



Inhalt



Ausbalanciert reiten: Was bedeutet das? 6

| | |
|---|----|
| Ein ganzheitliches Ausbildungs- und Trainingskonzept | 6 |
| Der ganzheitliche Ansatz | 10 |

Körperspannung, Balance und Kommunikation 12

| | |
|---|----|
| Die sportliche Komponente des Reitens | 12 |
| Die zweckmäßige Haltung des Pferdes unter dem Reiter | 15 |
| Die gleiche Ausbildungsskala für Reiter und Pferd | 21 |
| Die zweckmäßige Haltung des Reiters auf dem Pferd | 26 |
| Der korrekte »Normalsitz« | 31 |
| Der Sitz in den einzelnen Gangarten | 39 |
| Grundlagen der Tempo- und Richtungskontrolle | 44 |

Psychologie und Kommunikation 50

| | |
|---|----|
| Verhaltensmuster | 50 |
| Orientierungsrichtlinien: Belohnung und Strafe | 52 |
| Lehren und Lernen | 58 |
| Die Verständigung mit dem Pferd | 60 |
| Das Pferd zur Mitarbeit motivieren | 64 |
| Hilfen in der »Intervalltechnik« | 67 |

Erziehung und Angstbewältigung 72

| | |
|--|----|
| Artgerechte Erziehung muss Respekt und Vertrauen erzeugen | 72 |
| Angstbewältigung als Schlüssel für harmonischeres Reiten | 77 |
| Übungen zur Angstbewältigung | 79 |



Sensibilisierung – Minimierung der Signale 82

| | |
|---|-----|
| Prioritäten setzen | 82 |
| Stärkung des Rückens vor Entlastung der Vorhand | 83 |
| Was noch bedenkenswert ist | 88 |
| Unzulänglichkeiten und Änderungsbedarf bewusst machen | 103 |
| Ein »Händchen« für Pferde | 104 |
| Zäumungen und Gebisse und ihre Wirkung | 105 |
| Der richtige Kontakt zum Pferd | 109 |
| Die Bedeutung der Biegearbeit | 116 |
| Seitengänge als Sonderform der Biegung | 119 |
| Seitengänge auf dem Zirkel | 131 |
| Seitengänge im Quadrat | 131 |
| Das Rückwärtsrichten und seine Bedeutung | 133 |
| Fehler im System | 135 |

Konzentration, Harmonie und Ausstrahlung 140

| | |
|---|-----|
| Ambitioniert reiten | 140 |
| Richtig versammeln und verstärken | 144 |
| Zeitfaktoren | 148 |
| Ausbildung ohne Langeweile oder Stress | 152 |

Anhang 158

| | |
|----------------------------|-----|
| Literatur | 158 |
| Stichwortverzeichnis | 158 |
| Über die Autorin | 159 |



Ausbalanciert reiten: Was bedeutet das?

Ist Reiten Kunst, Sport oder Arbeit? – Welchen Stellenwert nimmt es in Ihrem Leben ein? – Wollen Sie sportlichen Erfolg auf Turnierplätzen? Brauchen Sie das Pferd als Partner für Ihre Arbeit? – Oder soll es Sie als Freizeitpartner stressfrei und sicher durch die Landschaft tragen? Fünf grundsätzliche Fragen und vermutlich fünfzig unterschiedliche Antworten darauf. Denn jeder setzt eigene Prioritäten, wenn es ums Reiten geht.

Ein ganzheitliches Ausbildungs- und Trainingskonzept

In den letzten zwanzig Jahren hat sich das Spektrum an Möglichkeiten, wie ein Pferdefreund seinem Hobby nachgehen (oder seinen Beruf ausüben) kann, beträchtlich erweitert.

Unterschiedliche Systeme der Pferde- und Reiterausbildung aus der ganzen Welt haben Einzug in Mitteleuropa gehalten. »Exotische« Reitweisen erfreuen sich zunehmender Beliebtheit und bringen

neue Impulse auch für die traditionelle Reiterei. Das herkömmliche Ausbildungssystem profitiert ebenso wie Reiter und Pferde von diesen Impulsen.

Und dies nicht nur bei der Arbeit unter dem Sattel, sondern auch bei der Boden- und Longenarbeit und in Form von verbesserten Haltungsbedingungen für die Pferde.

Defizite im Ausbildungssystem

Artgerechte Haltung zum Beispiel war lange genug ein Fremdwort in Deutschland. Dem modernen Stadtmenschen waren das Wesen und die Bedürfnisse seines Freizeitpartners Pferd fremd – und in konventionellen Reitschulen bekam er auch nichts davon mit. Als ich vor vierzig Jahren mit dem Reiten begann, standen die meisten Schulpferde angebunden in ihren Ständern und sahen im Winter oft monatelang nur Halle und Stall. Keiner stellte das in Frage. Ein weiterer bedenklicher Umstand war, dass das Reiten mechanisch gelehrt wurde – im Sinne von: »Drück' hier, dann tut das Pferd dieses, drück' woanders, dann tut es jenes.« Der theoretische



| Raus aus der Kraftspirale durch Minimierung von Ausrüstung und Einwirkung.

Unterricht zum Beispiel zu anatomischen Grundlagen beschränkte sich auf das Auswendiglernen der einzelnen Knochen im Pferdeskelett sowie das Herbeten von Fußfolgen. Der Zusammenhang, warum ein Pferd auf bestimmte Signale reagiert – oder auch nicht –, blieb unklar. Wer mit dem Reiten im Kindesalter anfang, lernte es meist trotzdem ganz ordentlich. Kinder haben nämlich noch ein gutes Gefühl für Balance und Gleichgewicht. Sie können sich leicht in eine Bewegung des Pferdes einfühlen, weil sie noch nicht mit Blockaden psychischer und physischer Art belastet sind, die sich der Erwachsene im Laufe seines Lebens oft »einfängt«.

Wer das grundsätzliche Feeling fürs Reiten in jungen Jahren bekommen hatte und genügend Interesse und Durchhaltevermögen aufbrachte, hatte eine Chance, sich reiterlich weiter zu entwickeln. Doch wo sich die Anweisungen von Reitlehrern in den Sätzen »Nimm die Zügel kürzer«, »Lass ihn nicht auseinander fallen« oder »Gerade sitzen«, »Mehr treiben« erschöpften, blieb manchmal auch das ursprüngliche Feeling auf der Strecke, weil immer mehr Kraft

eingesetzt wurde, um das Pferd »zusammenzuhalten«. Hinten mit den Sporen stochern und vorn festhalten war häufig das Synonym für Versammeln. Wer mit diesem System groß geworden ist, hat massive Probleme, einen Weg aus der »Kraftspirale« heraus zu finden, denn er sieht keine Alternative. Ein ganz großes Defizit – auch in den jetzt noch verbreiteten Ausbildungsmethoden – besteht darin, dass dem Reiterkörper und seinen »Spannungszuständen« zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt wird. Die meisten Ausbilder haben das Hauptaugenmerk auf der Haltung des Pferdes. Dabei ist die korrekte Haltung des Reiters wichtiger; das Pferd folgt, wenn der Reiter »richtig sitzt«. Es richtet sich an der Haltung des Reiters aus.

Reiter-plus-Pferd: Ein komplexes System in Bewegung

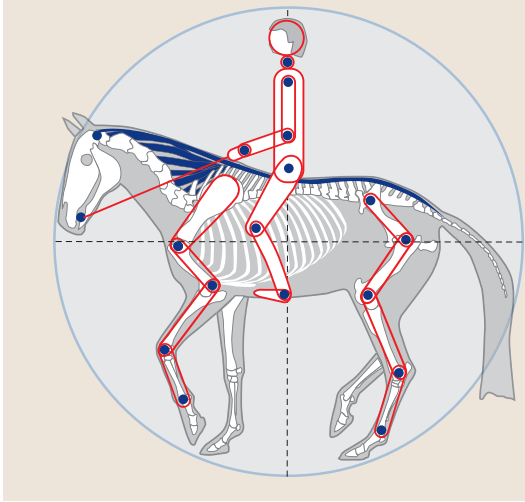
Um die Auswirkungen des Reitergewichtes auf Bewegungsfreiheit und Haltung des Pferdes zu begreifen, muss man sich klarmachen, dass Reiter und Pferd zusammen einen geschlossenen Energiekreis

bilden, in dem jede Aktion an beliebiger Stelle das ganze System beeinflusst. Jedes Problem, welches Reiter oder Pferd haben, wirkt sich dementsprechend auf den gesamten Kreis aus.

Da sich das Reiter-Pferd-System in beständiger Bewegung befindet, muss jede Korrektur die Fortsetzung der Bewegung ermöglichen. Starres Festhalten funktioniert also keinesfalls. Losgelassenheit und Durchlässigkeit von Pferd und Reiter sowie ausreichende Körperspannung von beiden sind hier die Schlüsselbegriffe. Durchlässig muss nicht nur das Pferd, sondern auch der Reiter sein; er muss nämlich die Bewegungen des Pferderückens in seinem Becken aufnehmen, umwandeln und durch seinen eigenen Körper »durchlassen«, um »in der Bewegung« sitzen zu können.

Aufgabenverteilung und Störfaktoren im Energiekreis

Der Reiter ist in diesem Energiekreis für die Stabilität und Steuerung zuständig, das Pferd für die Bereitstellung der Bewegungsenergie aus der Hinterhand. Das Pferd darf – aus Sicherheitsgründen – keinesfalls die Steuerung übernehmen, der Reiter kann das Pferd nicht in Bewegung setzen, sondern ihm nur Impulse geben – laufen muss es schließlich freiwillig. Zudem ist der Reiter für die Erhaltung des Gleichgewichts beider Partner verantwortlich. Das klingt recht einfach, ist jedoch vielschichtig und störungsanfällig durch die unterschiedlichsten konzeptionellen und biomechanischen Fehler. Dies sind immer Reiterfehler, denn ein Pferd macht keine Fehler: Es reagiert stets nur auf die Vorgaben des Reiters. So genannte Problem- oder Korrekturpferde machen es zwar dem Reiter sehr schwer, seinem »Zuständigkeitsbereich« gerecht zu werden. Dafür können sie jedoch nichts, denn sie haben es nicht besser gelernt. Der Reiter – nicht unbedingt der derzeitige – hat es nicht verstanden, seine Aufgaben im Energiekreis richtig zu erfüllen.



Störfaktor Nr. 1

Im System Reiter-plus-Pferd ist dies der unausbalancierte, instabile Sitz des Reiters, der keine gezielten Hilfen zulässt und schlimmstenfalls beide Beteiligten aus dem Gleichgewicht bringt. Das Gleichgewicht des Pferdes ist nämlich sehr viel störanfälliger als gemeinhin angenommen.

Wenn der Reiter sein Aufgabengebiet (Stabilität und Steuerung) nicht beherrscht, so kann er dem Pferd keinen Rahmen vorgeben und keine Sicherheit bieten; das verunsicherte, allein gelassene Pferd wird also tun, was es für richtig hält. Es wird selbst die Steuerung übernehmen und versuchen, sein Gleichgewicht unter dem Reiter irgendwie – mit nicht zweckmäßigen Mitteln – zu halten. Dieses »irgendwie« macht dann dem Reiter Probleme: Das Pferd versteift die Schulter, drängt aus Wendungen heraus oder kippt hinein, drückt den Unterhals heraus, sucht eine Stütze in der Reiterhand, legt sich auf den Zügel oder versteckt sich hinter dem Zügel. Es hält den Rücken fest, klemmt in der Vorwärtsbewegung oder rennt der Einwirkung des Reiters davon.

Störfaktor Nr. 2

Dies ist die übertriebene Kontrolle. Der Reiter muss zwar in der Lage sein, die Kontrolle und Steuerung zu übernehmen, darf diese jedoch nicht übertreiben. Wer sein Pferd ständig »gängel« und jede unkontrollierte Bewegung vermeiden will, darf sich nicht

wundern, wenn sich das Pferd – je nach Typ – entweder nicht mehr freiwillig bewegt oder mit einer explosiven Reaktion der Kontrolle entzieht.

Störfaktor Nr. 3

Er ergibt sich aus falschem Ehrgeiz des Reiters. Statt an sich selbst zu arbeiten, die eigene Stabilität und Konzentration sowie das eigene Gleichgewicht zu verbessern, wird am Pferd »herumgeschraubt«. Statt dem Pferd Zeit zu lassen, sich in jeder Gangart und neuen Lektion sauber auszubalancieren, wird es mit Zwang und Hilfszügeln »in Form« gebracht.

Viele Wege führen nach Rom

Im Labyrinth der inzwischen etablierten, verschiedenen Reitweisen kann sich nur zurechtfinden, wer die grundsätzlichen anatomischen und psychologischen Zusammenhänge sowohl im Pferdekörper, als auch in seinem eigenen und schließlich die Wechselwirkungen im System Reiter-plus-Pferd begreift.

Schlüsselbegriffe für jede Reitweise

- inneres und äußeres Gleichgewicht
- Stabilität
- Souveränität
- Vertrauen
- Respekt
- Sicherheit

Zudem gilt, dass der Reiter immer zuerst ins Gleichgewicht gebracht werden muss, bevor das Pferd unter ihm sein Gleichgewicht finden kann. In Institutionen wie der Spanischen Hofreitschule in Wien berücksichtigt man das und feilt mit ständigen Schulungen am Sitz – auch bei fortgeschrittenen Reitern.

Erkenntnisse

Ausflüge ins Lager der Westernreiter, der Gangpferdreiter und der barocken Reitweise bescherten mir

wichtige Erkenntnisse und eine größere Methodenvielfalt für meine eigene Arbeit, die ich inzwischen eher als »systemübergreifend« oder »ganzheitlich« bezeichnen würde. Ohne Dogmen, dafür jedoch mit individuellem Eingehen auf die Besonderheiten, Stärken und Schwächen jeder einzelnen Reiter-Pferd-Kombination.

- Es gibt immer Alternativen zu festgefahrenen Konzepten. Dass manche Dinge »schon immer so« gemacht wurden, muss nicht bedeuten, dass sie richtig sind. Man muss nur offen für neue Impulse und bereit sein, weiterzulernen und neue Wege zu beschreiten.
- Unterschiede zwischen verschiedenen Reitweisen und -stilen sind sehr viel geringer als allgemein angenommen, denn alle ernst zu nehmenden Reitstile müssen sich an den anatomischen und psychischen Gegebenheiten von Reiter und Pferd orientieren; andernfalls weisen sie Degenerationserscheinungen auf.
- Es gibt nur gutes oder schlechtes Reiten, keine guten oder schlechten Reitweisen. Alle Reitweisen sind gleich gut, wenn sie vernünftig und pferdegerecht betrieben werden und unterscheiden sich nur hinsichtlich ihrer Ziele, das heißt des Einsatzgebietes des Pferdes.
- Ausbildungskonzepte aus verschiedenen Reitstilen sind zu einem »eigenen Hilfsystem« mischbar, sofern dieses in sich stimmig ist. Das heißt, es darf weder Missverständnisse für das Pferd beinhalten noch gegen anatomische Grundregeln verstoßen. Besonders für Reiter oder Pferde mit ganz spezifischen Problemen kann es sinnvoll sein, für eine Weile oder auch dauernd von der »reinen Lehre« eines speziellen Reitstiles abzuweichen.

Vielfalt

Die Vielfalt in der modernen Reiterei ist einerseits eine sehr erfreuliche Entwicklung, weil sie verkrustete Strukturen aufbricht und dem »suchenden« Reiter ein ganzes Universum an individuellen Variations-

möglichkeiten öffnet. Andererseits birgt sie das enorme Risiko, dass essenzielle Grundlagen, die immer im Auge behalten werden müssen, vergessen werden oder in einer Informations- und Variationsflut untergehen, die kaum noch bewältigt, geordnet und richtig verstanden werden kann.

Diese Vielfalt führt außerdem zu einem weiteren Phänomen, welches sich nicht immer nur positiv auswirkt: Jeder Pferde-Guru mit einer vermeintlich »revolutionären« neuen Methode hat enormen Zulauf von Leuten, die auf der Suche nach einer einfachen und meist schnellen Lösung ihrer Probleme sind. Dass viele dieser Methoden weder neu noch revolutionär sind, sondern auf altem Wissen aufbauen, wird oft nicht erkannt. Und dass sie nur funktionieren, wenn sie sehr konsequent und mit genug Hintergrundwissen umgesetzt werden, bleibt häufig ungesagt. Ein wenig erinnert dieses Verhalten an die Menschen, die, von der traditionellen Kirche enttäuscht, ihr Heil in Sekten suchen; sie wollen geführt werden, ohne eigene Entscheidungen treffen zu müssen, wollen ein »Lebensrezept« bekommen, was nicht anbrennen und nicht verderben kann. Das funktioniert leider nicht.

Für den kritischen und erfahrenen Reiter, der seine Reiterei – gleich welcher Stilrichtung – vervollkomm-

nen will, bietet die Vielfalt jedoch eine enorme Chance. Er kann innerhalb eines von den anatomischen und psychologischen Voraussetzungen von Pferd und Reiter bestimmten Grundrahmens seine Ausbildung variieren und modifizieren und damit Mechanisierung und Langeweile vermeiden – oder auch Probleme beseitigen.

Der ganzheitliche Ansatz

Dieses Buch greift Konzepte aus verschiedenen Reitstilen auf und fügt sie hinsichtlich ihrer Eignung für ein möglichst Pferde schonendes und harmonisches Reiten zusammen. Nennen wir es einen »ganzheitlichen Ansatz«. Dabei geht es nicht nur um das »Wie«, sondern immer auch um das »Warum« einer Übung, um Sinn oder Unsinn einer Methode oder Anweisung. Insgesamt also um mehr Verständnis für die Situation des Pferdes und eine bessere Kommunikation zwischen Reiter und Pferd, um ein besseres Körper- und Bewegungsgefühl, um »mehr Sensibilität« und »weniger Kraft«.

Minimierung der Einwirkung

Im Verlauf der Ausbildung sollten Kraft und Aufwand bei der »Steuerung« des Pferdes minimiert werden – auch in schweren Lektionen. Es gilt: so viel wie nötig und so wenig wie möglich. So viel wie nötig heißt: gerade genug, um eine erwünschte Reaktion des Pferdes zu erzielen. So wenig wie möglich bedeutet: vermehrte Sensibilität und Leichtigkeit des Pferdes erreichen, indem man die Hilfen aussetzt, solange das Pferd das macht, was es soll.

Zur Orientierung im Reitweisen-Dschungel und als Leitfaden für Bezüge auf Western- bzw. klassische Reitweise, die im nachfolgenden Text immer wieder verwendet werden, will ich kurz die beiden extremen Pole der verschiedenen Reitweisen gegenüberstellen. Auf der einen Seite stehen die Arbeits- oder Gebrauchsreitweisen, zu denen der Westernstil, die

Der ganzheitliche Ansatz

- I Verbesserte Kommunikation mit dem Pferd durch besseres Verständnis für die physiologischen und psychologischen Zusammenhänge.
- I Entwicklung von besserem Körpergefühl und mehr Sensibilität bei Pferd und Reiter.
- I Sichtbare Hilfen müssen im Verlauf der Ausbildung minimiert werden.

Doma Vaquera und prinzipiell auch viele Gangpferdeausbildungen gehören. Mit Einschränkungen zählt auch die Ausbildung des Pferdes zum sicheren Gelände- und Wanderreitpferd, zum Springpferd oder zum Kutschpferd zu den gebrauchorientierten Ausbildungsmethoden. In allen geht es neben der inneren Beziehung zwischen Reiter und Pferd verstärkt um eine praktische Aufgabe, die das Team bewältigen muss: das Treiben von Rindern, das Überwinden von Gelände- oder Parcours Hindernissen oder das Ziehen eines Wagens.

Auf der anderen Seite steht die Dressur als Selbstzweck und künstlerischer Ausdruck, bei der es um die Vervollkommnung der natürlichen Bewegungen des Pferdes geht – ohne direktes gebrauchorientiertes Ziel. Diese Dressur als Selbstzweck kommt heute hauptsächlich in der Ausbildung der so genannten »Barockpferde« zum Tragen, weniger im leistungsorientierten Dressursport, den man auf Turnieren sehen kann. Dieser unterliegt zur Zeit einer Art der Reglementierung, die zu wünschen übrig lässt.

Gleiche Grundausbildung

Die verschiedenen Ausbildungsmethoden dürfen sich bei der Grundausbildung nicht wesentlich voneinander unterscheiden. Reiter und Pferd müssen körperlich trainieren sowie ein zweifelsfrei funktionierendes Verständigungssystem (Hilfensystem) entwickeln. Ziel ist das psychische und das physische Gleichgewicht von beiden. Dazu gehören Angstbewältigung, ein gutes und umfassendes Kommunikationssystem (Hilfenrepertoire), eine zielorientierte Gymnastik, um die gemeinsame Balance in der Bewegung zu erreichen und Konditionstraining. Erst in der weiterführenden Ausbildung kommen Unterschiede zum Tragen.

Das Arbeitspferd

Es wird immer mehr zum selbstständigen Mitarbeiter des Reiters, der zum Beispiel ein Rind aussortiert oder ein Hindernis selbstständig taxiert.



Stierkampfpferde sind zwar prinzipiell Arbeitspferde, brauchen jedoch eine versammelnde Ausbildung.

Die Signale des Reiters werden minimiert: Pferd und Reiter konzentrieren sich auf eine gemeinsame Aufgabe. Stärkere Versammlung ist für die meisten Aufgaben nicht nötig.

Der Reiter soll möglichst bequem und sicher sitzen, ohne das Pferd im Rücken zu stören. Deswegen werden flache Gänge des Pferdes mit wenig Rückenbewegung bevorzugt. Reiter und Pferd sollen möglichst wenig Energie verbrauchen, um lange Arbeitsdauer und weite Strecken zu überstehen.

Das Dressurpferd

Es wird immer mehr zum Tanzpartner des Reiters. Auch hier werden die Signale minimiert – Reiter und Pferd konzentrieren sich jedoch stärker aufeinander. Die Qualität der Bewegung, der Ausdruck, steht im Vordergrund. Für fortgeschrittene Lektionen ist ein hoher Versammlungsgrad nötig.

Das Pferd soll erhabene, schwingvolle Gänge zeigen. Dazu gehört viel Rückenbewegung, die vom Reiter mehr Konzentration und einen noch besser ausbalancierten Sitz erfordert. Diese Bewegungen sind nur für kurze Zeiträume gedacht und erfordern viel Energie.



Körperspannung, Balance und Kommunikation

Die richtige Körperspannung im System Reiter-plus-Pferd, um körperliche Schäden zu vermeiden – Die anatomisch richtige Haltung des Pferdes – Der effektive Sitz des Reiters – Stabilität und Beweglichkeit – Gleichgewicht – Prioritäten bei der Ausbildung und der Korrektur.

Die sportliche Komponente des Reitens

Reiter und Pferd sind Sportler. Zumindest, wenn sie sich gemeinsam als Reiter-Pferd-Kombination bewegen.

Für den Nichtreiter oder auch den nichts ahnenden pferdebegeisterten Anfänger mag das alles anfangs aussehen, als ob man sich reitenderweise nur tragen lassen müsse. Vor allem dann, wenn er harmonische Beispiele von »Reitkunst«, die diese Bezeichnung auch verdient, zu sehen bekommt. Doch spätestens beim ersten Trab merken die meisten angehenden Reiter, dass da einige ihrer Muskeln in einer Weise arbeiten müssen, die mit beiden Füßen am Boden

schwer vorstellbar ist. Und dass das einfache Sitzenbleiben auf dem Pferderücken eine beträchtliche Beweglichkeit im Beckenbereich, Balance und Konzentration erfordert. Erinnern Sie sich noch an Ihre ersten Reitstunden? Wenn Sie nicht im Kindesalter angefangen haben, wird Ihnen der erste Trab ganz schön schwer gefallen sein. Allein das Sitzen – ganz zu schweigen von irgendeiner bewussten Aktion, die das Pferd beeinflussen sollte.

Dem jungen, unerfahrenen Pferd geht es nicht anders. Nachdem es jahrelang nur sich selbst ausbalancieren musste, sitzt da irgendwann ein Mensch auf seinem Rücken, mit dessen Gewicht es zusätzlich fertigwerden soll. Und der ihm auch noch Vorschriften machen will, wann, wie und wie schnell es sich bewegen soll.

Sinnvolle Vorbereitung für Reiter und Pferd

Das junge Pferd wird häufig auf seine Aufgaben als Reitpferd besser vorbereitet als der Mensch auf die seinen als Reiter. Es lernt am Boden und an der



I Gut ausgerichtet im Schritt

Longe, auf Signale des Menschen zu reagieren. Es lernt, sich auf gebogenen Linien auszubalancieren. Es wird allmählich mit dem Gewicht des Sattels und schließlich mit dem des Menschen bekannt gemacht. Es darf eine Weile im Schritt mit dem Reitergewicht bummeln. Und die anfänglichen Arbeitsphasen mit Reiter sind sehr kurz, um seine Muskeln und Gelenke nicht zu überfordern. Dann folgt die gymnastizierende und Muskeln aufbauende Biegearbeit. Größere Belastungen werden zurückgestellt, bis das Pferd genug Kraft und Kondition entwickelt hat. Im Idealfall erstreckt sich die Vorbereitung über eine Dauer von ein bis zwei Jahren (im Profi-Pferdesport leider oft auch nicht ...).

Der werdende Reiter dagegen wird oft ins kalte Wasser geworfen, pardon – aufs Pferd gesetzt. Im besten Fall wird er allein an die Longe genommen, im schlimmsten einfach ans Ende einer Abteilung von Reitern gehängt. Erklärungen zur Technik des Sitzens oder zur (Körper-)Sprache, mittels der er sich dem Pferd verständlich machen soll, werden, wenn überhaupt, nur kurz angerissen. Oft erfolgen sie

dann, wenn der Schüler gerade genug damit zu tun hat, nicht herunterzufallen. Jede Erklärung rauscht auf diese Weise an ihm vorbei. Ein die ersten praktischen Übungen begleitender, individueller, theoretischer Unterricht und eine sinnvolle Staffe­lung der Aufgaben sowie gymnastische Übungen auf dem Pferd und vor dem Reiten als »Trocken­training« zur Verbesserung des Gleichgewichts und der Beweglichkeit sind leider nach wie vor die Ausnahme. Und gut trainierte, bewegliche Reit­anfänger sind es leider auch, sieht man einmal von Kindern und Jugendlichen ab. Da in letzter Zeit immer mehr erwachsene Reit­anfänger mit all ihren Blockaden und im Büro eingerosteten Muskeln in den Sattel steigen, sollten moderne Unterrichts­konzepte nicht nur den Longenunterricht mit Sitz­übungen und Gymnastik, sondern auch das »Trockentraining« anbieten, damit die Reiter ihren eigenen Körper besser kennen lernen und sich auch einmal in die Lage des Pferdes hineinversetzen können (z.B. bei Partnerübungen, bei denen einer das Pferd spielt und bei Übungen zum Thema Führen und Folgen).



Das Pferd muss sich unter dem Reiter ausbalancieren, ohne dass es der Reiter mit ständigem Zwang »in Form hält«.

Anatomie und Physiologie für Reiter

Um nicht »gegen die Natur« zu arbeiten, müssen wir über die Anatomie und die Physiologie unserer Pferde einiges wissen. Das Gleiche gilt für unseren eigenen Körper und seine Funktionsweise. Ohne das Pferd vermenschlichen zu wollen, möchte ich behaupten: Wenn wir unseren eigenen Körper gut kennen, können wir auch den des Pferdes und dessen Funktionsweise sehr viel besser verstehen. Beide Organismen sind hinsichtlich ihrer Physiologie sehr ähnlich, besonders was Muskelaufbau, Konditionstraining und gymnastische Übungen angeht. Der Organismus des Pferdes ist jedoch in vielerlei Hinsicht noch empfindlicher als der des Menschen. Atmungs- und Verdauungsorgane sind gegenüber den gleichen »Zivilisationskrankheiten« anfälliger wie die des Menschen (Infektionen, Allergien, Verdauungsbeschwerden usw.). Und der hoch spezialisierte Bewegungsapparat des Pferdes nimmt Bewegungsmangel oder allzu unregelmäßige Belastungen äußerst übel. Dazu kommt, dass der Rücken des Pferdes prinzipiell nicht zum Tragen taugt und durch

Training tragfähig gemacht werden muss.

Den gleichen Preis, den der Mensch für seinen aufrechten Gang bei weitgehend sitzender Tätigkeit und mangelndem Training der Rückenmuskeln bezahlt, bezahlt auch das Pferd in seinem Dienst als Reitpferd, wenn seine Muskulatur nicht ausreichend trainiert wird, um die Wirbelsäule zu entlasten. Beide haben dann nämlich Rückenschmerzen. Dem Menschen machen zum Beispiel die Bandscheiben zu schaffen, beim Pferd reiben die Dornfortsätze der Wirbel aneinander (das berühmte Kissing-Spine-Phänomen). Wer einmal selbst Probleme mit dem Rücken hatte, kann sich sicher besser in die Lage eines Pferdes mit Rückenproblemen hineinversetzen. Und er verwechselt Schmerzreaktionen aufgrund solcher Rückenprobleme nicht mit einfachem Ungehorsam.

Optimale Bewegungsfreiheit für Reiter und Pferd

Alle Richtlinien für den Sitz des Reiters und für die Haltung des Pferdes haben einen physiologischen

Grund. Für die äußere Form von Pferd und Mensch sind vor allem das Knochengestüt und die Muskeln samt Bändern und Sehnen zuständig. Die Länge der einzelnen Knochen, die Winkelung der Gelenke und die Stellung der einzelnen Körperteile zueinander, der Sehnenansatz, die Ausprägung und Struktur der Muskeln unterscheiden sich jedoch sowohl bei den einzelnen Pferden als auch bei den Reitern. Da weder alle Menschen noch alle Pferde gleich gebaut sind, kann es kein schablonenhaftes Training geben. Auch die äußere Form jedes Reiter-Pferd-Paares wird und muss sich in Kleinigkeiten unterscheiden. Und wie im Designkonzept der 1980er Jahre muss es heißen: »Form Follows Function«.

Übertragen aufs Reiten bedeutet das: Die Haltung, das heißt die äußere Form von Reiter und Pferd, muss funktionell und effektiv sein. Funktionell in dem Sinne, dass sie sowohl dem Reiter als auch dem Pferd die optimale Bewegungsfreiheit erlaubt. Das beinhaltet die Forderung, dass kein Teil des Körpers überlastet und damit etwa geschädigt werden darf. Das ist nun leichter gesagt als getan, denn allein das Gewicht des Reiters, das auf die »Wirbelbrücke« des Pferdes drückt, stellt schon eine potenzielle Gefahr für die Stabilität und für die Beweglichkeit der Wirbelsäule dar. Und dabei reden wir noch nicht von der Bewegungsenergie, die in den schnelleren Gangarten dazukommt.

Um dem Reiter-Pferd-Paar eine möglichst freie, ungehinderte Bewegung zu ermöglichen, müssen beide Einzelkomponenten des Teams ihren Körper auf die veränderten Gegebenheiten als neue »Gesamtheit« einstellen. Beide brauchen vor allem Stabilität und Balance. Und der Reiter (natürlich nicht der Anfänger) ist letztendlich dafür verantwortlich, dies für beide Partner zu gewährleisten.

Umformen und neu ausbalancieren, Asymmetrien beseitigen

Das (Reit-)Pferd muss bestimmte Muskelgruppen trainieren, damit die Muskeln schädliche Belastun-

gen des Skeletts (vor allem der Wirbelsäule und der Vorhand) verhindern. Es muss Gymnastik machen. Und die macht es nicht ganz freiwillig, denn sie ist anstrengend. Kaum ein Pferd ist in der Lage, sich ganz von allein schadensfrei mit dem Reitergewicht neu auszubalancieren. Es braucht dafür eine Anleitung durch den Reiter. Der Reiter muss deswegen mit genügend Einfühlungsvermögen auf das Pferd einwirken, um es zu dieser Gymnastik zu motivieren. Das kann er jedoch nur, wenn er seinen eigenen Körper gut unter Kontrolle hat. Der »gute Reiter« arbeitet lebenslang an seinem eigenen Körper. Er versucht, seine eigenen Asymmetrien und Steifheiten zu beheben, d.h., sich selbst gerade zu richten. Nicht nur das Pferd ist von Natur aus mehr oder weniger schief, sondern auch der Mensch. Und wie soll der Reiter ein Pferd gerade richten, wenn er selbst schief auf dessen Rücken sitzt und einen Gesäßknochen stärker belastet als den anderen? Das Bewusstwerden der eigenen Schiefe und der Ausgleich der Körperhälften sind für den Reiter essenziell. Auch hier hilft Gymnastik, besser jedoch die »langsame« Körperarbeit nach Feldenkrais, die Ungleichgewichte und Asymmetrien deutlich macht. Das Pferd muss also unter dem Reiter neu ausbalanciert werden. Sein Körper muss durch Funktionsgymnastik so umgeformt werden, dass sein Rücken tragfähig wird.

Die zweckmäßige Haltung des Pferdes unter dem Reiter

Der Spannungsbogen – die Körperspannung des Pferdes

Das Pferd braucht Körperspannung, um den Reiter »richtig« zu tragen. Sein Rücken muss nach oben kommen, damit er nicht unter dem Reitergewicht durchhängt und die wichtige Funktion als »Energie übertragende Verbindung« zwischen Hinterhand und Vorhand wahrnehmen kann. Die nötige Körperspannung des Pferdes definiert sich über den Span-

nungsbogen. Der Spannungsbogen kommt durch aktives Vortreten der Hinterbeine bei begrenzender Einwirkung durch den Zügel (Genickkontrolle) zustande. Normalerweise braucht die Erzeugung des Spannungsbogens die Einwirkung des Reiters; ab und zu kann man jedoch auch ein Pferd beim Spielen beobachten, wie es diesen Spannungsbogen selbst herstellt.

Für das Erreichen eines korrekten Spannungsbogens darf die Wirbelsäule des Pferdes nicht an einer Stelle stärker (oder auch gegenläufig) gebogen sein als an allen anderen.

Beim gerade gestellten Pferd heißt das, dass Hals und Rücken vom Genick bis zum Schweifansatz gleichmäßig gewölbt – und damit gespannt – sind. Zeigt das Pferd einen »falschen Knick«, kommt also mit der Stirnlinie hinter die Senkrechte, so knickt es die Wirbelsäule im zweiten oder dritten Halswirbel stärker ab und unterbricht damit die gleichmäßige Spannung. Das wirkt sich negativ auf die Tragfähigkeit des Rückens und auf das korrekte Untertreten der Hinterbeine aus.

Man kann das stark vereinfacht so ausdrücken: Was vorn zu viel gespannt ist, fehlt hinten. Wenn das Pferd vorn zu tief ist, kann sich die Hinterhand nicht setzen, kann auch nicht vermehrt vortreten, weil sich der Rücken im hinteren Bereich dafür noch mehr dehnen müsste. Zudem wird beim »auf den Kopf gestellten Pferd« die Schulter blockiert, was einen vermehrten Raumgriff (bei Trabverstärkungen) unmöglich macht.

Der seitliche Spannungsbogen in der Biegung

Bei der Biegung des Pferdes entsteht ein ähnlicher Spannungsbogen, der jedoch seitlich ausgerichtet ist. Die äußere Seite des Pferdes ist gedehnt, die innere Seite hohl (dort sind die Muskeln zusammengezogen). Es gilt das Gleiche wie beim »normalen« Spannungsbogen: Eine korrekte Biegung ist immer gleichmäßig. Knickt das Pferd zum Beispiel im Hals seitlich ab, so unterbricht es den Bogen am Widerrist und drängelt über die Schulter aus der Wendung.

Der Spannungsbogen beim jungen Pferd sieht anders aus als beim versammelten, ausgebildeten Pferd. Er ist flacher und damit weniger stark gespannt. Das unversammelte Pferd braucht deswegen weniger Energie, um die Spannung aufrecht zu erhalten.

Energie aus der Hinterhand – Schubkraft und Tragkraft

In der freien Wildbahn benötigt das Pferd Schubkraft, die es im Notfall schnell vorwärts bringt.

Auch für die Ausbildung des Pferdes brauchen wir diese Schubkraft, die Energie aus der Hinterhand des Pferdes, den Vorwärtsdrang; ein Teil davon muss jedoch in Tragkraft umgewandelt werden, wie wir noch sehen werden.

Produziert das Pferd zuwenig Energie aus der Hinterhand, so ist es schlecht »zusammenzustellen« (Genickkontrolle); seine Bewegungen sind zäh und stumpf – der Reiter kommt in Versuchung, es »anschieben« zu wollen und verlässt damit seinen »Zuständigkeitsbereich«.

Lenkung und Tempokontrolle beim Pferd bedeuten nichts anderes, als die Energie aus der Hinterhand zu kanalisieren (»Lenken« = Abwenden) oder zu begrenzen (»Bremsen« = Paraden). Damit Paraden »durchkommen«, muss das Pferd in der Ausbildung lernen, Bewegungsenergie beim »Bremsen« nicht auf der Vorhand abzufangen, wie es das ohne Reitergewicht meistens tun würde, sondern durch vermehrtes Winkeln in den Gelenken der Hinterhand (Hankenbeugung): Es muss Tragkraft entwickeln. Die Entwicklung der Tragkraft aus der Schubkraft ist anstrengend fürs Pferd; Hankenbeugung ist vergleichbar mit Kniebeugen beim Menschen. Untrainiert – und mit Zusatzgewicht auf dem Rücken – hält das keiner lange durch.

Kraft- und Konditionstraining fürs Pferd sind also angesagt, damit es Hinterhand und Rücken richtig zum Tragen des Reitergewichtes einsetzt. Pferde, die bei Paraden gegen die Hand gehen, der Einwirkung



! Dieser Lusitano nimmt im Spiel mit den Hunden eine Haltung ein, die auch unter dem Reiter ideal wäre.

des Reiters davonrennen oder auch solche, keine Energie mehr von hinten liefern wollen (nicht freiwillig vorwärts gehen) haben fast immer ein Problem mit der Tragkraft: Sie fallen auf die Vorhand, überlasten die Schulter und haben nicht gelernt, ihren Rücken zweckmäßig als Energie-Überträger von hinten nach vorne einzusetzen. Kurz: Sie haben ein Balanceproblem.

Unkontrollierter Schub aus der Hinterhand

Solcher bringt das Pferd auf die Vorhand und erschwert die Tempokontrolle. Da hilft es nun nichts, einfach vorn am Zügel gegenzuhalten. Damit gibt man dem Pferd nur eine Stütze – die Hand, auf die es sich legen kann. Es kommt deswegen noch mehr auf die Vorhand und rennt nun auch noch gegen die Hand des Reiters an. Auch vermehrtes Treiben bringt nichts, wenn die Hanken sich (noch) nicht vermehrt beugen können, d.h. wenn die Hinterhand noch keine Last aufnehmen kann.

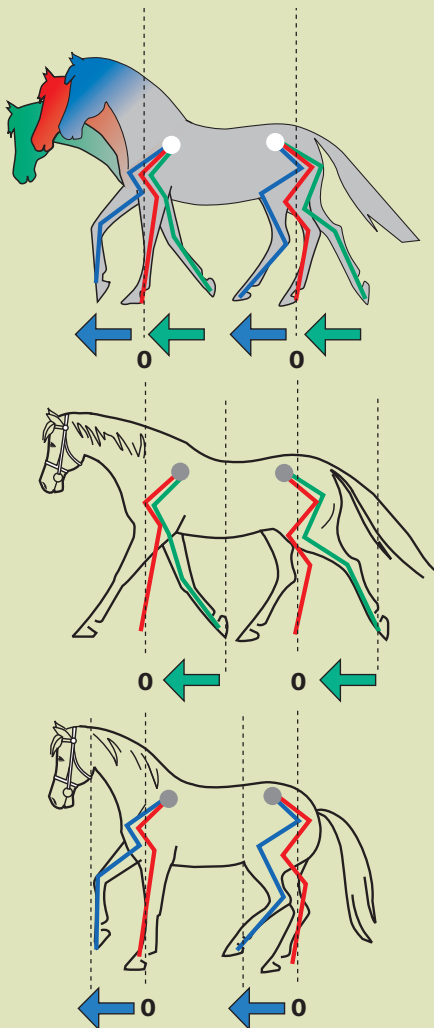
Nur durch gymnastische Übungen, wie z.B. das Schulterherein, die gezielt die Lastaufnahme eines Hinterbeines bewirken, kann ein Teil der Schubenergie in Tragkraft verwandelt werden. Diese teilweise Umwandlung der Energie ist für fast alle Reitpferde notwendig. Auf diese Weise erreichen Sie später mühelose Paraden sowie eine gute Tempo- und Richtungskontrolle, denn das Pferd setzt sich vermehrt auf die Hinterhand (Hankenbeugung), wird dadurch wendiger und leichter lenkbar. Idee für die richtige Ausbildung unter dem Reiter ist, »das Pferd vor sich zu bringen« und die Schulter anzuheben, frei zu machen (Schulterfreiheit).

Es gibt allerdings auch Pferdetypen, welche schon von Natur aus eine gut zum Tragen und Untertreten geeignete Hinterhand haben. Bei solchen Pferden muss manchmal eher die Schubkraft (für Verstärkungen und auch zum Erreichen einer korrekten Dehnungshaltung) entwickelt werden.

Auswirkungen von vermehrter Schub- bzw. Tragkraft auf die Haltung des Pferdes

0 (rot) bezeichnet die Stellung, in der das Pferd alle vier Beine gleichmäßig belastet. Die Schubkraft (grün) schiebt das Pferd in diese Stellung. Die Tragkraft (blau) wirkt aus der 0-Stellung nach vorn: Das Pferd tritt vermehrt unter – es setzt sich hinten und wird in der Schulter leicht.

Der korrekte Spannungsbogen beim versammelten Pferd: Das Genick ist der höchste Punkt. Die Hinterbeine treten weit unter den Schwerpunkt (aus der 0-Stellung nach vorn). Die Bewegungsenergie ist vorwärts-aufwärts gerichtet.



Rückenbewegung und Beckenbeweglichkeit

Es gibt Ausbildungssysteme, die die Rückenbewegung des Pferdes minimieren wollen, damit der Reiter besser sitzen kann. Die Westernreitweise gehört dazu. Ein Westernpferd soll statt eines schwingvollen Trabes mit langer Schwebephase einen langsamen »Jog« mit kurzer Schwebephase gehen. Prinzipiell ist das machbar, auch wenn sich dem Dressurreiter angesichts der »flachen« Gänge des Westernpferdes die Haare sträuben. Durch geringes Tempo, eine tiefe Hals- und Kopfhaltung des Pferdes und die Verringerung des Raumgriffs im Trab wird auch die Rückenbewegung verringert. Leider übertreiben das manche Reiter bis zur Karikatur eines Trabes, wie man es in einigen Western-Pleasure-Prüfungen sehen kann. Wenn jedoch das Pferd die Beine kaum noch vom Boden hebt, die Hinterhand »vergisst« und das Genick (ohne korrekten Spannungsbogen) unter Widerristhöhe hält, dann hat es ein Ende mit der Unschädlichkeit dieser Ausbildungsart: Das Pferd läuft dauernd »bergab« und lässt Hals und Rücken hängen.

Ein schwingender Rücken mit aktiver Hinterhand ist naturgemäß schwerer zu sitzen und erfordert eine gute Beckenbeweglichkeit des Reiters. Flache oder schwingvolle Gänge des Pferdes sind bis zu einem gewissen Grad anlagebedingt. Durch die Art des Reitens kann man jedoch aus jedem schwingvollen Pferd ein schwingloses und aus jedem »flachen« Pferd ein schwingvolleres machen. Der Reiter, der sein Becken gezielt loslassen kann, wird Rückenbewegung und Schwung seines Pferdes immer verbessern können. Reiter mit steifem, blockiertem Becken werden die Rückenbewegung ihres Pferdes immer hemmen und bei einem Pferd mit »viel Bewegung« gespannte Tritte hervorrufen, die sie nicht mehr aussitzen können. Doch auch das schwingvolle Pferd wird »bequem« für den Reiter, wenn es richtig »über den Rücken« geht und »sitzen lässt«. Es ist dies eine etwas andere Art von be-

quem – nicht im Sinne von »einfach«, sondern im Sinne von harmonisch (eine schwingende, schwebende, tänzerische Bewegung ohne jenes »Am-Boden-Kleben«, das die flachen Gänge kennzeichnet).

Dehnungshaltung – »über den Rücken gehen«

Der korrekte Spannungsbogen erfordert eine »gedehnte Oberlinie«. Für die richtige Dehnungshaltung müssen hauptsächlich die Bauchmuskeln des Pferdes arbeiten. Sie ziehen die Hinterbeine nach vorn und dehnen dabei abwechselnd die langen Rückenmuskeln. Gleichzeitig wird in der Dehnungshaltung das Nackenrückenband gespannt (= Spannungsbogen) und sorgt auf diese Weise dafür, dass Halsfundament, Rücken und Widerrist angehoben werden. Das Nackenrückenband ist über die Dornfortsätze mit allen Wirbeln verbunden, über fächerförmige Ausläufer auch mit den Halswirbeln. Dieses Band »verspannt« praktisch den Pferderücken – im positiven Sinne – wie eine Hängebrücke und macht ihn tragfähig.

Zieht das Pferd den langen Rückenmuskel dagegen zusammen (verspannt sich im Rücken, drückt den Rücken weg), dann ist das Nackenrückenband lose. Der Rücken hängt nach unten durch; die Wirbelsäule ist der Belastung durch das Reitergewicht »schutzlos« (ohne Gegenspannung) ausgeliefert.

Pferde, die »ohne Rücken« gehen, fühlen sich oft wackelig im Schulter- und Halsbereich an, weil der Rücken als Verbindung zwischen hinten und vorn nicht funktioniert. Die Schulter wird überlastet, die Haltung ist instabil; das Pferd »läuft in den Boden«.

Die Bauchmuskeln sind für die Haltung verantwortlich

Sowohl beim Pferd als auch beim Reiter sind hauptsächlich die Bauchmuskeln für die richtige Haltung verantwortlich. Die Kontraktion der Bauchmuskeln des Pferdes hebt den Rücken an und zieht die

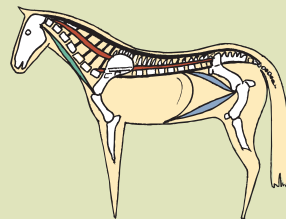
Dehnungshaltung

Der Rücken wölbt sich auf, die Hinterbeine treten unter. Das Nackenrückenband spannt (dehnt) sich und verhindert das Durchhängen der Wirbelsäule.

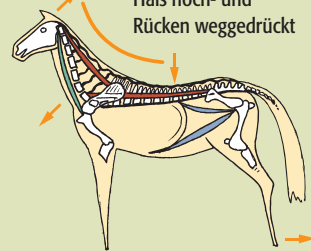
Der weggedrückte Rücken

Das Pferd hebt den Kopf, ohne unterzutreten. Der Rücken hängt nach unten durch und ist nicht tragfähig.

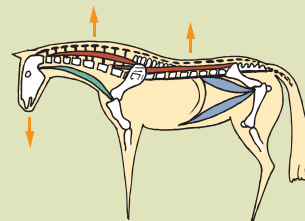
ohne Haltung



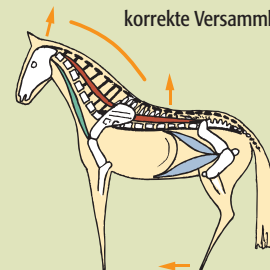
Hals hoch- und Rücken weggedrückt



Dehnungshaltung vorwärts-abwärts

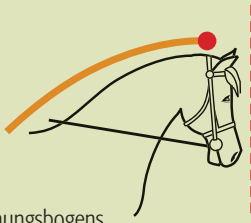


korrekte Versammlung

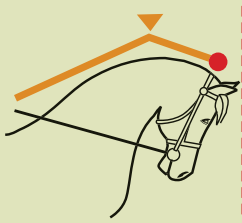


Spannungsunterbrechungen

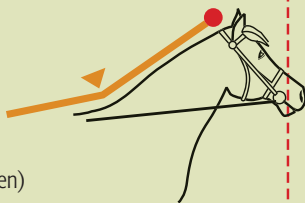
Einfluss der Kopf- und Halshaltung des Pferdes auf dessen Körperspannung



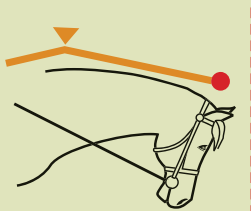
Richtige Haltung – ohne Unterbrechung des Spannungsbogens



Über dem Zügel
(über der Senkrechten)



Hinter dem Zügel
(hinter der Senkrechten)



Auf dem Zügel
(hinter der Senkrechten)

(Unterbrechungen des Spannungsbogens sind jeweils mit dem orangenen Pfeil gekennzeichnet.)

Hinterbeine nach vorn. Deswegen soll das Pferd auch bei richtiger Arbeit nicht etwa am Hals, sondern unter dem hinteren Bauch und an den Hinterbeinen schwitzen. Hat das Pferd dauerhaft einen »Hängebauch«, so weist das auf eine nicht gut entwickelte Bauchmuskulatur hin. Das Pferd geht nicht korrekt »über den Rücken«. Das Nackenrückenband ist nicht ausreichend gespannt.

Die Bauchmuskeln des Reiters steuern in Verbindung mit seinen Gesäß- und Lendenmuskeln die Stellung des Beckens. Durch Verkürzen der Bauchmuskeln kippt der Reiter sein Becken und verändert damit die Stellung seiner Gesäßknochen. Er gibt entweder den Rücken des Pferdes frei oder blockiert ihn. Durch richtige isometrische Spannung aus der Bauchmitte stabilisiert er hingegen den Oberkörper (erhöht die Körperspannung), ohne die Beckenbeweglichkeit einzuschränken.

Ausweichmanöver

Spannungsunterbrechungen

Das Pferd kann sich durch »Spannungsunterbrechung« (Ausweichmanöver) den Hilfen und der Kontrolle des Reiters entziehen. Besonders gern unterbricht das Pferd seinen gleichmäßigen Spannungsbogen im Bereich der Halswirbelsäule, insbesondere dann, wenn der Reiter unzweckmäßig einwirkt. Geht das Pferd zum Beispiel mit der Nase hinter der Senkrechten, hinter dem Zügel, so boykottiert es damit die Einwirkung des Reiters und lässt seine Zügelhilfen ins Leere laufen. (Allerdings ist dieses Ausweichmanöver meist vom Reiter durch unsachgemäße Handeinwirkung verursacht.) Auch der Reiter kann die Spannung unterbrechen, z.B. indem er mit Wackelkontakt reitet (Handfehler) oder die Körperspannung aufgibt (Sitzfehler).

Falsche oder mangelhafte Spannung im System

Doch nicht nur Spannungsunterbrechungen gefährden Stabilität und Losgelassenheit im System Reiter-plus-Pferd. Auch eine falsche bzw. zu hohe Spannung wirkt sich negativ auf die Bewegungsfreiheit und das Gleichgewicht des Systems aus. Gute Bewegung braucht rhythmische »Wechselspannung« in den Bewegungsmuskeln und isometrische Spannung in der Haltemuskulatur. Fehlt die Entspannungsphase bei der Wechselspannung, z.B. wenn das Pferd den Rücken festhält, werden die Bewegungen hart und abgehackt. Der



! Ausreichende Körperspannung bei losgelassenen Gelenken

Die richtige Haltung mit ausreichender Körperspannung

- ! Reiter und Pferd brauchen eine angemessene Körperspannung (Spannungsbogen, Aufrichtung des Oberkörpers, isometrische Spannung), dabei aber losgelassene Gelenke.
- ! Spannungsunterbrechungen oder Verspannungen bei Reiter oder Pferd an beliebiger Stelle wirken sich immer auf das gesamte System (den gesamten Energiekreis) aus.
- ! Falsche Spannung im System blockiert die Gelenke und lässt keine gezielten Hilfen aus dem Gleichgewichtssitz zu. Die Kommunikation zwischen Reiter und Pferd wird undeutlich.

Haltungskriterien für das Pferd

Optimale Stabilität und Bewegungsfreiheit

- ! Der Spannungsbogen des Pferdes ist gleichmäßig gewölbt und ungebrochen.
- ! Die Hinterbeine treten aktiv vor.
- ! Der Hals wird frei getragen, die Nase ist vor der Senkrechten.

Reiter, der sein Becken blockiert und ständig mit angezogenem Kreuz reitet oder mit dauerhaft zu festem Zügelkontakt reitet, bewirkt das Gleiche. Jeder dauerhaft verspannte Muskel bei Reiter oder Pferd führt zu einer Einschränkung der Bewegungsfreiheit im Gesamtsystem. Auch zu wenig Körperspannung bereitet Probleme. Ein Pferd mit zu wenig Grundspannung fühlt sich »schlabberig« an, es fehlt ihm an Energie, es schlurft im Sande und fällt auf die Vorhand; auch die Seitenstabilität (in Wendungen) ist gering. Das Gleiche gilt für den Reiter: Wer auf dem Pferd sitzt, wie ein »Schluck Wasser in der Linkskurve«, braucht sich nicht zu wundern, wenn sich auch das Pferd »hängen lässt«.

Die gleiche Ausbildungsskala für Reiter und Pferd

Sowohl für die Ausbildung des Reiters als auch für die des Pferdes sollten sich die Lerninhalte an der Ausbildungsskala ausrichten. Diese Ausbildungsskala ist allen (fortgeschrittenen) Reitern mehr oder weniger bekannt – für das Pferd. Für den Reiter gilt sie jedoch gleichermaßen. Die Begriffe Takt, Losgelassenheit, Anlehnung, Geraderichten, Schwung, Versammlung und Durchlässigkeit sind ausnahmslos auch auf den Reiter anzuwenden. Es ist deswegen sinnvoll, dass der Reiter einige dieser Fähigkeiten durch ergänzendes Trockentraining schon erwirbt, bevor er aufs Pferd steigt.