

Mit Spaß durch den FREESTYLE-PARCOURS

Freestyle Horse Agility eignet sich für alle Pferde. Verschiedenste Hindernisse, die mit etwas Geschick und für wenig Geld selbst gebaut werden können, lassen sich zu immer wieder neuen und individuell auf das Pferd abgestimmten Parcours kombinieren. Ob Gelassenheitstraining für Angsthasen, sportliche Herausforderung für Springtalente oder Bewegungstherapie für ältere oder kranke Pferde – alles ist möglich!

Aus dem Inhalt

- Grundlagen für Freestyle Horse Agility
- Warm-up für Mensch und Pferd
- Tunnel, Slalom, Wippe und mehr – die Hindernisse
- Sprung frei!
- Fit für den Parcours

Corinna Ertl

lebt im südhessischen Modautal. Auf der Suche nach einer neuen Beschäftigungsmöglichkeit für ihre eigene Stute Paula entwickelte sie die Idee für Freestyle Horse Agility. Mittlerweile gibt sie deutschlandweit Kurse in dieser Sportart für Mensch und Pferd. Zudem hat sie den Verein Freestyle Horse Agility Pferdefreunde Modautal in Germany e. V. gegründet.



FREESTYLE HORSE AGILITY

Corinna Ertl

CADMOS Verlag

Freestyle HORSE AGILITY



Sport auf
Augenhöhe
mit dem Pferd

9 783840 415258



www.cadmos.de
www.avbuch.at

CADMOS

CADMOS

FREESTYLE HORSE AGILITY

SPORT AUF AUGENHÖHE MIT DEM PFERD

CADMOS



(Foto: Dr. Richard Maurer)

Corinna Ertl

FREESTYLE HORSE AGILITY

SPORT AUF AUGENHÖHE MIT DEM PFERD

CADMOS

Die Autorin, der Verlag und alle anderen an diesem Buch direkt oder indirekt beteiligten Personen lehnen für Unfälle oder Schäden jeder Art, die aus den in diesem Buch dargestellten Übungen entstehen können, jegliche Haftung ab.

Achten Sie immer auf die entsprechende Sicherheitsausrüstung für sich selbst. Tragen Sie bei der Bodenarbeit Handschuhe und feste Schuhe.

Impressum

Copyright © 2012 Cadmos im Cadmos Verlag, Schwarzenbek
Erweiterte Neuauflage 2017

Titelgestaltung und Layout: ravenstein2.de
Satz: Johanna Böhm / Pinkhouse Design, Wien
Lektorat: Maren Müller
Coverfoto: Dr. Richard Maurer (rjmtierfoto.de)
Fotos: Dr. Richard Maurer (rjmtierfoto.de),
Stephen Rasche-Hilpert (equidographie.de)

Deutsche Nationalbibliothek – CIP-Einheitsaufnahme
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten.

Abdruck oder Speicherung in elektronischen Medien nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung durch den Verlag.

Print: Werbedruck GmbH Horst Schreckhase, Spangenberg

ISBN: 978-3-8404-1525-8

Inhalt

Was ist Freestyle Horse Agility?	8	Die Gasse.....	49
Wie kommt man denn auf so was?	9	Die Wippe.....	51
Wann ist ein Pferd im richtigen Alter?	11	Flattervorhang und Schwimmdelgasse.....	53
Geht nicht gibt's nicht	13	Der Tunnel	55
Welches Material für Mensch und Pferd?	14	Sprung frei!	62
Halfter und Führseil.....	15	Freispringtraining	63
Beinschutz ist wichtig!.....	17	Gemeinsam springen	64
Richtig gekleidet vom Kopf bis zu den Füßen	17	Verschiedene Sprungvarianten	66
Was fürs Training noch wichtig ist.....	18	Fit für den Parcours	74
Der Trainingsplatz.....	20	Schritt für Schritt zum ersten Parcours	75
Ein paar Worte zu den Hindernismaterialien... 21		Der Freestyle-Parcours	77
Grundlagen für den Einstieg ins Horse Agility	22	Der Sportparcours für Könnner.....	80
Tipps für gutes Führen	23	Noch mehr Abwechslung im Parcours	82
Motivation ist wichtig	25	Freestyle-Horse-Agility für „jederpferd“!	84
Auch der Mensch muss lernen!.....	27	Übungen für junge und andere rohe Pferde.....	85
Warm-up für Mensch und Pferd	28	Übungen für Senioren und Pferde mit Handicap	87
Warum aufwärmen?.....	29	Scheuttraining.....	89
Erste Aufwärmübungen.....	29	Anhang	90
Eine Prise „Pilates“ für Pferde.....	30	Über mich und Paula.....	91
Einblick in mein persönliches Warm-up-Programm	35	Danke.....	91
Los geht's mit dem Training	36	Lesetipps.....	93
Einfache Führübungen	37	Bezugsadressen.....	93
Führtraining im Trab und Galopp	37	Stichwortregister	94
Der Slalom	38		
Der halbe Reifen.....	40		
Die Plane	41		
Stangenarbeit und mehr.....	43		
Steg und Podest.....	45		

(Foto: Dr. Richard Maurer)





(Foto: Stephen Rasche Hilpert)

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! (Foto: Stephen Rasche-Hilpert)

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! (Foto: Stephen Rasche-Hilpert)



Alle Pferde können lernen,
durch einen Tunnel zu laufen.

(Foto: Dr. Richard Maurer)



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 ehr 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



Welches **Material** für Mensch und Pferd?



(Foto: Stephen Rasche-Hilpert)

Beim Lesen dieses Kapitels werden Sie feststellen, dass Sie fast sofort mit dem Training beginnen können. Die nötige Ausrüstung ist nämlich mit ziemlicher Sicherheit größtenteils bereits vorhanden, und wenn nicht, lässt sich Fehlendes leicht und kostengünstig beschaffen. Auch ein erstes Trainingsareal ist in aller Regel schnell gefunden.

Halfter und Führseil

SAFETY FIRST!

Achten Sie immer auf die Sicherheit von Mensch und Tier. Das Arbeitshalfter sollte gut sitzen. Richten Sie sich hierbei nach den Angaben des Herstellers. Egal, welches Halfter Ihr Pferd trägt, lassen Sie es damit niemals unbeaufsichtigt!

Sie können mit nahezu jedem Halfter arbeiten, denn das Halfter ist ohnehin nur ein Hilfsmittel für die Anfangsphase. Einschränkungen gibt es allerdings beim Stallhalfter. Solange es gut sitzt, kann man es bei Pferden mit solider Grundausbildung problemlos verwenden. Für junge oder aus anderen Gründen noch nicht so gut halfterführige Pferde eignet es sich aber weniger, weil man damit deutlich schlechtere Einwirkungsmöglichkeiten hat als mit anderen Halfterarten.

Für das Grundlagentraining und solange man das Pferd am Seil führt, ist ein Knotenhalfter eine gute Wahl. Ziel ist es jedoch, den Parcours völlig frei mit dem Pferd im Team zu durchlaufen. Für



Das Seil sollte so lang sein, dass es beim Laufen durchhängen kann und Sie trotzdem noch genug Seil in der Hand haben, um es sicher zu halten. (Foto: Stephen Rasche-Hilpert)

das fortgeschrittene Training bietet sich daher das von mir entworfene Freestyle-Arbeitshalfter an, das Sie über eine meiner Websites (www.agility-show.de oder www.f-h-a-g.de) beziehen können. Es hat an beiden Seiten Schlaufen, die man am Anfang etwas größer und später auch kleiner stellen kann. Die Schlaufen ermöglichen es, beim Training schnell mal gefahrlos ins Halfter zu greifen und dem eigentlich frei laufenden Pferd die Richtung zu zeigen. Man könnte zu diesem Zweck natürlich auch einen sehr kurzen Strick an ein anderes Arbeitshalfter hängen, aber vor allem bei Pferden, die gern mit tiefer Kopfhaltung laufen, besteht Verletzungsgefahr, weil sie unter unglücklichen Umständen auf den Strick treten könnten. Das kann mit den Schlaufen des Freestyle-Haltfers nicht passieren. Direkt ins Halfter zu greifen ist im Schritt noch ganz