

# Was Sie in diesem Buch finden

## Cavaletti-Training – was ist das überhaupt? 7

Allgemeines zur Arbeit mit dem Cavaletti	8
Schutz und Sicherheit für Pferd & Reiter	12
Welcher Boden ist geeignet?	15
Hilfsmittel	18
Warm-up und Cool-down	20
Einfluss von Exterieur und Interieur	24
Aufbau und Verwendung	26
Cavaletti einfach selbst gemacht	27

## Cavaletti-Training an der Hand 31

Allgemeines	32
Geführtes Training an der Hand	33
Training an der Longe	35
Training an der Doppellonge	38
Übungsvorschläge für Longe und Doppellonge	41

## Cavaletti-Training unter dem Reiter 47

Worauf ist beim Cavaletti-Training unter dem Reiter zu achten?	48
Besonderer Fall: jung und/oder unerfahren	54



Die Cavaletti-Arbeit ist reitweisen- und disziplinübergreifend	57
Springgymnastik	68
Cavaletti-Arbeit im Gelände	78
<b>Trainingspläne</b>	<b>85</b>
Trainingsanleitungen/Hilfestellungen/Trainingspläne	86
Trainingsplan für das geführte Arbeiten über Cavalettis	88
Trainingsplan für das Longieren über Cavalettis	92
Trainingsplan für die Cavaletti-Arbeit an der Doppellonge	96
Trainingsplan für die Cavaletti-Arbeit mit Reitanfängern	100
Trainingsplan für die Cavaletti-Arbeit mit jungen oder noch unerfahrenen Pferden	106
Trainingsplan für die Cavaletti-Arbeit mit Dressurpferden	112
Trainingsplan für die Cavaletti-Arbeit mit (angehenden) Springpferden	116
Stichwortverzeichnis	124
Über den Autor	127



# Allgemeines zur Arbeit mit dem Cavaletti

Um ein Pferd zu gymnastizieren, um Abwechslung in den Trainingsalltag zu bringen oder um den Takt und auch die Balance des Pferdes zu fördern, bietet sich das Training mit Cavalettis an. Die verschiedenen Möglichkeiten und ihre Vorteile sollen Thema dieses Buches sein.

## Was ist ein Cavaletti überhaupt?

Das Wort »Cavaletti«, eigentlich »Cavaletto«, kommt aus dem Italienischen. Damit wird ein kleines Hindernis bezeichnet, das aus einer Stange besteht, die am Rand von jeweils einem Holzkreuz getragen wird. Die Stange ist ca. 10 cm stark, in etwa wie eine normale Hinderstange im Springsport. Dabei sind die Cavalettis üblicherweise zwischen 3,5 m und 4,0 m breit. Dies hat den großen Vorteil, dass Pferde die noch unsicher oder auch unkonzentriert

sind, durch die Breite der Cavaletti trotzdem animiert werden, über diese und nicht daran vorbeizugehen.

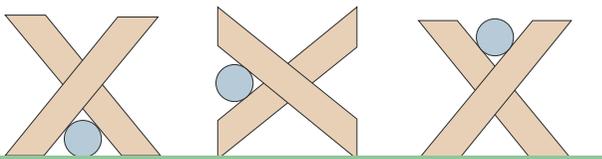
Das Cavaletti kann man sich in etwa vorstellen wie ein kleines Hindernis. Durch seine Bauart kann es in drei verschiedenen Höhen und allen möglichen und denkbaren Abständen verwendet werden. Die Trainingsmöglichkeiten sind dadurch sehr vielfältig. Aufbau und Stellung der Cavalettis sind immer vom Ziel des Trainings abhängig. Dazu später mehr.

Frederico Caprilli war es, der das Cavaletti in das allgemeine Pferdetraining und insbesondere in das Springtraining einführte. Caprilli lebte von 1868 bis 1907 und war Rittmeister der italienischen Armee sowie Ausbilder an italienischen Kavallerieschulen.

## Welchen Nutzen bringt die Cavaletti-Arbeit?

Pferde können von der Arbeit und dem Training mit Cavalettis profitieren. Zu den positiven Aspekten gehören folgende:

- Die Muskulatur wird durch das Training gelockert und besser durchblutet und dient damit der Gesunderhaltung des Pferdes.
- Das Erlernen von Koordination und Beweglichkeit wird gefördert.



Die Grafik zeigt die unterschiedlichen Höheneinstellungen eines Cavaletti.

- Durch korrektes Training entwickeln sich Schwung, Schub- und Tragkraft, drei wichtige Punkte der klassischen Skala der Ausbildung.
- Es dient dem Erlernen des Taxierens, also wie das Pferd das zu überwindende Hindernis berechnet, um nicht anzustoßen. Das kann im Gelände zum Beispiel ein zu überwindender Graben sein, den das Pferd taxieren muss, um nicht hineinzutreten, oder einfach ein Baumstamm, der im Weg liegt.
- Durch Cavaletti-Training werden Ausdauer, Kraft und auch Schnellkraft gefördert.
- Es bringt Abwechslung in den Trainingsalltag. Das führt beim Pferd zu mehr Konzentration und vor allem auch Motivation.

## Was ist bei der Arbeit mit Cavalettis zu beachten

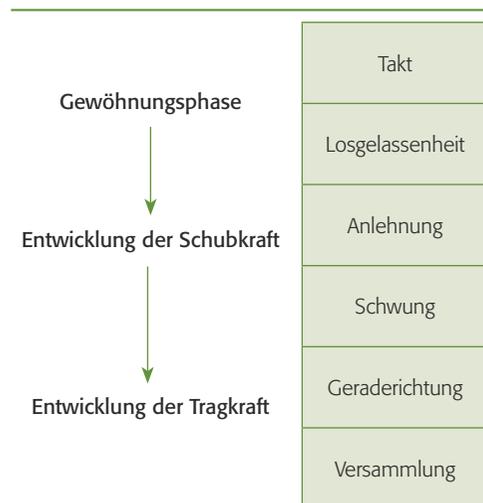
Bei allen Aktivitäten mit dem Pferd, egal ob beim Reiten, Fahren oder vom Boden aus, darf man nie vergessen, dass man es mit einem Lebewesen zu tun hat. Daher kann und darf es keine fixen Regeln geben, die für alle Pferd-Reiter-Paare Gültigkeit haben. Man sollte sich immer im Klaren sein, jedes Pferd und jeder Mensch ist verschieden, sei es vom Temperament oder auch vom Charakter.

Um Unfälle zu vermeiden, aber auch um für sich und sein Pferd den größtmöglichen Nutzen zu haben, müssen bestimmte Grundregeln beachtet und muss nach einem bestimmten System vorgegangen werden. Nur dann ist eine harmonische Zusammenarbeit zwischen Mensch und Pferd möglich, von der im besten Falle beide profitieren.

## Grundregeln im Umgang mit dem Pferd

Für die Sicherheit von Mensch und Tier sollten einige Dinge stets beachtet werden.

- Einem Pferd sollte man sich nie direkt von vorne oder von hinten nähern. Denn das Pferd kann aufgrund der Lage und Anordnung seiner Augen im Bereich vor seinem Kopf und auch direkt hinter sich nicht sehen. Dafür sehen Pferde alles von schräg vorne bis schräg nach hinten umso besser, ohne hierzu den Kopf drehen zu müssen.
- Das Pferd ist ein Fluchttier und wird daher immer erst vor der Gefahr weglaufen, als sich dieser zu stellen. In der Natur würde ein Pferd einen kilometerweiten Umweg in Kauf nehmen, um einer vermeintlichen Gefahr aus dem Weg zu gehen. Im Gegensatz zum Hund, der sich als »Raubtier« normalerweise erst mal verteidigt und gerne auch der Gefahr stellt.



Die Basis jeder Arbeit mit dem Pferd: die Skala der Ausbildung

## Der richtige Sitz

Die Sitzarten des Reiters unterscheiden sich je nach gerittener Disziplin. Dabei bleibt der Grundsatz immer gleich: Den tiefsten Punkt des Reiters bildet der Absatz. Vom Ellenbogen über die Hand zum Pferdemaul soll eine klare, ununterbrochene Linie erkennbar sein. Somit ist der Reiter immer und jederzeit in der Lage, korrekt mit seinen Hilfen auf das Pferd einzuwirken.

### Der Dressursitz

Hierbei sitzt der Reiter sehr tief im Sattel ein, beide Gesäßknochen und der Spalt bilden das klassische Sitzdreieck. Alle diese Punkte werden gleichmäßig belastet. Ein weiteres Merkmal ist die schon oben angesprochene offene Handhaltung, sodass die kleinen Finger am nächsten zusammen sind, die Fäuste sind entsprechend aufgestellt und die Daumen bilden ein »Dach« über dem Zügel, um ein Herausrutschen zu ver-

hindern. Schulter, Hüfte und Fußgelenk bilden eine senkrechte Linie. In diesem Sitz können Pferde bei der versammelten Arbeit über den Cavaletti unterstützt werden.

### Der Springsitz

Bei diesem Sitz befindet sich der Reiter wie in einer Hockstellung, das Gewicht wird in beide Bügel verlagert und mit beiden Knien weich abgefedert, dabei kommt das Gesäß immer wieder leicht in den Sattel. Die Bügellänge ist etwa zwei Löcher kürzer als im Arbeitsbügel, der auch in etwa ein Loch kürzer ist als der Dressurbügel.

Der Springsitz erlaubt dem Reiter ein Mitgehen in der Bewegung vor, am, über und nach dem Sprung. Das Pferd wird somit in seiner Bewegung nicht gestört. Der Reiter geht mit den Händen im Springsitz in Richtung Pferdemaul, so weit, wie es das Pferd in der jeweiligen Galopp- oder Sprungphase benötigt. Der Springsitz findet beim Springen oder der Springgymnastik Verwendung.

### Der Entlastungssitz

Der Entlastungssitz ist eine Mischung aus dem Springsitz mit kurzen Bügeln und dem Dressursitz mit relativ langen Bügeln. Bei diesem Sitz befindet sich der Reiter ähnlich dem Springsitz in einer Hockstellung, das Gewicht wird in beide Bügel verlagert und mit beiden Knien weich abgefedert.

Der Reiter hat hier aber die Möglichkeit, sich aufzurichten und mit dem Gesäß vermehrt in den Sattel zu kommen, um das Pferd, zum Beispiel bei versammelter Arbeit oder auch wenn mehr Druck nach vorne kommen muss, zu unterstützen.



Der Dressursitz ist aufrecht und mit langem Bein. Die Fäuste sollten noch etwas höher und ausgedreht sein.



Der korrekte Entlastungssitz: Bei etwas längeren Bügeln als im Springsitz ist das Gewicht gleichmäßig auf beide Bügel verteilt, Oberkörper in leichter Hockstellung.



Im Springsitz sind die Bügel noch einmal kürzer als im Entlastungssitz. Das Gesäß kommt aus dem Sattel und der Oberkörper geht deutlich in der Bewegung des Pferdes mit.