

Inhalt

Was ist Freestyle Horse Agility? 6	Führtraining im Trab und Galopp 35
Wie kommt man denn auf so was? 7	Der Slalom 36
Wann ist ein Pferd im richtigen Alter? 9	Der halbe Reifen 38
Geht nicht gibt's nicht 11	Die Plane 39
Welches Material für Mensch und Pferd? 12	Stangenarbeit und mehr 41
Halfter und Führseil 13	Steg und Podest 43
Beinschutz ist wichtig! 15	Die Wippe 47
Richtig gekleidet vom Kopf bis zu den Füßen 15	Flattervorhang und Schwimnudelgasse 49
Was fürs Training noch wichtig ist 16	Der Tunnel 51
Der Trainingsplatz 18	Sprung frei! 56
Ein paar Worte zu den Hindernismaterialien 19	Freispringtraining 57
Grundlagen für den Einstieg ins Horse Agility 20	Gemeinsam springen 58
Tipps für gutes Führen 21	Verschiedene Sprungvarianten 60
Wer bestimmt das Tempo? 22	Cavaletti 60
Motivation ist wichtig 23	Sprünge aus Tonnen und Autoreifen 60
Auch der Mensch muss lernen! 25	Aus der Natur: Baumstämme 61
Warm-up für Mensch und Pferd 26	Reifensprung 62
Warum aufwärmen? 27	Fit für den Parcours 64
Erste Aufwärmübungen 27	Schritt für Schritt zum ersten Parcours 65
Eine Prise „Pilates“ für Pferde 28	Der Freestyle-Parcours 67
Ein bisschen Muskelphysiologie 29	Der Sportparcours für Könner 70
Wichtiges rund ums Dehnen 29	Freestyle Horse Agility für „jederpferd“! 72
Einige Vorschläge für Dehnungsübungen 31	Übungen für junge Pferde 73
Einblick in mein persönliches Warm-up-Programm 33	Übungen für Senioren und Pferde mit Handicap 73
Los geht's mit dem Training 34	Anhang 76
Einfache Führübungen 35	Über mich und Paula 77
	Danke 77
	Stichwortregister 78

Spaß im Parcours
für jedermann und
„jederpferd“, das ist
Freestyle Horse Agility.



Was ist **Freestyle** Horse Agility?

Alle, die Freestyle Horse Agility einmal ausprobiert haben, betonen: „Agility is fun!“ Beim Horse Agility bilden Mensch und Pferd ein Team und haben gemeinsam Freude am Spielen, Laufen und Springen. Freestyle Horse Agility gymnastiziert, fördert und erhält die Beweglichkeit und verbessert die Konzentrationsfähigkeit von Mensch und Tier. Es ist eine wunderbare Möglichkeit, Pferde emotional und körperlich fit zu halten, sie mit konstruktiver Kopfarbeit zu beschäftigen, die partnerschaftliche Beziehung zwischen Mensch und Pferd zu stärken und Vertrauen aufzubauen. Zudem lässt sich Horse Agility ganz leicht individuell auf die Bedürfnisse jedes Pferdes anpassen. Es kann daher sowohl ein tolles Gelassenheitstraining für Angsthasen, eine neue Herausforderung für mutige und clevere Typen als auch Bewegungstherapie für ältere oder kranke Pferde sein. Und in jedem Fall ist es für Mensch und Tier eine willkommene Abwechslung zum Reittraining.

Das Ziel beim Freestyle Horse Agility ist das freie Arbeiten. Das Pferd durchläuft einen Parcours, überwindet dabei Hürden, läuft durch Tunnel, durchspringt Reifen, geht über Wippen und Stege, alles ohne direkte Verbindung zum Menschen durch ein Seil oder eine Longe. Im Vordergrund steht dabei der Spaß an dieser sportlichen Aktivität.

Das Fundament von Freestyle Horse Agility bildet eine Kombination aus Horsemanship-

Training, Bodenarbeit und Zirkensik. Hieraus entwickelt sich nahezu automatisch das freie Arbeiten mit den Pferden, eben das Freestylen.

Wie kommt man denn auf so was?

Das Gefühl, das ich habe, wenn ich mit meinem Pferd frei durch einen Agilityparcours laufe, lässt sich schwer in Worte fassen. Ich versuche es hier dennoch: Es ist ein Gefühl von Harmonie und Einklang. Wir laufen voller Stolz durch die Slalomstangen, nehmen mit Freude und Leichtigkeit Seite an Seite ein Hindernis nach dem anderen, und ich sage meinem Pferd mit ganz feinen Zeichen und Hilfen: „Hier möchte ich lang, kommst du mit?“ Ohne Zwang und ohne Druck gebe ich dem Pferd die Möglichkeit zu entscheiden, ob es mit mir zusammen gehen möchte oder nicht. Ich wünsche mir, dass auch Sie dieses Gefühl kennenlernen, wenn Sie diese etwas andere Art mit Pferden zu arbeiten ausprobieren, die ich Ihnen in diesem Buch näherbringen möchte.

Eine der häufigsten Fragen, die mir gestellt werden, ist: „Freestyle Horse Agility, wie kommt man denn auf so was?“ Nun ja, vor einigen Jahren war ich in England auf einer Pferdeveranstaltung, wo ich erstmals etwas über das englische Horse Agility erfuhr. Ich stellte bald fest, dass es dem ähnelte, was ich mit meinem Pferd auch mache. Allerdings schickten die Engländer ihre Pferde über und durch die Hindernisse, wie das die meisten Leute tun, die nach dem Konzept des Natural Horsemanship vorgehen, während ich aktiver mitmachte und enger mit meinem Pferd zusammenarbeitete.

Mit einem Namen für das, was ich tat – bisher hatte ich nur von Bodenarbeit gesprochen –,

**FREESTYLE HORSE AGILITY ...
... ist Bewegung für Mensch und Pferd,
Spaß und Freude für Jung und Alt!**





Gute Vorbereitung, etwas Konzentration, und los geht es!

und vielen neuen Ideen im Gepäck ging es zurück nach Deutschland. Ich konnte es kaum abwarten, die Anregungen und Eindrücke, die ich aus England mitgebracht hatte, umzusetzen und all das, was meine Gedanken beschäftigte, auszuprobieren. Auch wenn ich noch nicht alle Hindernisse hatte, schritt ich mit meinem Pferd Paula sofort zur Tat, wobei ich mich auch stark an der beliebten Hundesportart Agility orientierte.

Eigentlich genieße ich es, allein im Stall zu sein und mit unseren Pferden zu arbeiten. Gerade beim Reiten habe ich nicht gern Zuschauer. Das macht mich nervös, und meistens will dann so gar nichts klappen. Wenn

ich am Boden arbeite, zum Beispiel beim Horse Agility, ist das allerdings anders. Da stört es mich nicht, wenn mir jemand zusieht. So hatte ich bald nicht nur begeisterte Zuschauer, sondern auch Anfragen, ob es möglich wäre, beim Training mit dem eigenen Pferd mitzumachen. Ich freute mich über jeden Interessenten und gab meine Erfahrungen gern persönlich oder über das Internet weiter. Es dauerte dann auch nicht lange, bis ich Trainingsstunden für Freestyle Horse Agility außerhalb meines Stalls gab, und irgendwann kam die Idee auf, einen Verein für diese Sportart zu gründen, den Freestyle Horse Agility Pferdefreunde Modautal in Germany e. V.

Dieser Verein ließ den Bekanntheitsgrad von Horse Agility schnell ansteigen, und es häuften sich nun auch die Anfragen nach einem Buch. Hier ist es endlich – das erste deutschsprachige Anleitungsbuch für diese tolle Sportart!

Wann ist ein Pferd im richtigen Alter?

Eine Altersbeschränkung für Freestyle Horse Agility gibt es nicht. Diese Art des Trainings kann grundsätzlich an alle Pferde angepasst werden, egal, ob sie alt oder jung sind oder vielleicht sogar ein Handicap haben. Bedenken Sie nur, das älteste Pferd der Welt, „Old Billy“, soll 62 Jahre

alt geworden sein! Und ob das nun eine Legende ist oder nicht, wir kennen darüber hinaus genügend wahre Berichte von fitten, deutlich über 30-jährigen Pferden. Und da gibt es heute Reiter, die ihr Pferd bereits mit circa 20 Jahren in Rente schicken wollen, weil es ihnen zu alt geworden ist und ihren Leistungsanforderungen nicht mehr genügt. Das finde ich sehr schlimm!

Gerade beim Horse Agility gibt es viele Hindernisse, die auch ein Senior mit Freude bewältigen kann – oder warum sollte ein altes Pferd nicht mehr durch einen Tunnel oder über eine Plane laufen können?

Auch die Aussage: „Mein Pferd ist zu jung“, höre ich leider des Öfteren. Dabei kann und sollte man mit Jungpferden und sogar Fohlen

Auch Senioren können mitmachen. Es gibt viele Parcourselemente, die zu ihren Bedürfnissen und Möglichkeiten passen!





Auch für die ganz
Kleinen ist Horse Agility
ein großer Spaß.

ruhig spielerisch trainieren. Hier geht es noch nicht um die Bewältigung eines Parcours, aber kurze Führintervalle, in denen das Pferd lernt mitzulaufen, stehen zu bleiben und nach rechts und links zu wenden, überfordern das junge Tier sicher nicht. Auch das Laufen durch Pfützen sowie das Kennenlernen von Gegenständen wie Regenschirm, Wasserschlauch und Ähnlichem kann geübt werden. Es gibt vieles, was man mit jungen Pferden schon machen kann, und diese spielerische Grundausbildung bringt Mensch und Tier so viel Freude.

Freestyle Horse Agility macht also junge Pferde fit und erhält älteren Pferden die Beweglichkeit. Es ist für Pferde aller Altersstufen eine sinnvolle Abwechslung zum Reittraining, und es bringt nicht zuletzt auch den menschlichen Teampartner konditionell ein bisschen auf Vordermann.

Bereich des Reitplatzes oder ein Wiesenstück vollkommen ausreichen. Ein erster Versuch kostet Sie also nichts außer Zeit, und diese ist sehr gut investiert, denn Sie beschäftigen sich ja mit Ihrem Pferd – da kann man meiner Meinung nach aus jeder Minute etwas Positives herausziehen.

SIE SIND GEFRAGT!

Es liegt ganz bei Ihnen, was Sie aus den Ideen und Anleitungen machen, die Sie in diesem Buch finden.

Probieren Sie einfach aus! Schreiben Sie mir von Ihren Erfahrungen, die Sie beim Training gemacht haben.

Ich würde mich sehr über Ihr Feedback freuen!



Geht nicht gibt's nicht ...

... und schon gar nicht in diesem Buch und bei diesem Sport! Angesprochen sind hier alle Pferdefreunde, die offen für Neues sind, gern Dinge ausprobieren und die tägliche Arbeit mit ihrem Pferd bereichern möchten, egal, ob sie schon viel oder erst wenig Pferdeerfahrung haben, ob sie als Turnierreiter Abwechslung vom Trainingsalltag suchen, einfach neugierig sind, ein nicht reitbares Pferd sinnvoll beschäftigen möchten, selbst gerade nicht in den Sattel steigen dürfen oder, oder, oder.

Mit der Anleitung aus diesem Buch können Sie sofort ins Training für Freestyle Horse Agility einsteigen. Ich führe Sie Schritt für Schritt von den Grundlagen bis zu Ihrem ersten Parcours. Für diesen brauchen Sie dann nur ein bisschen Fantasie und etwas Platz, wobei ein abgesteckter

