

MEIN
GROSSES
BUCH VOM
**REITEN
LERNEN**

UTE OCHSENBAUER

KOSMOS

Inhaltsverzeichnis

Umgang und Pflegen	4
Von der Weide	6
Aus der Box	8
Rundum sicher	10
Wie wilde Pferde leben	12
Bürste, Schwamm und Tuch	14
Haarpracht kurz oder lang	16
Hufe – hart und doch empfindlich	18
Seepferde und Staubbäder	20
Beim Friseur	22
Massage gefällig?	24
Wie geht's?	26
Sunny hat Rückenschmerzen	28



Bodenarbeit	30
Halfter, Strick und Gerte	32
Pferde richtig führen	34
Tempo und Abstand	36
Führen zu zweit	38
Stangentraining	40
Wer ist der Chef?	42
Scheutrainning mit Geräuschen	44
Scheutrainning mit Plastik	46
Wilde Spiele, sanfte Regeln	48
Reiterspiele	50
Longieren mit Köpfchen!	52
Aufwärmen an der Longe	54
Deine Ausstrahlung zählt!	56
Einfach oder trickreich wenden	58
Freies Training	60
Das magische Dreieck	62



Reiten lernen	64	Es geht richtig rund!	98
Ausrüstung: sinnvoll, stabil, chic	66	Stop and Go	100
Satteln und Zäumen	68	Schritt für Schritt	102
So kommst du aufs Pferd	70	Dressurprüfung für Springreiter	104
Richtig sitzen	72	Enge Wendungen	106
Die Zügel	74	Schrittweise seitwärts	108
Hilfengebung	76	Energiespartempo Trab	110
Sitzübungen	78	Vor und zurück	112
Balance und innere Mitte	80	Hopp, hopp, hopp, Pferdchen lauf	114
Ohne Sattel reiten	82	Der Reiter auf der Erde	116
Reiten, so frei es geht	84	Ingrid Klimke – Mannschaftsolympiasiegerin	118
So halten sich Wildpferde fit	86	Im Gelände: Freiheit und Abenteuer	120
Regeln in der Reitbahn	88	Vorausschau und Rücksicht	122
Abteilungsreiten	90	Schritt im Gelände	124
Lösen und versammeln	92	Trab und Galopp	126
Bahnfiguren	94	Hindernisse im Gelände	128
Durch die ganze Bahn wechseln	96	Cavaletti springen	130
		Herausforderung Wasser!	132
		Ruhe nach dem Ritt	134
		Springreiten einmal anders	136
		Tschüss!	138



◀ Ein glänzendes Fell, blanke Augen und guter Appetit zeigen, dass Konikhengst Karl kerngesund ist.

▼ Clara fühlt den Puls von Trajan zwischen seinen Ganaschen, während Ute mithilfe der Stoppuhr des Handys die Zeit misst. Bei Trajan sind es vor dem Reiten 32 Schläge pro Minute.



Wie geht's?

Als Fluchttiere versuchen Pferde so lange wie möglich zu verbergen, dass sie krank sind. Anders als Hunde winseln sie nicht. Pferde geben keine Schmerzlaute von sich. Wenn sie nicht gerade husten, stark lahmen oder heftige Bauchschmerzen haben, muss man schon genau hinschauen, um zu entdecken, dass sie krank sind.

Manche Menschen, auch Kinder, haben die Gabe, sofort beim Betreten eines Stalles zu spüren, dass es einem Pferd nicht gut geht.

Verschiedene Punkte helfen außerdem, regelmäßig die Gesundheit des Pferdes zu überprüfen.

Sehen und fühlen

Vor und nach jedem Ritt solltest du am Pferderücken und an den Pferdebeinen entlangfahren und sie auf warme oder geschwollene Stellen oder Wunden untersuchen. Auch die Hufe solltest du gründlich reinigen und kontrollieren.

Die Gesundheit der Haut kann man am besten beim

Gesundheit ist messbar

PAT-Werte nennt man die Werte für Puls, Atmung und Temperatur. Sie werden auch bei Distanz- oder Vielseitigkeitsritten ermittelt.

Bei einem erwachsenen Pferd beträgt der Ruhepuls zwischen 28 und 40 Schlägen pro Minute. Bei Stress oder nach großer Anstrengung kann er auf bis zu 200 Schläge ansteigen!

Ein erwachsenes Pferd macht pro Minute etwa 8 bis 16 Atemzüge. Bei Stress oder großer Anstrengung beschleunigt sich die Atmung auf bis zu 100 Atemzüge. Die normale Körpertemperatur eines erwachsenen Pferdes liegt bei 37,5 bis 38,2 Grad. Bei Anstrengung steigt sie auf bis zu 40 Grad.

Nach zehn Minuten Pause sollten sich die Werte wieder an die Ruhewerte angeglichen haben.





▲ Spiegel einer gesunden Verdauung sind nicht zu feste und nicht zu weiche Pferdeäpfel.

► Clara misst Trajans Temperatur. Das Thermometer sollte an einem Band befestigt sein, damit es nicht ins Pferd rutschen kann!



▼ Leuchtende Augen, glänzendes Fell, gespitze Ohren, ein kraftvoller Galopp, der auch in den Übergängen zum Trab nicht „humpelig“ aussieht. – Nini ist ganz offensichtlich fit und zufrieden!



Bauchschmerzen = Kolik

Eine leichte Kolik erkennt man daran, dass die Ponys oder Pferde die Ohren leicht zurücknehmen, scharren, unruhig sind, sich direkt nach dem Fressen hinlegen oder gar nicht erst fressen. Wenn die Schmerzen stärker werden, schauen die Pferde nach ihrem Bauch, flehmen, treten nach dem Bauch oder wälzen sich. Egal, ob die Kolik leicht oder schon stärker ist, man sollte sofort den Tierarzt rufen!

Putzen überprüfen und erhalten. Abgescheuertes Mähnen- oder Schweifhaar ist oft ein Zeichen für Parasiten wie Würmer oder Haarlinge, kann aber auch auf eine Allergie hindeuten.

Guter Appetit und gut geformte Pferdeäpfel sind ein Anhaltspunkt für eine gute Verdauung.

Dauert eine Erkrankung länger an, verlieren die Augen und das Fell des Pferdes an Glanz. Die Augen schauen scheinbar nach innen, das Fell wirkt stumpf. Das Pferd ist lustlos und müde, vielleicht aber auch gereizt, aggressiv oder schlecht gelaunt.

► **Tipp:** Wie ein Huf aufgebaut ist, steht auf Seite 19.



◀ „Halt! Die Schranke ist zu.“ Trajan schaut sich die beiden Gerten an, die ihm den Weg versperren. Finja und Rosa stehen schön weit vorne, aber etwas zu dicht am Pferd.

▼ Rosa und Finja sprechen sich ab, wo sie anhalten, wann sie losgehen und wo es als Nächstes hingehet. Sie sind schön weit vorne, könnten aber etwas mehr Abstand zu Trajan halten.



Führen zu zweit

Ponys von zwei Seiten gleichzeitig zu führen, ist eine wichtige und wunderbare Übung. Das hat mehrere Gründe. Die „Briefftaube“, wie das Führen von beiden Seiten in der Tellington-Methode genannt wird, wirkt beinahe wie Medizin und ist in ihrer Heilkraft mit dem TTtouch durchaus vergleichbar. Woher kommt das?

Beide Seiten

Pferde benutzen, genau wie Menschen, ihre Augen unterschiedlich und bevorzugen ein Auge. Auch Hände, Füße, Hufe, Arme und Beine werden ja unterschiedlich eingesetzt und dagegen ist auch nichts einzuwenden. Manchmal führt diese Schiefe aber dazu, dass Pferde unsicher, unruhig oder aggressiv sind. Die Schiefe ist dann zu ausgeprägt und beeinflusst das körperliche und seelische Gleichgewicht negativ.

Bodenhindernisse auf beiden Seiten helfen dem Pferd, ins Gleichgewicht zu kommen. Verstärkt wird diese Wirkung noch, wenn das Pferd dabei von beiden Seiten geführt wird.

Zeichen für Schiefe beim Pferd

- Kann einen Vorder- oder Hinterhuf nicht gut geben,
- lässt sich besser von links als von rechts führen,
- kann Zirkel oder Volten links oder rechts herum besser,
- scheut häufiger vor Dingen, die auf der rechten oder linken Seite sind,
- kann dem linken Schenkel besser weichen als dem rechten,
- galoppiert rechter oder linker Hand häufig falsch an.

Linkes oder rechtes Auge

Wenn du herausfinden möchtest, welches dein stärkeres Auge ist, schaue durch einen Kreis hindurch, den du aus Daumen und Zeigefingerspitze formst. Halte die Hand mit dem Kreis in etwa 30 cm Entfernung vor deine Augen und schaue durch den Kreis hindurch auf einen kleineren Gegenstand, der sich in etwa zwei Metern Entfernung befindet. Nun schließe abwechselnd dein linkes und rechtes Auge.

Das Auge, mit dem du den Gegenstand noch sehen kannst, ist dein Führungsauge. Bei deinem anderen Auge rutscht der Gegenstand an den Rand des Kreises oder verschwindet sogar ganz daraus.

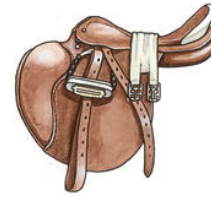


◀ Clara gurtet den Sattel so an, dass er gerade eben nicht verrutscht. Nicht gleich bombenfest ziehen! Die Bügellänge passt, wenn Bügelriemen und Bügel so lang sind wie der ausgestreckte Arm.



► Springsättel haben nach vorn gezogene Pauschen, während Dressurreiter mit tiefem Knie und gestrecktem Sitz reiten. Der Westernsattel eignet sich nicht zum Springen, ist aber im Gelände sehr bequem.

Springsattel



Dressursattel



Westernsattel



Vielseitigkeitssattel



▼ Sunny öffnet ihr Maul bereitwillig für die Trense. Clara streicht Sunnys Ohren vorsichtig unter den Genickriemen und achtet darauf, die Trense nicht über Sunnys Augen zu ziehen.

Aufsatteln

Das Befestigen des Sattels ist eine Gratwanderung. Nach dem ersten Angurten soll er zwar nicht unter den Bauch rutschen, andererseits darf er aber nicht zu fest angegurtet werden.

Am besten gurtet man im Laufe von mindestens fünf Minuten immer wieder links oder rechts ein bis zwei Löcher nach, während man das Pferd führt. Auch während der ersten Schrittphase im Sattel gurtet man noch mindestens ein Mal nach.

Die meisten Pferde pumpen sich auf, das heißt, sie tanken Luft auf Vorrat, damit die Menschen den Gurt nicht zu schnell festziehen können. Eine schlaue Vorsichtsmaßnahme! Sattel und Trense pflegt man mit Lederfett, damit sie geschmeidig bleiben. Eine Trense nach dem Einfetten wieder zusammenzubauen, ist gar nicht so einfach und eine beliebte Denksportaufgabe auf Ponyhöfen!





◀ Schon die kleinsten Koniks machen gelenkige Übungen! Die Fortsetzung der Übungsreihe im Stehen folgt auf der übernächsten Seite.



▲ Greta schließt beim Longieren die Augen. Nun fühlen sich die Bewegungen anders und intensiver an. Wann geht das innere Hinterbein vor?

Sitzübungen

Die Gelegenheit, sich auf einem ruhigen Pferd oder Pony longieren zu lassen, sollte sich kein Reiter entgehen lassen. Nicht einmal ein Olympiareiter!

Zunächst kann man sich dabei in Ruhe auf die Bewegungen des Pferdes konzentrieren. Wie fühlt es sich an, wenn das äußere Vorderbein vorgeht? Und wie, wenn das äußere Hinterbein vorgeht? Mithilfe des Longenführers lernt man, wie sich diese Bewegungen für den eigenen Körper anfühlen. Später beim Alleinreiten spürt man dann leichter, wann man im Trab aufstehen oder in der Wendung das Bein anlegen soll.

Warmmachen

Die Longenstunde eignet sich aber auch sehr gut für verschiedene Sitzübungen.

Zum Warmwerden fasst man noch im Halten mit der linken Hand nach dem rechten Fuß und umgekehrt. Nach

einigen Wiederholungen werden die Knie hochgezogen und der rechte Ellbogen zum linken Knie geführt und umgekehrt. Zumindest der erste Teil der Übung sorgt später im Schritt für echte Abwechslung!

Schultern lockern

Sitzt da jemand hinter mir? Die Schultern und Arme werden durch das Über-die-Schulter-Schauen nach links und rechts gelockert. Nimmt man die Arme mit in die Bewegung hinein, wird daraus das Ein- und Auswickeln.

Rücken und Beine

So richtig gemütlich im Schritt wird es, wenn man sich zusammenfallen lässt wie ein alter Müslisack. Als Müslisack kann man sich auch im Trab so richtig durchschütteln lassen. Zurück im Schritt wird aus dem Müslisack plötzlich eine Giraffe. Groß und anmutig folgt sie den Bewegungen des Pferdes. Zwei der langen Giraf-



▲ Mit verschränkten Händen und ausgestreckten Armen nach links und rechts wenden und dabei den Händen hinterherschauen – mindestens so anspruchsvoll wie das Kreisen der Füße!

▼ Greta fährt Fahrrad auf dem Pferd – das ist ganz schön schwierig!



▲ Alle Bewegungen, bei denen du die Mittellinie deines Körpers mit Händen oder Beinen überkreuzt, eignen sich super zum Aufwärmen.



fenbeine laufen eine Zeit lang als fünftes und sechstes Pferdebein mit. Dann kreisen sie in Achten neben dem Pferd und verwandeln sich in Fahrradpedale, die vorwärts und rückwärts getreten werden.

Am Ende lockern einige Trabunden im leichten Sitz noch einmal den ganzen Körper.

▲ Greta macht die Übung „Mühle“, dreht sich also ein Mal im Sattel herum. Das geht nur auf ruhigen Pferden, die nicht empfindlich im Rücken sind.



▲ Alle fünf Reiter in verschiedenen Phasen prima gerittener Linksvolten. Besonders schön ist zu sehen, wie die Reiter ihre linke Schulter und ihr rechtes Bein zurücknehmen und in die Richtung schauen, in die sie reiten. Ihre Schultern sollen parallel zu den Pferdeschultern sein. Finja könnte nach oben schauen und Rosa ihre Ellbogen anwinkeln.



Die kleine Schwester des Zirkels

Volten sind eine gute Gymnastikübung. Sie helfen gut aufgewärmten Pferden, ihre Muskulatur zu dehnen. Die Muskulatur der meisten Pferde ist nämlich auf einer Seite etwas kürzer als auf der anderen. Meist ist sie links verkürzt. Deshalb können sich die meisten Pferde in den Linksvolten auch leichter biegen als in den Rechtsvolten.

Auf der steiferen Seite des Pferdes reitet man etwas größere Volten. Der Durchmesser der Volte kann von anfangs zehn Metern auf sechs Meter verringert werden. Entscheidend ist, dass sich das Pferd auch wirklich biegt. Auch auf der Volte lässt sich die Hand wechseln. Dann wird die Volte zur Kehrtvolte.

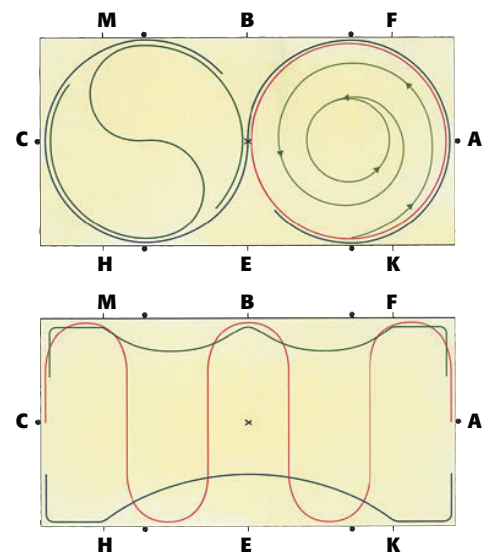
Um Tonnen herum geht es leichter

Viele Bahnfiguren lassen sich leichter reiten, wenn man sie um Hindernisse herum anlegt. Pylonen, Tonnen oder Sprungständer helfen bei der Orientierung. Das gilt auch für Achten. Sie sind eine tolle Übung für Pferd und Reiter. Am besten reitet man sie um Tonnen oder Pylonen herum.

Alle schwierigeren Bahnfiguren übt man zunächst im Schritt. Hat man das Prinzip verstanden, kann man zum Trab übergehen und am Ende versuchen, auch im

▼ Oben: In Rot: „Auf dem Zirkel geritten“, Blau: „Aus dem Zirkel wechseln“, Schwarz: „Durch den Zirkel wechseln“, Grün: „Zirkel verkleinern und vergrößern“

Unten: In Blau: „Einfache Schlangenlinie“, Schwarz: „Doppelte Schlangenlinie“, Rot: „Schlangenlinien durch die ganze Bahn, fünf Bögen“



Galopp auf pferdefreundliche und elegante Art dort anzukommen, wo man hinwollte. Bei einigen Figuren kann das allerdings Jahre dauern!

► **Tipp:** Das Reiten von Biegungen und Wendungen wird auch auf Seite 106 erklärt.



Der Profi

Seit 1998 betreibt Ingrid Klimke einen eigenen Turnierstall. Sie stellt ihre Pferde je nach Begabung in Dressur, Springen oder Vielseitigkeit vor. 2012 wurde Ingrid Klimke der Titel „Reitmeister“ für herausragende Leistungen im Sattel, langjährige herausragende Ergebnisse als Ausbilderin sowie nachahmenswertes Engagement für den Reitsport verliehen.

Unterstützt wird Ingrid Klimke von Carmen Thiemann, die die Pferde liebevoll und einfühlsam betreut und auch das Stallmanagement führt. Ingrid's Töchter Greta und Philippa sind ebenfalls begeisterte und erfolgreiche junge Reiterinnen.





◀ Pfützen und Wasser scheinen keine gruselige Angelegenheit zu sein, wenn man selbst bestimmen kann, wann man sie betritt und wann nicht.



▲ Katinka und Finja genießen den abendlichen Ritt ins Wasser. Inzwischen ist Katinka ein zuverlässiges Führpferd, das anderen Ponys die Angst vorm Wasser nimmt.

Im Gelände: Freiheit und Abenteuer

Während man in der Reitbahn sozusagen im sicheren Rahmen sattelfest wird, lässt es sich nie so genau einschätzen, welche Abenteuer und Herausforderungen man im Gelände bestehen muss. Hubschrauber, Traktoren, Rasenmäher, Kinder auf Bobbycars, Pfützen, Regenschirme oder Gullydeckel – das Gelände bietet viel Abwechslung.

Abruptes Stehenbleiben aus dem Trab und der eine oder andere Hüpfen zur Seite sind typische Pferdereaktionen im Gelände. Die meisten Pferde machen sich in einer Gruppe von mindestens zwei Pferden weniger Sorgen über Schreckgespenster, als allein.

Auch Freiheit braucht Regeln!

Bei Gruppenritten richtet man sich aus Sicherheitsgründen nach dem Können des schwächsten Reiters oder Pferdes. Gemischte Gruppen sieht man daher nur in Ausnahmefällen auch einmal im Galopp, denn für einen Gruppengalopp im Gelände brauchen Pferd und Reiter viel solide Geländeerfahrung.

Scheuen

Wenn mein Pferd scheut, bitte ich einen Reiter auf einem ruhigen Führpferd um Hilfe. Das geht dann vorneweg und ich lasse mein Pferd hinschauen, auch schnuppern. Es kann auch nützlich sein, im Schulterherein an Stellen vorbeizureiten, die dem Pferd unheimlich sind.



Natürlich hält man auch im Gelände genügend Abstand zum Vorderpferd. Hier sind es sogar zwei Pferdelängen. Reitergruppen geben Kommandos und Informationen wie: „Auto von hinten“ von Reiter zu Reiter weiter. Zum Anhalten oder Durchparieren in eine langsamere Gangart hebt der Anfangsreiter die Hand oder er gibt deutliche Stimmkommandos.