auch schon mal bis zum Auge hochgezogen werden, wenn das Pferd zum Beispiel vor einem Hindernis ausweichen möchte.

Mit der Trense ist man leider sehr aktiv im Maulbereich des Pferdes, was sehr unangenehm sein kann.

### I3.

Wenn Ihr Pferd Sie falsch versteht, fragen Sie sich, was Sie anders machen sollten, damit es Sie besser versteht. Werfen Sie ihm niemals vor, es täte dies nur, um Sie zu ärgern, und berücksichtigen Sie die Besonderheiten Ihres Pferdes. Nicht jeder Vierbeiner ist sofort voller Motivation bei der Sache, sondern bevorzugt vielleicht einen gewissen »Energiespar-Modus«. Pferde mit dieser Einstellung sind mühsamer zu motivieren, aber oft beim Ausführen der schließlich doch gelernten Übung wesentlich korrekter. Andere sind so über-eifrig, dass Sie schon vorwegnehmen, was vielleicht als nächstes kommen könnte. Manche werden dabei sehr hektisch, andere sind so verunsichert, dass Sie geradezu frech und rüpelig werden. Wie auch immer, Sie sollten Ihr Pferd gut genug kennen und richtig beurteilen, so dass es Ihnen mit der Zeit immer einfacher fällt, Unstimmigkeiten in Ihrer Kommunikation mit ihm zu vermeiden. Für jeden dieser Pferdetypen sind die folgenden Grundlagenübungen wichtig, wenn auch aus unterschiedlichen Gründen.

# Der Aufbau der Trainingseinheiten

## Die fünf Basisübungen

Auf den folgenden Seiten stelle ich Ihnen zwölf Führübungen vor. Alle Übungen bauen aufeinander auf und sollten in Ruhe und mit der notwendigen Geduld eingeübt werden. Für die ersten fünf Übungen («Finden der richtigen Führposition» bis »Zirkel«) sollten Sie sich jeweils so lange Zeit nehmen, bis Sie sich innerhalb der Übung sicher fühlen und diese korrekt ausführen können. Erst wenn Übung 1 gelingt, erarbeiten Sie sich die Übungsziele aus Führübung 2 usw. Ich empfehle, die Führübungen 1 bis 4 zu Beginn täglich wenige Minuten zu üben. Wenn Sie mit

Führübung 5, dem Zirkel, beginnen, sollten Sie zwei- bis dreimal pro Woche einen Tag mit Bodenarbeitsübungen fest einplanen.

Selbstverständlich nehmen Sie auch alle vorangegangenen Übungen in diese Bodenarbeitszeiten mit rein und gestalten so ein abwechslungsreiches Tagesprogramm. Im folgenden Beispiel veranschlage ich für jede der ersten 5 Führübungen jeweils zwei Wochen bis diese erarbeitet werden. Diese Zeit kann aber von Pferd zu Pferd unterschiedlich sein. Orientieren Sie sich hier bitte an der Regel für die Basisübungen: *Erst wenn die erste Übung sitzt, beginne mit der nächsten!*

»» Tabelle 1 · Wochen 1–10 · Die 5 Basisübungen

Woche 1	täglich 10 Minuten	F1	
Woche 2	täglich 10 Minuten	F1	Übungsziel F1 erreicht
Woche 3	täglich 10 Minuten	F1 und F2	
Woche 4	täglich 10 Minuten	F1 und F2	Übungsziel F2 erreicht
Woche 5	täglich 10 Minuten	F2 und F3	
Woche 6	täglich 10 Minuten	F2 und F3	Übungsziel F3 erreicht
Woche 7	täglich 10 Minuten	F2, F3 und F4	
Woche 8	täglich 10 Minuten	F2, F3 und F4	Übungsziel F4 erreicht
Woche 9	Tag 1	F2, F3, F4 und F5	
	Tag 2	F2, F3, F4 und F5	
Woche 10	Tag 1	F2, F3, F4 und F5	Übungsziel F5 erreicht
	Tag 2	F2, F3, F4 und F5	
	Tag 3	F2, F3, F4 und F5	

## Führübungen

Bitte variieren Sie den zeitlichen Anteil, den die Übungen, die Sie bereits beherrschen, innerhalb der Zeit des täglichen Führtrainings einnehmen. Für Sie und Ihr Pferd bleibt das Training dadurch abwechslungsreich und Sie können sich individuell auf die Bedürfnisse Ihres Pferdes einstellen.

### Die fünf Folgeübungen

In den Führübungen 6 bis 10 werden Fertigkeiten erarbeitet, die sich mit jeder Wiederholung weiter entwickeln werden. Für diese Übungen gilt, dass Sie sich mit der nächsthöheren beschäftigen

können, sobald Sie die darunterliegende in deren Grundlagen beherrschen. Das bedeutet, dass Sie bereits mit den Schlangenlinien anfangen können, wenn Sie den Bewegungsablauf der Achten verinnerlicht, aber das Übungsziel noch nicht komplett erreicht haben. Die fünf Basisübungen bleiben Bestandteil des Trainingsplans, so dass Sie immer weiter an deren Verbesserung arbeiten können. Dadurch ergibt sich im Folgenden Beispielplan recht schnell eine bunte Mischung der Übungseinheiten. Es ist Ihre Aufgabe, diese entsprechend der Bedürfnisse Ihres Pferdes zusammenzustellen. Seien Sie dabei ein ehrlicher

### »» Tabelle 2 · Wochen 11–17 · Die 5 Folgeübungen

Woche 11	Tag 1	F6	
	Tag 2	F6	Grundlagen F6 erreicht
	Tag 3	F6 und F7	
Woche 12	Tag 1	F7	
	Tag 2	F6 und F7	
Woche 13	Tag 1	F7	Grundlagen F7 erreicht
	Tag 2	F6, F7 und F8	
	Tag 3	F6 und F8	Grundlagen F8 erreicht
Woche 14	Tag 1	F7, F8 und F9	
	Tag 2	F6 und F9	
Woche 15	Tag 1	F6, F8 und F9	Grundlagen F9 erreicht
	Tag 2	F7 und F9	
	Tag 3	F8 und F10	
Woche 16	Tag 1	F6, F7 und F10	
	Tag 2	F8, F9 und F10	Grundlagen F10 erreicht
Woche 17	Tag 1	F7 und F9	
	Tag 2	F6 und F8	
	Tag 3	F10	

Betrachter und wählen Sie nicht unbedingt das aus, was Ihnen besonders leicht fällt, sondern die Übung, die Sie trainieren sollten, weil Sie Ihnen oder Ihrem Pferd schwerer fällt.

Trotz der Flexibilität in Ihrem Trainingsplan sollten alle Übungen, die Sie bereits genutzt haben, innerhalb einer Woche Bestandteil des Trainings am Boden sein. Für den Beispielplan nehme ich abwechselnd zwei und drei Bodenarbeitstage pro Woche. Alle Basisübungen kombinieren Sie bitte so, dass Tempowechsel, Zirkel, Halteübungen usw. automatisch enthalten sind. Aus diesem Grund trage ich nur die Führübungen 6 bis 10 in den Beispielplan ein.

### Die zwei weiteren Übungen für Fortgeschrittene

In Führübung 11 und 12 wird der Trab als weitere Gangart für die Bodenarbeit mit ins Programm genommen. Die nächsten zwei Wochen (oder länger, falls nötig) sollten Sie sich vermehrt darauf konzentrieren, diesen immer wieder auf geraden Strecken zu üben. Danach bauen Sie den Trab

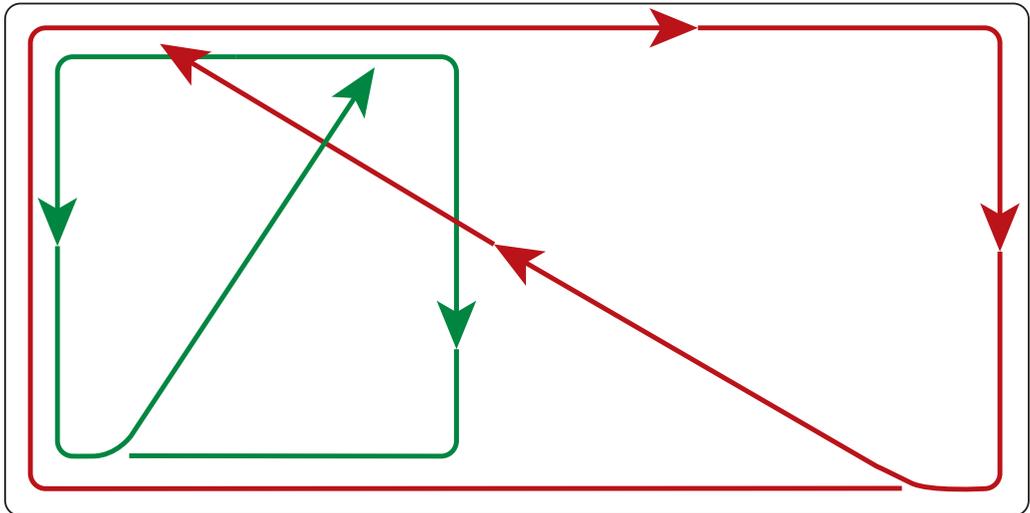
genauso in die Folgeübungen 6 bis 10 ein, wie Sie das schon mit den Basisübungen gemacht haben. Haben Sie dieses Ziel erreicht, betreten Sie den dritten Bereich dieses Buches gemeinsam mit Ihrem Pferd: In der Arbeit mit Bodenhindernissen werden Sie alle Führübungen wiederfinden und anwenden!



### Table 3 · Wochen 18–20 · Fortgeschrittenen-Übungen

Woche 18	Tag 1	F11	
	Tag 2	F6, F7, F8, F9 und F11	
	Tag 3	F11	Grundlagen F11 erreicht
Woche 19	Tag 1	F12	
	Tag 2	F6, F7, F9, F11 und F12	
	Tag 3	F11 und F12	Grundlagen F12 erreicht
Woche 20	Tag 1		
	Tag 2		
	Tag 3		aus allen Übungen individuell auswählen und Trabeinheiten integrieren.

# Führübung I: Finden der richtigen Führposition



## Warum ist diese Führübung wichtig?

Warum ist es so wichtig, eine korrekte Führposition einzunehmen und warum gibt es dazu die unterschiedlichsten Theorien? Wenn wir mit unserem Pferd arbeiten, wollen wir, dass es möglichst konzentriert und aufmerksam mit uns mitgeht. Es gibt viele verschiedene Arten, mit dem Pferd vom Boden aus zu arbeiten und manche Trainer lassen ihr Pferd dabei hinter dem Führenden herlaufen. Wieder andere bewegen sich auf direkter Höhe mit dem Pferdekopf, andere laufen auf Bauchhöhe mit. Was ist nun die richtige Position?

An dieser Stelle möchte ich nicht urteilen, welcher Trainingsansatz der einzig Richtige ist, aber ich werde erläutern, warum ich die Führposition zwischen Schulter und Kopf für sinnvoll erachte.

Ein Pferd achtet sehr auf die Körpersprache seiner Herdenmitglieder und somit auch auf die seines Menschen. Bei der Bodenarbeit setzen wir dies bewusst ein. Grob betrachtet gilt: Befinden wir uns vor dem Pferd, begrenzen wir es nach vorne, befinden wir uns hinter dem Pferd, wirken wir vorwärtstreibend. Unser Ziel sollte es immer sein, alle Hilfen auf ein Minimum zu reduzieren. Wir möchten mit wenigen Signalen ein gutes Ergebnis erzielen. Dazu reicht es im Idealfall durch eine leichte Drehung in unserem Körper und der dadurch entstehenden Verschiebung unserer Schulterpartie, das Pferd zu bremsen oder zu treiben. Dies gelingt am besten, wenn wir zwischen Schulter und Kopf laufen. Je nach Halslänge werden Sie sich mehr Richtung Kopf bzw. mehr Richtung Schulter orientieren, da Sie natürlich einen guten Kontakt zum Kopf behalten müssen.