



Anatomisch richtig reiten

*Wie bewegt sich ein Pferd und wie trägt es einen Reiter?
Welche Haltung ist für das gerittene Pferd gut, welche schädlich?
In diesem Artikel geht es um die Biomechanik des Pferdes
und die daraus folgenden Konsequenzen fürs Reiten.*



*Dieses Pferd geht gegen den Zügel.
(Foto: www.horse-art.ch)*

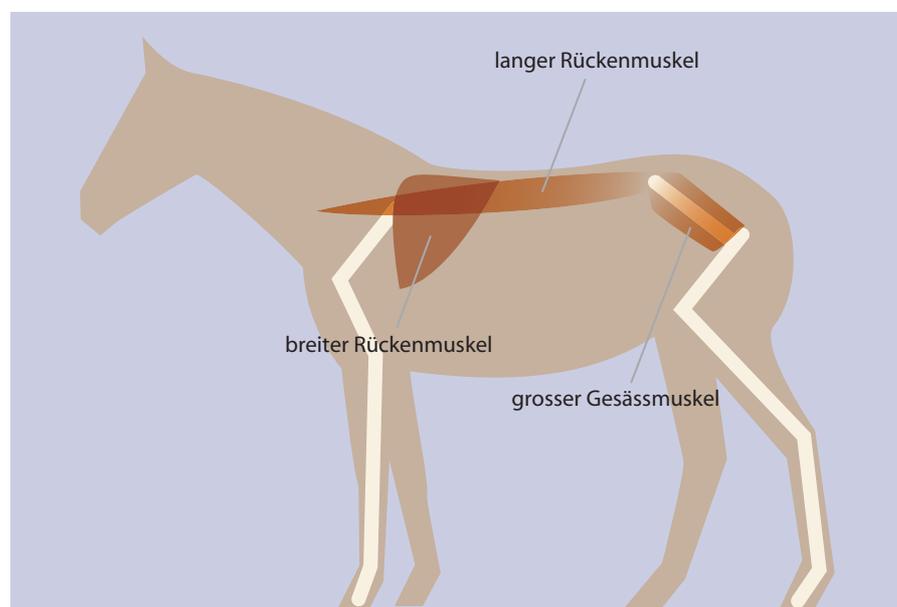
Das ungeübte Pferd: gegen den Zügel/über dem Zügel

Rücken und Hinterhand

Setzt sich ein Reiter auf ein Pferd, so gibt dessen Wirbelsäule unter seinem Gewicht nach und der Rücken senkt und höhlt sich. Das ungeübte Pferd bleibt mehr oder weniger in dieser Hohlstellung. In dieser Haltung ist das Pferd steif und (abhängig von der individuellen Gangveranlagung) relativ unbequem zu sitzen. Das Pferd ist verkrampft im Hals und Rücken.

Ein verkrampfter langer Rückenmuskel zieht immer eine schlechte Hinterhandtätigkeit nach sich. Wie du auf der (vereinfachten) Grafik unten sehen kannst, ist der grosse Gesässmuskel mit dem langen Rückenmuskel verbunden. Das Pferd kann also nicht optimal untertreten, wenn seine Rückenmuskulatur verkrampft ist. Umgekehrt kann der Rückenmuskel auch nicht richtig arbeiten, wenn der Gang des Pferdes behindert ist.

Über dem langen Rückenmuskel liegt der breite Rückenmuskel. Die Bewegungen des langen Rückenmuskels übertragen sich somit auch auf den breiten Rückenmuskel. Der breite Rückenmuskel wiederum ist verbunden mit dem Oberarm. Ein verkrampfter Rücken behindert also auch die Schulterfreiheit und somit den Raumgriff der Vorhand.



Ein Extremfall von zurückgebildeter Rückenmuskulatur: Dieses Pferd wurde derart falsch geritten, dass es selbst ohne Reiter nicht mehr galoppieren konnte!

Jeder arbeitende Muskel wächst im Laufe des Trainings. Muskeln, die unter Dauerspannung stehen, können sich aber nicht entwickeln. Bei der Arbeit fallen Stoffwechselprodukte an, die über das Blut aus dem Muskel wegtransportiert werden müssen. Das geht nur, wenn der Muskel gut durchblutet ist. Ein korrekt arbeitender Rückenmuskel verkürzt und entspannt sich im Takt des Ganges. Das ermöglicht eine optimale Durchblutung. Der festgehaltene Rückenmuskel hingegen wird sozusagen durch diese Stoffwechselprodukte vergiftet. Er kann nicht wachsen, sondern bildet sich im Gegenteil gar zurück. Je stärker ein Pferd seinen Rücken verkrampft um dem Reitergewicht auszuweichen, desto schlechter ist seine Rückenbemuskelung.

Hals

Ein Pferd in Hohlstellung geht mit mehr oder weniger hohem Hals. Die Halswirbelsäule wird dabei S-förmig zusammengeschoben und verkürzt sich. Die Zeichnung auf der nächsten Seite veranschaulicht, was im Hals des Pferdes ungefähr vor sich geht. Der mittlere Teil der Halswirbelsäule hängt nach unten durch, die Halsoberlinie des Pferdes ist angespannt und somit gerade oder nach unten gekrümmt. Zügelhilfen weicht das Pferd meist nach hinten aus, indem es den Hals noch mehr anhebt, oder es geht gegen den Zügel, das heisst, es drückt dagegen. Das Pferd kann nicht im Genick nachgeben, denn die Muskeln an der Halsobenseite ziehen dieses ja nach hinten. In der hohen Halshaltung sind auch die Kiefer-

muskeln angespannt. Andernfalls würde sich das Maul des Pferdes öffnen. Das Pferd beisst also die Zähne zusammen und reagiert schlecht auf Zügelhilfen. Diese Haltung verursacht grosse muskuläre Verspannungen im Pferd. Die hohe Kopfhaltung ist zudem eine Alarmhaltung (Fluchtbereitschaft), die auch mit psychischer Anspannung verbunden ist.

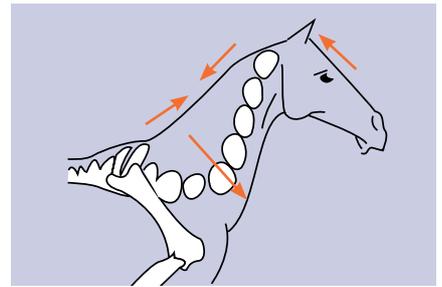
Gleichgewicht

Einem Pferd, das gegen den Zügel geht, fällt es schwer, sich unter dem Reiter auszubalancieren und so versucht es oft, möglichst alle vier Beine auf dem Boden zu behalten. Es geht also mit schleppendem Gang oder es sucht sein Heil in der Geschwindigkeit und rennt. Du weisst selber, dass es einfacher ist, in hohem Tempo das Gleichgewicht auf dem Fahrrad zu halten. Je langsamer du fährst, desto mehr kommst du ins Schwanken – wie das Pferd.

Die Extremform dieser Haltung ist das Pferd, das stark über dem Zügel geht. Es wirft den Kopf hoch und drückt den Rücken nach unten durch. Mach mal ein ganz stark hohles Kreuz, dann hast du ungefähr eine Vorstellung davon, wie unangenehm diese Haltung für das Pferd sein muss. Stell dir vor, du müsstest auf diesem hohlen Rücken auch noch einen Reiter tragen! Eine derart hohle Haltung ist äusserst schädlich für das gerittene Pferd. Vielleicht fragst du dich, warum das Pferd dann überhaupt so eine Haltung einnimmt. Diese Haltung nehmen dauerhaft fast ausschliesslich Pferd ein, die starkes Unbehagen im Rücken oder/und Maul haben. Sie versuchen so, dem Druck zu entfliehen.

Der Rücken des Pferdes kann in dieser Haltung kaum schwingen, die Hinterbeine können folglich nicht weit untertreten. Das Pferd ist sehr hart zu sitzen und bekommt wohl auch die Bewegungen des Reiters ebenso hart im Rücken zu spüren, da der Rücken keine Bewegungen mehr abfedern kann.

Auch die Halswirbelsäule des Pferdes hängt durch. Ihr unterer Teil sackt ab; zusammen mit den Muskeln, die in der hohen Kopfhaltung ebenfalls nach vorne unten gedrückt werden, ergibt sich deutlich sichtbar der typische Unterhals. Geht ein Pferd dauerhaft gegen den Zügel, senkt sich die Halswirbelsäule ab und der Unterhals ist auch am stehenden Pferd sichtbar. Im Gegenzug bilden sich die Muskeln am Oberhals zurück, da sie nicht entsprechend ihrer Funktion genutzt werden.



*Oben: Auffalten der Halswirbelsäule
Unten: Dieses Pferd geht nur kurzfristig so stark über dem Zügel. Es wollte auf und davon galoppieren und wehrt sich hier gegen die kurzfristig stärker einwirkenden verhaltenden Hilfen.
(Foto: www.horse-art.ch)*

Dehnungshaltung

Ein Pferd wiegt mehrere hundert Kilogramm. Falsche Haltungen stellen somit sofort grosse Fehlbelastungen für die Knochen und Gelenke dar. Erst recht, wenn das Pferd noch einen Reiter trägt und in Bewegung ist, wo noch viel grössere Kräfte auf es einwirken. Das Pferd ist von Natur aus nicht dazu geschaffen, Lasten zu tragen. Von Natur aus weiss es nicht, wie es das am angenehmsten macht. Der Reiter muss darum das Pferd in eine Haltung bringen, in der es ihn unbeschadet tragen kann und nicht in seinen Bewegungen behindert wird. Das junge Pferd (in Bezug auf die Ausbildung) wird als erstes in die Dehnungshaltung gebracht.

Rücken

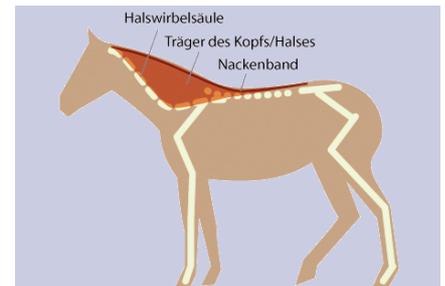
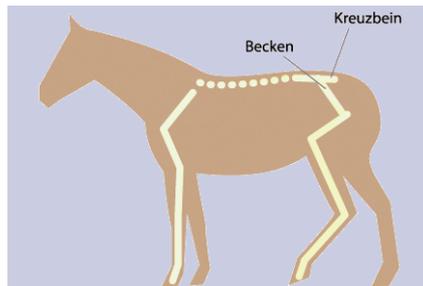
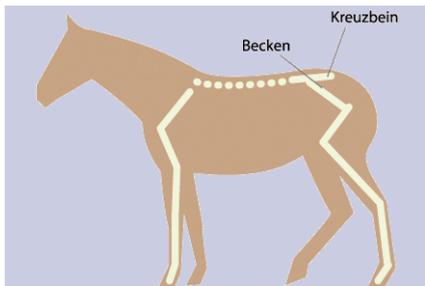
Anders als oft angenommen, ist es nicht Aufgabe der Rückenmuskulatur, den Reiter zu tragen, denn dazu ist sie nicht geschaffen. Der lange Rückenmuskel ist fleischig. Das bedeutet, dass er nicht für Dauerspannungen gemacht ist, sondern dafür, sich im steten Wechsel zusammenzuziehen und wieder zu dehnen. Er dient also der Fortbewegung. Als Bindeglied zwischen Vorder- und Hinterbeinen fällt ihm damit eine wichtige Funktion zu. Der Reiter muss das Pferd also in eine Haltung bringen, in der sein Rücken ungestört arbeiten kann. Das Tragen des Reitergewichts fällt nicht der Rückenmuskulatur zu.

Hinterhand

Hier kommen nun die Hinterhand und der Hals ins Spiel. Jedes Mal, wenn das Pferd das Hinterbein beugt, wird auf der jeweiligen Seite auch sein Becken gekippt. Das Becken ist mit dem hinteren Teil des Rückens, dem Kreuzbein verbunden. Das Kippen des Beckens nach hinten bewirkt somit ein leichtes Aufwölben des Rücken von hinten. Je stärker das Pferd das Becken kippt, desto mehr wird der Rücken aufgewölbt. Damit ist schon der erste

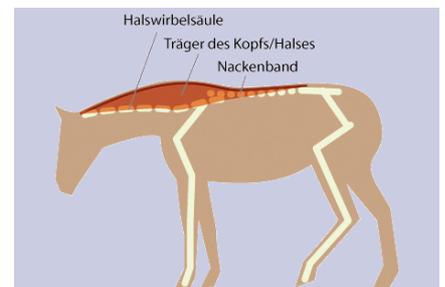


*Pferd in Dehnungshaltung
(Foto: www.horse-art.ch)*



Links, Mitte: Aufwölben des Rückens beim Untertreten
Rechts, unten: Aufwölben des Rückens durch Senken des Halses

Schritt getan, um der Höhlung des Pferderückens durch das Reitergewicht entgegenzuwirken. Das Becken wird um so stärker gekippt als das Pferd weiter untertritt.



Hals

Eine wichtige Rolle kommt auch der so genannten «oberen Verspannung» zu. Sie besteht aus dem Nackenband, das vom Hinterhaupt des Pferdes über den ganzen Rücken läuft, sowie einer Vielzahl von Muskeln, die von den Dornfortsätzen des Rückens zu den Halswirbeln oder zum Hinterhaupt des Pferdes führen. Das Nackenband ist ein sehniger Strang und somit ein passiver Träger, der dafür geschaffen ist, Spannung über längere Zeit zu halten. Ebenso sind die angesprochenen Muskeln, die Träger des Kopfes und des Halses, von sehnigen Streifen durchzogen, was sie zu einer Dauerspannungsleistung befähigt.

Senkt und längt das Pferd den Hals, so ziehen diese Muskeln und Bänder die Dornfortsätze des vorderen Rückens nach vorne. Beachte, das wirklich hauptsächlich nur der vordere Teil des Rückens so angehoben wird. Selbst wenn die obere Verspannung noch Lendenwirbel nach vorne ziehen sollte, so wäre dies allein nicht wünschenswert. Wir wollen ja, dass das Pferd seinen Rücken aufwölbt, so dass die Dornfortsätze der Lendenwirbel von den Dornfortsätzen der Brustwirbel wegzeigen. Würden die Lendenwirbel, die von Natur aus schon leicht vorwärts geneigt sind, weiter nach vorne gezogen, so erreichten wir keine Wölbung des Rückens. Es ist also zwingend notwendig, dass das Pferd hinten gut untertritt und so das Becken zum Kippen bringt.

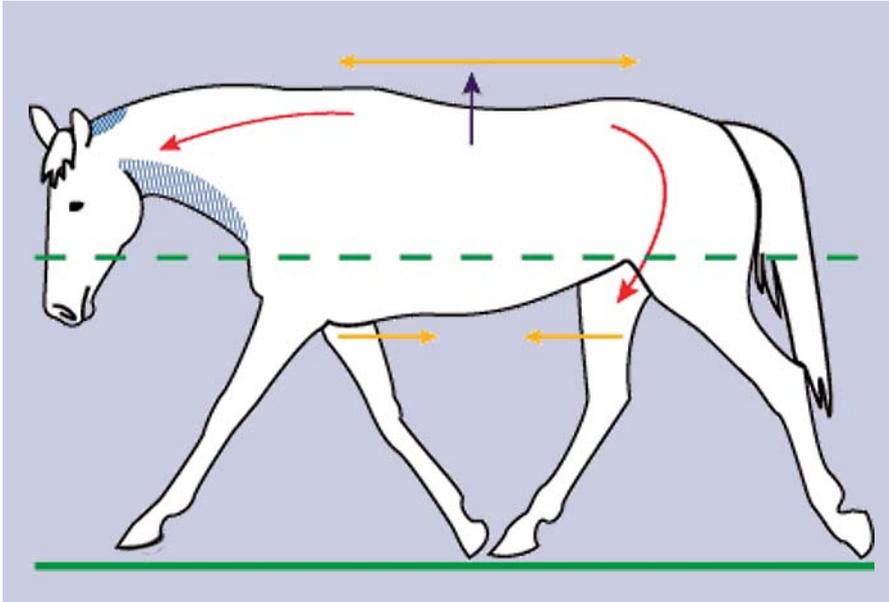
In der Dehnungshaltung arbeiten nur die kurzen Muskeln des Oberhalses am Übergang vom Widerrist zu den unteren Halswirbeln. Sie heben das Fundament des Halses an. Die langen Muskeln im Oberhals leisten zusammen mit dem Nackenband nur passive Haltearbeit und werden gedehnt. Wenn du eine schwere Einkaufsstüte anhebst, leistest du aktive Muskelarbeit. Die Muskeln, die fürs Anheben der Tüte gebraucht werden, ziehen sich zusammen; je höher du die Tüte hebst und je schwerer sie ist, um so mehr verkürzen sie sich. Wenn du die Tüte trägst ohne sie noch zusätzlich anzuheben, dann leisten diese Muskeln nur noch passive Haltearbeit. Die Haupt-«Arbeit» am Hals leistet in der Dehnungshaltung die Schwerkraft. Der Kopf des Pferdes fällt von selbst in die Haltung leicht vor der Senkrechten, wenn das Pferd die Muskeln im Genick entspannt. Der Hals muss ebenfalls nicht durch Muskelkraft heruntergezogen werden sondern sinkt allein durch die Schwerkraft – so weit, wie es die Muskeln im Oberhals eben zulassen.

Die Wichtigkeit der Dehnungshaltung

Das ist der Grund, weshalb Dehnungshaltung auch für das weiter ausgebildete Pferd immer noch wichtig ist: In dieser Haltung werden seine Muskeln gedehnt und können sich lösen. Ein Muskel kann sich nämlich nicht selber wieder auseinanderziehen, nach dem er sich verkürzt hat. Er bleibt so lange verkürzt, bis eine andere Kraft ihn wieder dehnt. Das kann ein anderer Muskel, durch den Stoffwechsel verursachte Bewegungen (Blutzirkulation, Verdauung) oder eben auch die Schwerkraft sein. Abgesehen von den Muskeln am Halsansatz und den Muskeln, die für die Fortbewegung notwendig sind, arbeitet in der Dehnungshaltung kaum ein Skelettmuskel aktiv, in dem er sich zusammenzieht. Die Dehnungshaltung dient also auch zur Entspannung nach anstrengender Arbeit. Erfahrungsgemäss arbeiten Pferde viel besser mit und ermüden weniger schnell, wenn man sie alle paar Minuten und besonders nach schwierigen Lektionen wieder in Dehnungshaltung reitet.

Die Halswirbelsäule des vorwärts-abwärts gehenden Pferdes streckt sich, die Muskeln am Halsansatz heben die unteren Wirbel an – der Unterhals verschwindet, der Hals wird länger. Weiterhin wird dadurch die Schulter frei. Das Pferd kann die Vorderbeine weiter vorschwingen und gewinnt an Raumgriff.

In der Dehnungshaltung werden wichtige Muskelgruppen trainiert. Einen schlecht bemuskelten Rücken baut man am besten durch Reiten in Dehnungshaltung auf. Einen Hirschoder Unterhals bringt man am schnellsten weg, wenn das Pferd viel in Dehnungshaltung geritten wird. In der Dehnungshaltung lernt das Pferd, das Gewicht des Reiters richtig zu tragen. Über die Dehnungshaltung findet es zu Selbsthaltung und im Lauf der Ausbildung richtet es sich – wenn es dazu bereit ist – von selber aus der tiefen Dehnungshaltung immer



Diese Grafik verdeutlicht, was in der Dehnungshaltung passiert. Das Pferd dehnt den Hals vorwärts-abwärts und tritt mit den Hinterbeinen möglichst weit unter den Körper. (Rote Pfeile) Dadurch wird der Rücken aufgewölbt. (Blauer Pfeil) Die Oberlinie des Pferdes wird länger. (Gelbe Pfeile) Das Pferd geht in einem horizontalen Gleichgewicht. (Grüne Linien) Unterhals und Genick sind entspannt. (Blaue Schraffur)

mehr auf. Die Dehnungshaltung ist das A und O; Sie steht am Anfang der Ausbildung und muss auch im weiteren Verlauf der Ausbildung immer wieder abgerufen werden. Ein Pferd, das sich versammelt, aber nicht in die Dehnungshaltung findet, kann nicht korrekt versammelt sein.

Zweifellos gibt es Pferde, denen die Dehnungshaltung leichter fällt als anderen. Schwierigkeiten haben oft Pferde mit massigen und hoch aufgesetzten Hälsen, sowie solche, die einen kurzen, breiten, starken Rücken haben. Solche Pferde brauchen etwas länger, bis sie in die Dehnungshaltung finden. Haben sie aber einmal begriffen, worum es geht, gibt es kaum mehr Probleme damit.

Zeichen von Losgelassenheit

Jede Haltung des gerittenen Pferdes kann nur korrekt sein, wenn es dabei losgelassen ist. Losgelassenheit bedeutet, dass das Pferd weder verkrampft noch ganz ohne Spannung geht – Losgelassenheit ist das Ideal zwischen diesen beiden Extremen. Losgelassenheit beinhaltet maximale Leistung bei minimalem Kraftaufwand. Zur «äusseren» Losgelassenheit kommt noch die «innere Losgelassenheit» hinzu: Das Pferd soll sich wohl und sicher fühlen, gelassen und gleichzeitig aufmerksam sein. Folgende Punkte sind Zeichen von Losgelassenheit:

- harmonische, elegante, leichte und doch kraftvolle Bewegungen
- gleichmässiger Takt in allen Gangarten
- schwingender Rücken über die ganze Länge (Oft ist die Lendenpartie fest)
- Hinterbeine treten scheinbar mühelos weit unter
- leichtes Kauen auf dem Gebiss bei geschlossenem Maul (Das geht im Übrigen sogar gebisslos!)
- Abschnauben
- Zufriedener Gesichtsausdruck
- Entspannter Unterhals (dünn und «schlabbrig», die Drosselrinne ist deutlich sichtbar)
- leicht getragener Schweif (weder hoch angehoben noch steif hinten rausstehend), der locker in der Bewegung mitpendelt. («Wellen» von links nach rechts)

Skala der Ausbildung

- Takt
- Losgelassenheit

Checkliste Dehnungshaltung

- Das Pferd tritt im Takt und fleissig. (Deutlich im Trab: Die Röhren der Hinterbeine sind stets parallel zum Oberarm des diagonal gegenüberliegenden Vorderbeins, die Röhren der Vorderbeine parallel zu den Unterschenkeln. Im Schritt bilden das Vorder- und Hinterbein einer Seite jeweils ein Dreieck, niemals dürfen sie sich parallel bewegen, sonst geht das Pferd Pass.)
- Das Pferd ist innerlich und äusserlich losgelassen.
- Der Rücken ist aufgewölbt.
- Das Pferd tritt mit den Hinterbeinen weit unter den Körper, die Vorderbeine schwingen aus der Schulter frei vor.
- Gelängter, vorwärts-abwärts gedehnter Hals (Wobei das Pferd mehr oder weniger tief kommen kann)
- Halsansatz angehoben, gleichmässig gerundeter Oberhals
- Entspannter Unterhals (Drosselrinne gut sichtbar)
- Entspanntes Genick – Nase vor der Senkrechten
- Federnde, losgelassene Bewegungen
- Das Pferd sucht die Anlehnung an den Zügel.

Häufige Fragen und Vorurteile

«In der Dehnungshaltung ist das Gewicht gleichmässig auf Hinterhand und Vorhand verteilt, wenn nicht sogar zu einem grösseren Teil auf der Vorhand. Das Pferd sollte aber das Gewicht vermehrt auf der Hinterhand tragen, weil die Vorhand schwächer ist. Man darf deshalb nicht zu lange in der Dehnungshaltung reiten.»

Die Vorhand ist nicht so schwach, wie man lange glaubte. In der normalen, aufgerichteten Arbeitshaltung nimmt das Pferd kaum mehr Gewicht mit der Hinterhand auf als in der Dehnungshaltung. Dehnungshaltung ist nicht gleichzusetzen mit Auf-der-Vorhand-Latschen. Durch die Dehnungshaltung lernt das Pferd, den Reiter richtig zu tragen und findet zur Selbsthaltung. Bis es soweit ist, dass sich das Pferd von selber aufrichtet dauert es beim jungen Pferd zwar mindestens ein halbes Jahr – bei einem verrittenen Pferd unter Umständen noch länger – dafür ist es dann wirklich im Gleichgewicht und kann sich selber tragen. Diese Zeit muss man dem Pferd geben, schliesslich müssen sich erst die Muskeln genügend entwickeln, bevor es aufgerichtet werden kann. Stellt man ein Pferd zu früh zusammen, riskiert man, dass es nie lernen wird, über den Rücken zu gehen und nur mit grosser Anstrengung «zusammengehalten» werden kann.

«Man darf nicht zu lange vorwärts-abwärts reiten, weil die Bänder sonst ausleiern.»

Die Befürchtung, die Bänder könnten ausleiern, resultiert wohl aus der Annahme, ein Pferd ziehe im Vorwärts-abwärts seinen Rücken durch den tiefen Kopf hoch, und daher müsse das Nacken-Rückenband eine Wahnsinnslast tragen. Bei korrektem Vorwärts-abwärts tritt das Pferd aber auch gut mit der Hinterhand unter und wölbt den Rücken von hinten auf. Und wie oben schon gesagt, ist es nicht allein das Nackenband, dass die Last des Rückens trägt, sondern die Muskulatur am Oberhals trägt mit. Im Lauf des Trainings wird sie immer stärker, so dass das Nackenband immer weniger alleine tragen muss. Im Übrigen: Pferde verbringen fast den ganzen Tag grasend mit der Nase am Boden. So weit dehnt sich ein gerittenes Pferd in Dehnungshaltung aber nie dauerhaft. Da leiern die Bänder gewiss nicht aus, denn sie werden ja nicht über ihre natürlichen Fähigkeiten hinaus beansprucht. In korrekter Dehnungshaltung wird nichts überdehnt oder ausgeleiert.

«Wenn ein Pferd schwer an den Zügel zu reiten ist, und man es endlich an den Zügel bekommen hat, darf man ihm bis zum Ende der Stunde die Zügel nicht mehr länger lassen, damit es am Zügel bleibt. sonst muss man wieder eine halbe Stunde kämpfen, bis es am Zügel geht.»

Wenn ein Pferd derart lange braucht um an den Zügel zu kommen, stimmt etwas nicht. Möglicherweise ist das Pferd verspannt, der Sattel passt nicht oder der Reiter stört es. Ein korrekt gerittenes, gesundes Pferd mit passender Ausrüstung lässt sich problemlos wechselweise in Dehnungshaltung und aufgerichtet reiten. Probleme dieser Art rühren nicht selten eben gerade daher, dass der Reiter sich die Haltung «erkämpft» und das Pferd in der «korrekten» Haltung festhält. In der Folge verspannt sich das Pferd. Die Haltung wird

ihm damit so unangenehm, dass es sie nur ungern wieder einnimmt. Daher sollten gerade solche Pferde längere Zeit nur noch vorwärts-abwärts geritten werden und nach Reprisen in Aufrichtung wieder in die Dehnungshaltung entlassen werden bevor sie sich verspannen. Jegliche Art von Kampf und Zwang kann nicht zu einer korrekten Haltung führen, in der sich das Pferd wohl fühlt.

«Die Dehnungshaltung soll Rücken- und Halsmuskulatur lockern, aber sie wird ja gedehnt und somit wieder angespannt! Wenn sich ein Muskel entspannen soll, sollte er sich doch eigentlich zusammenziehen können in seine ursprüngliche Länge!?»

Muskeln arbeiten immer in Paaren: Ein Muskel verkürzt sich, sein Gegenspieler dehnt sich. Wenn du beispielsweise deinen Arm zur Seite ausstreckst, ziehen sich die Muskeln oben am Oberarm zusammen, die unten dehnen sich, um die Bewegung zuzulassen. Nimmst du den Arm wieder herunter, verkürzen sich Muskeln auf der Unterseite des Oberarms und die oben verlängern sich wieder. Die aktiven Muskeln ziehen sich jeweils zusammen. Ein entspannter Muskel ist länger als ein arbeitender Muskel und kürzer als ein gedehnter. Ein Muskel kann sich nicht selbst verlängern, indem er sich «in die Länge zieht», er kann sich nur verkürzen.

Sicher musstest du auch schon mal längere Zeit in einer bestimmten Haltung verharren. Da hast du doch bestimmt auch nach einer Weile an gewissen Stellen die arbeitenden Muskeln gespürt. Wenn du lange in derselben Haltung bist, können sie sogar richtig weh tun. Das kommt daher, dass die Muskeln ermüden. Je länger und stärker sie sich ununterbrochen zusammenziehen müssen, desto stärker ermüden sie. Die Folge sind Verkrampfungen und Schmerzen. Gibst du den Muskeln hingegen immer wieder eine Pause, dann können sie viel länger arbeiten ohne zu ermüden und zu verkrampfen, weil die Stoffwechselprodukte aus dem Muskel transportiert werden können und dem Muskel neue Energie zugeführt wird.

«Wozu soll ich die Muskeln dehnen, wenn ich sie doch kräftigen will? Es ist zum Muskelaufbau doch viel sinnvoller, das Pferd aufgerichtet zu reiten als in Dehnungshaltung!»

Durch die Arbeit verkürzt sich ein Muskel. Arbeitet er nicht mehr, bleibt er zusammengezogen. Er kann sich nicht selber wieder in die Länge ziehen. Er verlängert sich erst wieder, wenn ihn eine andere Kraft auseinanderzieht. Es ist wichtig, dass die Muskeln gedehnt werden, weil sie sonst verkrampfen und sich in der Folge sogar zurückbilden können.

Über den Rücken und am Zügel

Aus der Dehnungshaltung entwickelt sich allmählich die Haltung am Zügel, sowie das Pferd nach dem Takt (Rückenmuskulatur/Hinterhand) und der Losgelassenheit (Dehnungshaltung) zur Anlehnung (Suchen des Zügelkontakts) findet. Die Hinterhand- und Rückentätigkeit aus der Dehnungshaltung bleiben dabei unbedingt erhalten. Das Pferd sollte so lange in Dehnungshaltung geritten werden, bis es sich von sich aus aus dieser tiefen Haltung anzuheben beginnt. Dann kann man davon ausgehen, dass seine Muskulatur genügend entwickelt ist, um den Reiter auch ohne die «Hebelwirkung» des vorwärts-abwärts gedehnten Halses rückenschonend zu tragen. Richtet man das Pferd zu früh auf, riskiert man, dass es niemals lernen wird, im Gleichgewicht zu gehen und den Reiter korrekt zu tragen, sprich es findet nicht zur Selbsthaltung.

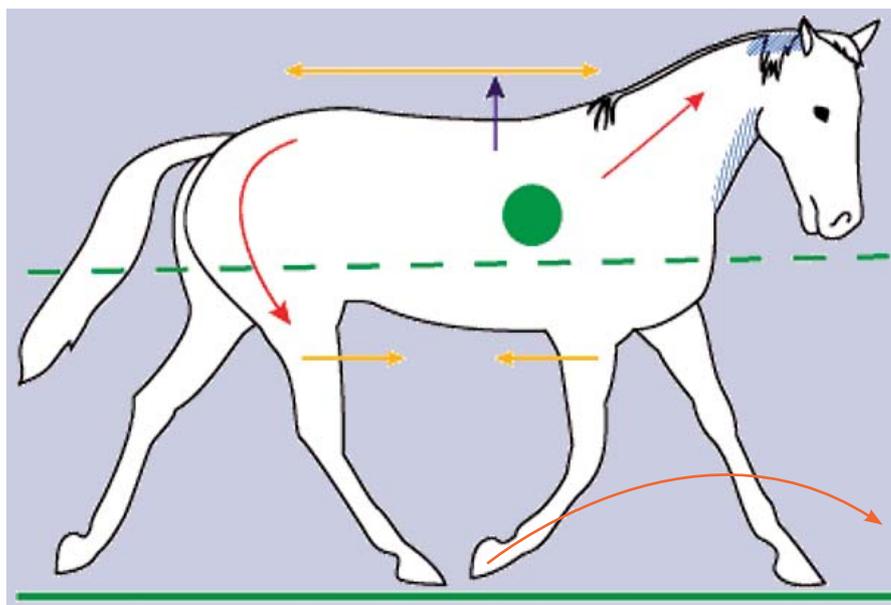
Der Hals des Pferdes wird in der Arbeitshaltung (über den Rücken und am Zügel) etwas stärker aufgerichtet, jedoch darf sich dabei die Halswirbelsäule nicht verkürzen, sondern sie muss gelängt bleiben. Wiederum leisten die Muskeln am Halsansatz einen Grossteil der Arbeit in Bezug auf die Halshaltung. In der Haltung am Zügel verkürzen sie sich je nach Grad der Aufrichtung stärker als in der Dehnungshaltung. Die Muskeln im Oberhals sind immer noch leicht gedehnt, jedoch nicht so stark wie in der Dehnungshaltung. Sie leisten weiterhin nur passive Haltearbeit und ziehen sich nicht aktiv zusammen.

Die Schulterfreiheit des Pferdes bleibt erhalten, sein Rücken kann weiterhin schwingen. Die Muskeln im Genick sind entspannt, so dass der Kopf durch die Schwerkraft in die Haltung leicht vor der Senkrechten fällt. Dabei wird das Pferd auch nicht eng in den Ganaschen. Das passiert nur, wenn das Pferd den Kopf aktiv herbeizieht.



Dieses Pferd geht korrekt über den Rücken am Zügel. Einziger Mangel: Es sperrt das Maul auf.

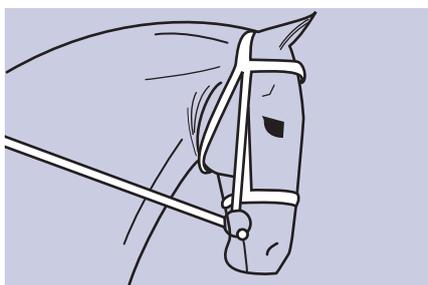
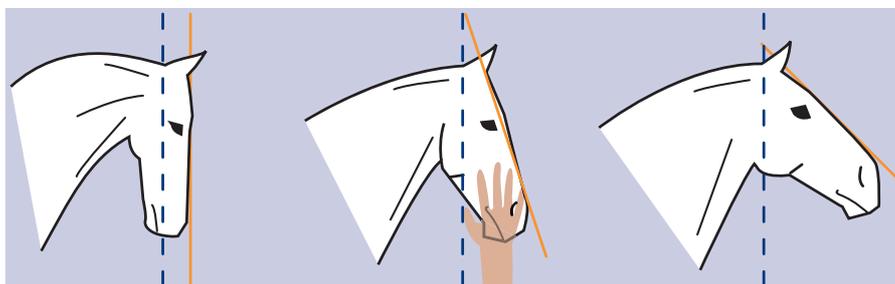
Pferd in korrekter Arbeitshaltung:
 Das vorschwingende Hinterbein tritt weit unter den Körper und wölbt so den Rücken von hinten auf. Entsprechend dem Grad des Untertretens ist das Pferd im Hals aufgerichtet. (Rote Pfeile)
 Dabei darf es nicht hohl werden. Der Rücken muss sich heben. (Blauer Pfeil)
 Der Rücken wird im Gegensatz zum Bauch gedehnt. (Gelbe Pfeile)
 Die Halsunterseite und das Genick sind entspannt. (Blaue Schraffur)
 Das Pferd ist in einem horizontalen Gleichgewicht. (Grün)



«Die Senkrechte»

Die Kopfposition des gerittenen Pferdes wird, wie du möglicherweise schon gemerkt hast, anhand der «Senkrechten» beurteilt. Leider wird die korrekte Haltung eines Pferdes nur zu oft allein auf dieses Kriterium reduziert, weil es recht leicht zu beurteilen ist. Die korrekte Haltung des Pferdes umfasst aber, wie du mittlerweile sicher erkannt hast, vielmehr als nur die Frage, ob seine Nase sich nun an der Senkrechten befindet oder nicht!

Anhaltspunkt ist die Profillinie des Pferdes, also die Linie von der Stirn bis zur Nase (orange). Diese Linie soll nicht lotrecht stehen (links) sondern zur Nase hin leicht nach vorne



Gequetschte Ohrspeicheldrüse bei geringer Ganaschenfreiheit

geneigt sein (Mitte). Als Ideal gilt «eine Handbreite vor der Senkrechten». Das heisst, wenn du deine Hand neben die Senkrechte (blau gestrichelt) hältst, sollte die Nase des Pferdes ungefähr an der vorderen Kante deiner Hand liegen. Wie schon gesagt ist das die Idealposition. Manche Pferde haben aber kräftige Ganaschen und einen dicken Hals. Wenn sie die Muskeln im Genick entspannen, fällt der Kopf nicht so weit, dass ihre Profillinie eine Handbreite vor der Senkrechten steht (rechts). Um dies zu erreichen, müssten sie den Kopf rückwärts ziehen und würden im Extremfall dabei die Ohrspeicheldrüse quetschen, die hinter den Ganaschen liegt. Hier spricht man von geringer Ganaschenfreiheit. Je nach dem wie viel Ganaschenfreiheit ein Pferd hat, bzw. nicht hat, ist ein Winkel von bis zu 45° zwischen der Profillinie und dem Lot völlig korrekt. Hinter den Ganaschen sollen sich keine Hautfalten bilden. Ebenfalls darf das Pferd in starker Versammlung – wie etwa in der Piaffe – etwas weiter vor die Senkrechte kommen. Leider wird einem das heutzutage eher angekreidet, während ein Verkriechen in oder hinter die Senkrechte toleriert oder sogar gut geheissen wird.

Das Gleichgewicht

In der Haltung «vorwärts-abwärts» und «am Zügel» verlagert sich der Schwerpunkt des Pferdes etwas nach hinten, so dass das Pferd nicht mehr auf der Vorhand geht sondern im Gleichgewicht ist und sich selber trägt. Das heisst, es braucht weder die Hand des Reiters als

Stütze noch muss es sich behelfen indem es schleppend tritt oder sich durch hohes Tempo zu stabilisieren versucht. Das Pferd empfindet den Reiter nicht mehr als störend sondern kann sich auch mit dessen zusätzlichem Gewicht ausbalancieren und erhält dadurch wieder annähernd die Bewegungsfreiheit wie ohne Reiter.

Checkliste über den Rücken am Zügel

- Das Pferd tritt taktmässig und fleissig.
- Das Pferd ist losgelassen.
- Sein Rücken ist aufgewölbt.
- Das Pferd tritt mit den Hinterbeinen weit unter den Körper, die Vorderbeine schwingen aus der Schulter frei vor.
- Gelängter Hals
- Das Genick (Übergang von Hinterhauptsbein zum ersten Halswirbel, unmittelbar hinter dem Ohransatz) ist der höchste Punkt des Halses.
- Die Nasenlinie steht eine Handbreite bis 45° vor der Senkrechten
- Das Pferd ist frei in den Ganaschen.
- Entspanntes Maul – ruhiges, sanftes Kauen auf dem Gebiss
- Weiche Bewegungen
- Entspannter Unterhals
- Gleichmässig gewölbter Oberhals
- Das Pferd sucht die Anlehnung an den Zügel ohne sich darauf abzustützen.

Skala der Ausbildung

- Takt
- Losgelassenheit
- Anlehnung
- Schwung
- Geraderichten

Versammlung

«Wozu», fragst du dich nun vielleicht, «muss man ein Pferd dann noch versammeln, wenn es doch sein Gleichgewicht unter dem Reiter wiedergefunden hat?» Die Versammlung ist für anspruchsvollere Bewegungen als das reine Vorwärtsgehen hilfreich. Sie verhilft dem Pferd zu mehr Leichtigkeit und Bewegungsfreiheit – setzt aber auch ein gewisses Mass an Kraft und Gleichgewicht voraus. Im Prinzip ist es ähnlich, wie wenn du aus dem Stand hochspringst. Stell dir vor, du spielst Beach-Volleyball: Wenn du mit gestreckten Beinen stehst und hochspringst, kommst du nicht sonderlich hoch und bist immer viel zu langsam. Gute Spieler gehen ständig leicht in die Knie und stehen unter einer gewissen Grundspannung. Aus dieser Haltung bist du schneller in der Reaktion und kannst höher und weiter springen. Abgesehen davon ist der Bewegungsablauf harmonischer.

Was ist Versammlung?

Auf den beiden Fotos unten siehst du deutlich den Unterschied zwischen einem Pferd, das auf der Vorhand latscht, und einem versammelten Pferd. Der Schimmel schiebt mit den Hinterbeinen nur. Das stützende Hinterbein steht nicht unter dem Körper sondern hinten heraus. Das Pferd ist lang und geht schwunglos. Dieses Pferd müsste zuerst lernen, so im Gleichgewicht zu gehen, wie auf den vorangegangenen Seiten beschrieben.

Versammlung beginnt da, wo das Pferd sich, ausgehend von der Arbeitshaltung, im Rumpf verkürzt und die Gelenke der Hinterhand (Hanken) in der stützenden Phase des jeweiligen Hinterbeins stärker beugt, sozusagen leicht in die Knie geht. Durch diese Bewegung wird sein Becken stärker abgekippt und da dieses, wie schon erwähnt, mit dem Kreuzbein verbunden ist, zieht die Beugung der Hinterhandgelenke auch ein Abkippen des hinteren Rückens nach sich – der Rücken wird aufgewölbt.



Pferd auf der Vorhand (links) und in starker Versammlung (rechts). (Leider ist das rechte Pferd auch nicht völlig losgelassen, wie sein Schweif deutlich verrät. Es ärgert sich, weil es in diesem Moment lieber losgaloppiert wäre als auf der Stelle zu traben. Auch wenn man es auf dem Foto schlecht erkennt: Der Zügelkontakt ist dennoch leicht!

Merke

Die Aufrichtung ist ein Ergebnis der Hankenbiegung; Sie ist abhängig davon.



Oben: Pferd in relativer Aufrichtung
Rechts: aktiv aufgerichtetes Pferd

Nun gibt es unterschiedliche Möglichkeiten, was man dabei mit der Vorhand des Pferdes macht. Westernreiter belassen den Pferdehals ungefähr in der Position der Dehnungshaltung – wobei Westernpferde meist nicht sehr stark versammelt werden; In den europäischen Reitweisen geht vermehrte Hankenbiegung mit vermehrter Aufrichtung einher. Das ist ein ganz wichtiger Punkt: Je stärker ein Pferd die Hanken beugt, desto höher darf die Aufrichtung im Hals sein.

Das Pferd darf den Hals nur in dem Mass höher tragen, wie es die Kruppe senkt, sonst kommt der Rücken in eine Hohlstellung. Das Pferd kann den Hals aufrichten, es muss aber nicht, wie wir beim Westernpferd gesehen haben. Der Rücken bleibt schliesslich auch mit tiefer Halshaltung aufgewölbt, der Auslöser der Versammlung, die Hankenbiegung, bleibt erhalten.

Aufrichtung: aktiv und relativ

In diesem Zusammenhang solltest du zwei neue Begriffe kennen lernen: Aktive Aufrichtung und relative Aufrichtung. Die relative Aufrichtung ist die Aufrichtung, wie wir sie uns wünschen. Das Pferd richtet sich in dem Mass auf, wie es seine Hanken beugt. (Siehe Foto links) Die Aufrichtung steht in Relation zur Hankenbiegung. Das Pferd richtet sich als Gesamtes auf. Der aufgerichtete Hals hat also damit zu tun, dass sich die Hinterhand senkt und der Rücken aufgewölbt wird.



Foto: www.pferde-fotos.de.vu

Merke

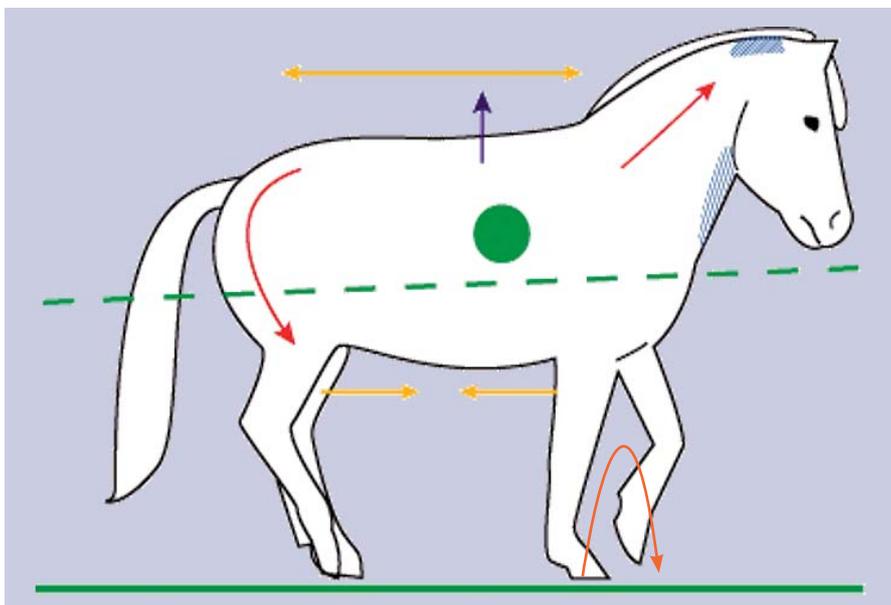
Das Pferd richtet sich in der Versammlung von selber auf. Die Aufrichtung darf nicht vom Reiter erzwungen sein.

Ein aktiv aufgerichtetes Pferd wie auf dem Foto oben trägt den Hals hingegen unabhängig von der Hankenbiegung aufgerichtet. Diese falsche Aufrichtung erzwingt der Reiter meist mit der Hand. Das Ergebnis ist nicht ein stärker versammeltes Pferd sondern das Gegenteil. Das Pferd fällt auseinander und drückt den Rücken um so stärker durch, je mehr es zur Aufrichtung gezwungen wird. Aktiv aufgerichtete Pferde sind oft viel zu stark beigezümt und werden eng im Hals – zusätzlich zur Höhlung des Rückens wird also auch die HWS zusammengestaucht. Auch bei diesem Pferd erkennst du deutlich den hervortretenden Unterhals. Dieses Pferd ist nicht versammelt! Vergleiche die Stellung der Hinterhand und des lasttragenden Hinterbeins mit den beiden besprochenen Fotos auf der vorangegangenen Seite: Welchem Pferd ähnelt dieses mehr?

Der Pferdehals darf sich in der Versammlung nicht verkürzen! Das Pferd soll die Wirbelsäule weiterhin strecken, auch wenn es aufgerichtet ist. Das Genick ist der höchste Punkt des Halses. Oft meinen Reiter leider den falschen Bereich, wenn vom Genick die Rede ist. Das Genick befindet sich am Übergang vom Hinterhauptsbein zum ersten Halswirbel – also unmittelbar hinter dem Ohransatz und nicht eine Hand breit weiter hinten. Sehr häufig ist nämlich genau jener Punkt der Höchste. Die Nases des Pferdes muss auch in der Versammlung weiterhin leicht vor der Senkrechten bleiben. Sie darf bei starker Aufrichtung sogar ein bisschen weiter vor kommen. Hinter die Senkrechte kommt das Pferd, sobald es die Muskeln im unteren Halsbereich anspannt. Genau diese Muskeln sollen aber stets entspannt sein – auch in der Versammlung.

Versammlungsgrad

Halte dir stets vor Augen, dass Versammlung kein absoluter Begriff ist, der besagt, wie stark das Pferd die Hanken beugt und sich aufrichtet. Vielmehr gibt es zig Nuancen von leichter bis starker Versammlung. Wie stark ein Pferd versammelt werden kann, hängt von seinem Ausbildungsstand und seinem Körperbau ab. Ein relativ junges Pferd hat weder die erforderliche Kraft (Lauf du mal 100 m mit gebeugten Knien!) noch das Gleichgewicht um sich stark oder über längere Zeit zu versammeln. Je weiter das Pferd in der Ausbildung fortgeschritten ist, desto leichter fällt ihm die Versammlung. Kurze, kompakte Pferde lassen sich zudem leichter versammeln als Pferde mit langen Rücken.



Pferd in korrekter Versammlung: Durch die Hankenbiegung wird die Vorhand frei. (Rote Pfeile) Die Tritte des Pferdes werden erhabener, dafür greifen die Beine weniger weit vor. (Aktion statt Raumgriff) Achtung: Das Pferd tritt nicht langsamer – der Takt bleibt erhalten! Der Schwerpunkt des Pferdes verlagert sich abhängig vom Versammlungsgrad ein bisschen weiter nach hinten. (Grün) Das Pferd zeigt eine mehr oder weniger deutliche Bergauftendenz. Nach wie vor erscheint die Bauchunterseite des Pferdes kürzer als seine Oberlinie. (Gelbe Pfeile) Der Rücken darf sich keinesfalls höhlen. Die Halsunterseite und das Genick bleiben entspannt.

Dehnungshaltung – Versammlung – Dehnungshaltung Versammlung – Verstärkung – Versammlung

Den Beweis für korrekte Versammlung liefern fließende Übergänge aus der Dehnungshaltung in die Versammlung und aus der Versammlung zurück in die Dehnungshaltung. Auch fließende Übergänge von der Versammlung zur Verstärkung und aus der Verstärkung wieder in die Versammlung sollten möglich sein. Das heisst: Im Prinzip sollte es gelingen, aus der Piaffe in die Passage, aus der Passage in den versammelten Trab, aus dem versammelten Trab in den Mitteltrab und aus dem Mitteltrab in den starken Trab überzugehen, ohne dass das Pferd schwer zu sitzen wird, aus dem Takt kommt oder sich auf die Hand legt. Und natürlich geht es auch umgekehrt vom starken Trab bis zur Piaffe zurück. Dass das eine sehr anspruchsvolle Aufgabe ist, versteht sich von selbst. Beim weniger weit ausgebildeten Pferd sind natürlich noch nicht so starke Unterschiede zwischen Versammlung und Verstärkung möglich. Das Prinzip bleibt jedoch dasselbe.

Versammlung sollte in häufigem Wechsel mit der Dehnungshaltung geritten werden. Die Gefahr, dass das Pferd sich verkrampft, ist umso grösser, je länger es in Versammlung geritten wird; vor allem, wenn es noch am Anfang seiner dressurmässigen Ausbildung steht. Du hast es schon einmal gelesen: Ein paar Meter läufst du schon, wenn du in die Knie gehst. Aber versuch das mal ein paar Minuten lang! Du wirst auch merken, dass es um so anstrengender ist, je tiefer du in die Hocke gehst. Es sollte von da her verständlich sein, dass ein Pferd um so schneller ermüdet, je stärker es sich versammelt. Nicht ohne Grund versuchen viele Pferde, sich vor der Hankenbiegung zu drücken! Das ist anstrengender als mit gestreckten Gelenken zu laufen.

Auch das Training der Muskeln wird durch steten Wechsel von Spannung (Versammlung) und Entspannung (Dehnungshaltung) effektiver. Wie anfangs schon beschrieben, fördert dies die Durchblutung und damit die Versorgung des Muskels mit Energie (Sauerstoff) sowie den Abtransport der Stoffwechselprodukte. Das fördert den Muskelwachstum mehr als lange andauernde Spannung.

Skala der Ausbildung

- Takt
- Losgelassenheit
- Anlehnung
- Schwung
- Geraderichten
- Versammlung

Wichtig

Es spielt keine Rolle, ob das Pferd von sich aus eine falsche Haltung einnimmt oder ob es der Reiter in diese Haltung bringt; Falsch ist falsch und sollte um der Gesundheit des Pferdes willen korrigiert werden.

Unten: Diese beiden Pferde «fallen auseinander», weil sie zu wenig aktiv in der Hinterhand sind. (Fotos: www.horse-art.ch)



Checkliste Versammlung

- Das Pferd tritt taktmässig und fleissig.
- Das Pferd ist losgelassen.
- Der Rücken ist aufgewölbt.
- Beugen der Hinterhandgelenke in der Stützphase
- Mehr Aktion, weniger Raumgriff = erhabene Bewegungen
- Vorhand richtet sich auf
- Gelängter Hals auch in der Aufrichtung
- Pferdenase eine Hand breit bis zu 45° vor der Senkrechten
- Das Genick ist der höchste Punkt.
- Weiche, federnde Bewegungen
- Feiner Zügelkontakt
- Das Pferd kommt jederzeit wieder in Dehnungshaltung zurück.

Kleine und grosse Fehler

Grundsätzlich kann man sagen, dass fast jeder Haltungsfehler entweder aus der Hinterhand kommt oder Auswirkungen auf die Hinterhand hat. Du hast es in den Checklisten gesehen, und du kennst es auch aus der Skala der Ausbildung: Der Takt ist die Grundlage. Nur wenn das Pferd gleichmässig tritt können seine Rückenmuskeln richtig arbeiten. Und nur wenn die Rückenmuskulatur frei arbeiten kann, kann das Pferd losgelassen sein – der zweite Punkt in der Skala der Ausbildung. (Im Übrigen ist das auch ein Grund dafür, weshalb der Sattel dem Pferd angepasst sein sollte.) Nur das losgelassene Pferd wird sich an die Hand des Reiters herandehnen, die Anlehnung suchen ohne sich auf die Hand zu legen (3. Punkt der Ausbildungsskala) und in die Dehnungshaltung finden. Nur aus der losgelassenen Haltung mit Anlehnung an die Reiterhand wiederum kann das Pferd Schwung entwickeln und sich aufrichten ohne das Gleichgewicht zu verlieren, was bedeuten würde, dass es nicht mehr über den Rücken geht. Durch den Schwung wird die Hinterhand, die bisher vor allem vorwärts geschoben hat, gekräftigt. Das Pferd muss nun gerade gerichtet werden, damit es beide Hinterbeine gleichmässig zum Tragen einsetzt. Erst dann ist die Hinterhand dazu befähigt, mehr Last zu tragen. Aus dieser vermehrten Tragfähigkeit – unter Beibehaltung der vorangehenden Punkte – folgt die Versammlung, die Reiter und Pferd vollkommene Kontrolle über den Körper bei minimaler Anstrengung ermöglicht.

Du siehst: Alles hängt von einander ab. Ein Fortschritt in einem Ausbildungspunkt führt zur Verbesserung weiterer Punkte. Genauso bedeutet das aber auch, dass sich jeder Mangel auch auf alle vorangegangenen und die folgenden Punkte der Skala auswirkt. Der Hinterhand als Anfangsglied kommt daher eine besondere Bedeutung zu.

Das Pferd ist zu wenig aktiv mit der Hinterhand

Dieser Fehler kommt in zig Varianten von leicht bis schwer vor. Dementsprechend wirst du die aufgezählten Merkmale nicht immer in derselben Ausprägung oder manche davon auch gar nicht sehen.

Merkmale:

- Die Hinterhand scheint im Extremfall wie hinten ans Pferd angehängt, bisweilen scheint sie in der Bewegung hinterherzuhinken. Es besteht keine harmonisch verbindende Spannung zwischen Vor- und Hinterhand des Pferdes. Man sagt, das Pferd «falle auseinander» oder sei zu lang.
- Die Hinterbeine greifen wenig vor.
- Die Hinterbeine sind nicht im Takt der jeweiligen Gangart. Beispielsweise im Trab fusst das Hinterbein nicht gleichzeitig mit dem diagonal gegenüberliegenden Vorderbein. (Siehe die Fotos links) Im Schritt ist nicht ein gleichmässiger Viertakt zu hören.
- Der Rücken hängt durch oder wird steif gerade gehalten und schwingt nicht.
- Häufig lässt das Pferd den Hals hängen oder zieht in krampfhaft hoch.
- Das Pferd «lehnt» sich nach vorne.
- Das Pferd geht evtl. gegen den Zügel oder auf dem Zügel.

- Das Pferd schlurft oder rennt unter dem Reiter davon.

Folgen:

- Der Gang des Pferdes ist schwerfällig – auf der Vorhand.
- Der Rücken hängt durch oder ist krampfhaft verspannt. Die Rückenmuskulatur ist nicht frei für die Fortbewegung, das Pferd kann nicht loslassen.
- Der Rücken ist mehr oder weniger stark gehöhlt. Die Dornfortsätze der Rückenwirbel zeigen gegeneinander.
- Das Pferd ist steif.
- Das Pferd ist nicht im Gleichgewicht.
- Das Pferd kann keine schwingvollen, erhabenen Bewegungen entwickeln.
- Je nach Halshaltung entwickelt sich ein mehr oder weniger stark ausgeprägter Unterhals – die Halswirbelsäule sinkt ab.
- Oberhals, Rücken, Lenden, Kruppe und Schenkel bleiben unterbemuskelt.

«Tief und rund» / «Eingestellt»

Diese Haltung wird von manchen Reitern bewusst als Trainingsmethode angewandt. Oftmals soll sie das Reiten in Dehnungshaltung ersetzen. Sie ist aber völlig kontraproduktiv, will man entsprechend den anatomischen Gegebenheiten des Pferdes und den klassischen Grundsätzen der Dressur reiten.

Merkmale:

- Tiefe Halshaltung
- Nase tendenziell hinter der Senkrechten, oftmals wird das Pferd dabei auch in Anlehnung geritten.

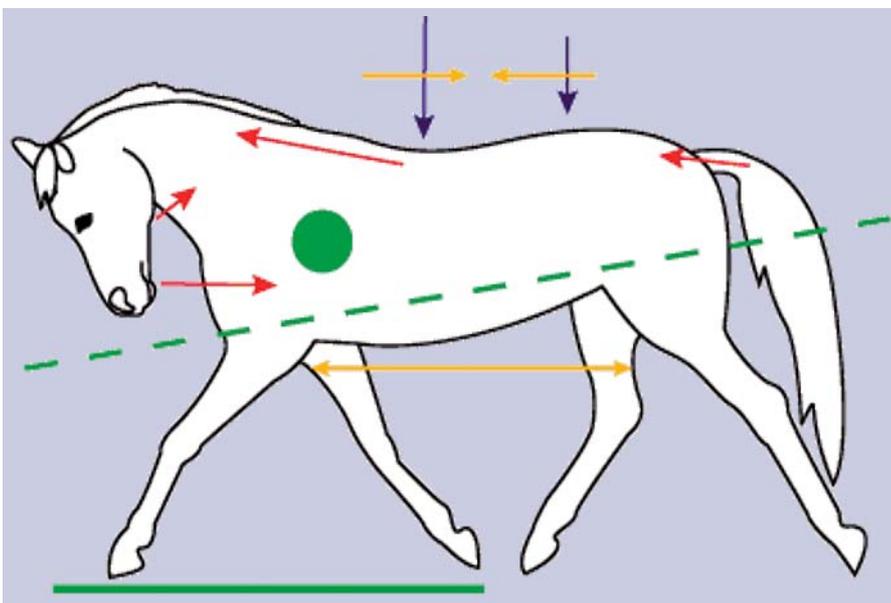
Folgen:

- Angespannter Unterhals um den Kopf rückwärts zu ziehen (Diese Aufgabe kann auch der Reiter übernehmen ...)
- Die vorderen Rückenwirbel werden nach vorn gezogen, im Lendenbereich hört dieser Zug auf – dadurch wird die Lendenwirbelsäule blockiert.
- Die Lende steht heraus.
- Das Pferd kann weniger weit untertreten und kommt auf die Vorhand.
- Der hintere Teil des Rückens ist nicht aufgewölbt.
- Eingeschränktes Gesichtsfeld des Pferdes.
- Gestörtes Gleichgewicht
- Der Rücken kann nicht über seine ganze Länge schwingen.



«Tief und rund» gerittenes Pferd*

* Die Grafiken wurden von Fotos abgepaust. Muskelspiel und Haltung entsprechen den Vorlagen. Die künstlerische Freiheit beschränkt sich auf die Farbgebung und das Aussehen der Reiter.



Das vorschwingende Hinterbein tritt nicht mehr genug weit unter den Körper – der Rücken wird nicht von hinten aufgewölbt sondern ist gehöhlt, die Lende steht heraus. (Blaue Pfeile) Die Oberlinie des Pferdes wird nicht gelängt. (Gelbe Pfeile) Die Halsunterseite ist angespannt und zieht den Kopf Richtung Brust. Die HWS wird aufgefaltet, der Schweif steht steif heraus. (Rote Pfeile) Das Pferd ist nicht im Gleichgewicht sondern auf der Vorhand. (Grün)



Aufgerolltes Pferd

«Rollkur» / Hyperflexion des Halses

Auch diese Haltung wird von namhaften Dressurreitern zu Trainingszwecken geritten. Sie ist die Extremform des «Tief-und-rund»-Reitens. Der Unterschied liegt zum einen darin, dass die Pferde stärker aufgerollt werden, zum anderen, dass in dieser Haltung auch Lektionen geritten werden, die man normalerweise in aufgerichteter Versammlung reitet. Bisweilen wird dem Pferd zusätzlich auch noch der Hals stark seitlich abgestellt. Dem Pferd werden die Aufgaben im Training viel schwerer gemacht als sie dann auf dem Turnier sind, damit es sie auf dem Turnier mit mehr Leichtigkeit ausführen wird. Nach heftigen Kontroversen entschied die FEI nun, dass diese Methode jedoch dem Pferd bei korrekter Anwendung nicht schade und somit nicht grundsätzlich verwerflich sei. Die tierquälerische Technik wurde mit dem beschönigenden Namen «Hyperflexion (Überdehnung) des Halses» versehen. Weiss man aber, was in dieser Haltung im Körper des Pferdes vor sich geht, kann man kaum anders, als dies als Tierquälerei zu bezeichnen. Es ist traurig, dass Leute mit solcherart trainierten Pferden Weltrekorde und Olympiasiege in der Dressur einheimen können, wo die durch dieses Training entstandenen Mängel bei jedem Ritt eigentlich deutlich sichtbar sind. Wer an einer Reitweise interessiert ist, die dem Pferd nicht schadet sondern ihm zu Stolz und Schönheit verhilft, wird die Finger von solchen Trainingsmethoden lassen.

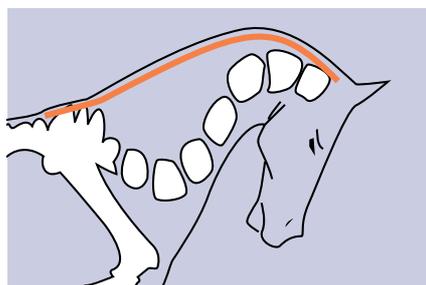
Merkmale:

- Extremform des tiefen Einstellens
- Der Hals des Pferdes ist stark aufgerollt.
- Das Pferd geht deutlich hinter dem Zügel, bisweilen wird den Pferden der Kopf bis auf die Brust gezogen.

Folgen

- Überdehnung des Nackenbandes und der Muskulatur im Oberhals
- HWS faltet sich auf – verstärkte S-Form
- Das Nackenband wird um die oberen Halswirbel gewickelt.
- Die vorderen Halswirbel drücken gegen das Nackenband – übermässige Spannung
- Muskeln des Oberhalses werden nicht genutzt.
- Wachsende Unterhalsmuskulatur
- Blockierung der Lendenwirbelsäule
- Pferd auf der Vorhand
- Schwache Hinterhand
- Übermässig muskulöse Brust («Superman-Figur»)
- Höhere Aktion der Vorderbeine beim aufgerichteten Pferd, weil sich der Kopf-Hals-Arm-Muskel im Training mit aufgerolltem Hals verkürzt, um den Kopf herbeizuziehen. So entstehen die spektakulären Trabverstärkungen mit nahezu waagrecht gehaltenen Vorderbeinen. Der Raumgriff wird in so einer Verstärkung aber kaum

Links: Das Nackenband (orange) wird um die oberen Halswirbel gewickelt, die HWS ist zusammengedrückt.
Rechts: Die Silhouette eines Spitzendressurpferdes mit «Superman-Figur».



- grösser, auch wenn die hohe Aktion diesen Eindruck erweckt.
- Anlehnung, Losgelassenheit und Takt werden ruiniert.
- Für die Versammlung notwendige Muskeln sind geschwächt/zu lose.
- Der Rücken kann nicht schwingen.
- Verspanntes Pferd
- Das Pferd kann nicht mit geschlossenem Maul kauen, weil die Muskeln, die den Hals herunterziehen, auch am Unterkiefer und dem Zungenbein befestigt sind. (Siehe <http://www.pferdewissen.ch/reitlehre2.html#maul>)
- Stark eingeschränktes Gesichtsfeld
- Gleichgewichtsprobleme

■ Erschwerte Atmung
**«Tief und rund» oder in «Rollkur»
 trainiertes Pferd in «Versammlung»**

Besonders in der Versammlung (links eine Piaffe – oben ein Rollkurpferd, im Vergleich dazu unten eine korrekte Piaffe mit echter Versammlung) wird deutlich, was diese Trainingsmethoden anrichten:

- Durchhängender Rücken
- Hinterhand hinten herausgestellt
- Überdehnung im Genick
- Das Pferd ist immer tendenziell hinter dem Zügel, meist umso stärker, je mehr es «versammelt» wird.
- Zusammengekrümmter Hals – es sei denn, das Pferd wird vom Reiter «hochgezogen».
- Das Pferd ist viel zu schlaff, es wirkt wie eine welke Blume.

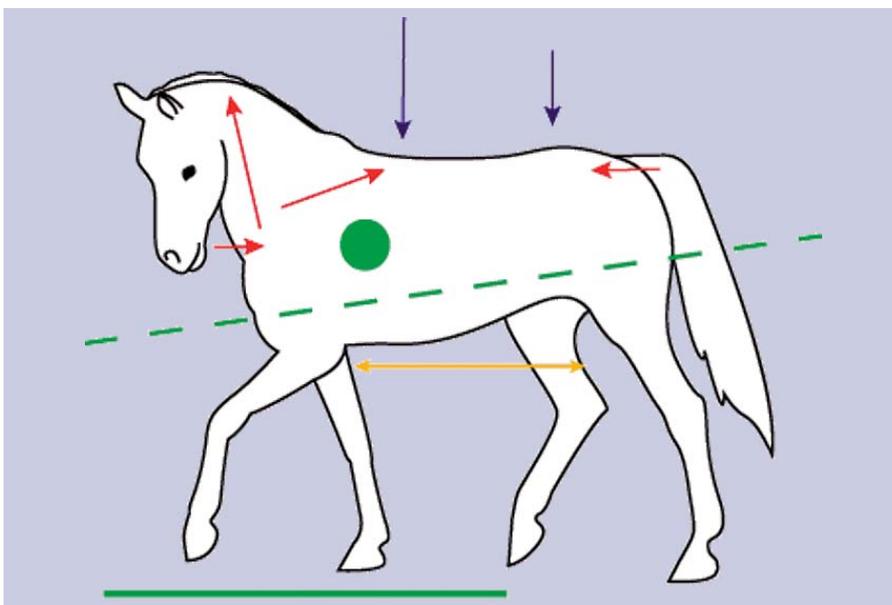


Oben: Piaffe eines Rollkur-Pferdes
 Unten: Zum Vergleich eine Piaffe mit echter Versammlung



Die Reiterin des Pferdes auf dem Bild links nutzt im Training das tiefe Einstellen. Auf diesem Bild geht das Pferd im versammelten Trab. Auch hier wird deutlich, dass von Versammlung kaum die Rede sein kann:

(Grafik unten) Der Rücken ist nicht aufgewölbt, weil das Pferd weder weit untertritt noch die Hanken beugt. Die Lende steht deutlich sichtbar heraus. (Blaue Pfeile) Die Oberlinie erscheint kürzer als die Unterseite des Pferdes. (Gelb) Das Pferd zieht den Hals rückwärts hoch und verkriecht sich hinter dem Zügel. (Rote Pfeile) Der Schweif steht steif heraus. Das Pferd ist nicht versammelt und leicht, sondern auf der Vorhand.

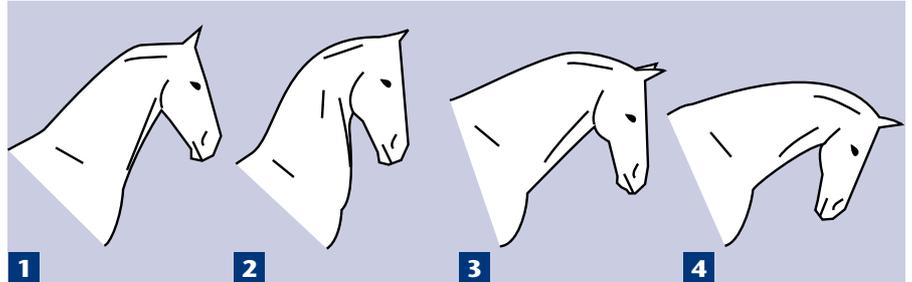


Fazit

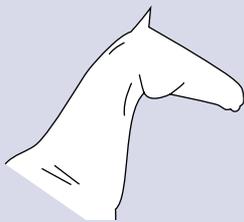
Ein «tief und rund» oder mittels der «Rollkur» (oder wie auch immer man dies nun nennen mag ...) trainiertes Pferdes ist nicht mehr in der Lage, sich zu versammeln!

■ Das Pferd ist auf der Vorhand
Falscher Knick

Es gibt verschieden starke Ausprägungen dieses Fehlers. Mal sieht man den falschen Knick sehr deutlich (1, 2), mal sieht man nur, dass nicht das Genick der höchste Punkt ist, sondern der 2./3. Halswirbel. Mal ist der Unterhals relativ entspannt (1, 3), mal zieht das Pferd den Kopf ein (2, 4), mal ist der Hals hoch (1, 2), und mal ist er tief (3, 4). Wie auch immer es aussieht, die Muskeln im Genick sind beim falschen Knick mehr oder weniger stark überdehnt. Die Halswirbelsäule ist nicht mehr maximal gelängt. Stattdessen knickt das Pferd zwischen den obersten Halswirbeln ab. Zügelhilfen verpuffern bei einem Pferd mit falschem Knick im Bereich des Knicks statt durch das ganze Pferd zu fließen.

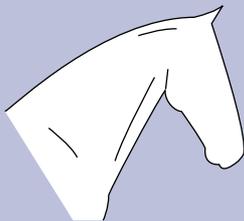


Übersicht Halshaltung



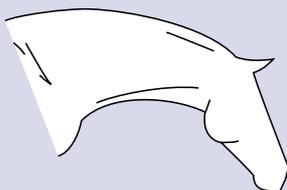
Hoher Hals

Alarmstellung, zu viel Anspannung. Der Rücken ist hohl, das Pferd tritt mit den Hinterbeinen nicht mehr genug unter.



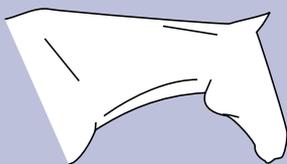
Mittlere Aufrichtung bei entspanntem Genick (erwünschte Haltung)

Mittlere Spannung ohne Krampf (Muskeln halten passiv statt sich aktiv zu verkürzen), das Pferd kann nach entsprechendem Training über längere Zeit in dieser Haltung bleiben ohne zu ermüden. Das Pferd kann den Rücken aufwölben und frei untertreten.



Gedehnter Hals, entspanntes Genick (erwünschte Haltung)

Muskeln halten passiv, das Pferd kann nach entsprechendem Training über längere Zeit in dieser Haltung bleiben ohne zu ermüden. Das Pferd kann den Rücken aufwölben und frei untertreten.



Hängender Hals

Steife Haltung ohne Dehnung des Nackenbandes. Zu wenig Spannung. Der Rücken hängt durch, das Pferd tritt nicht optimal unter.



Aufgerollter Hals

Unterhals angespannt, Nackenband überdehnt, Gesichtsfeld stark eingeschränkt, Quetschung der Ohrspeicheldrüse, Verkrümmte der Halswirbelsäule, erschwerte Atmung. Der Rücken wird blockiert und kann nicht mehr aufgewölbt werden.

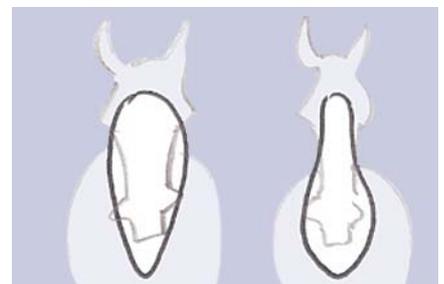
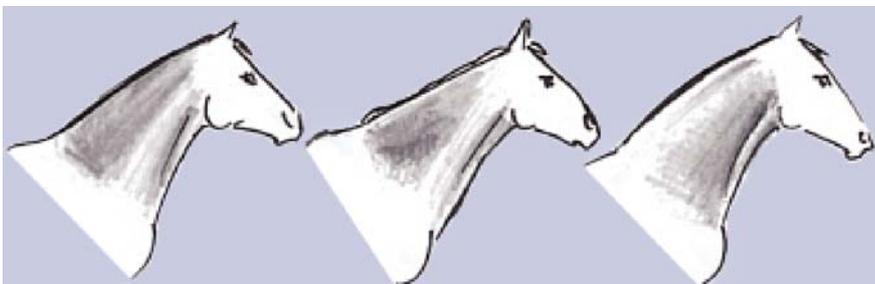
Der Körper erzählt ...

Die Haltung, die das Pferd unter dem Reiter einnimmt, hat Auswirkungen auf seine Bemuskelung. Bereits am ungerittenen Pferd kann man einiges über den Reitstil seines Reiters ablesen. (Unter dem Vorbehalt, dass der Reiter das Pferd schon seit längerer Zeit reitet und in Anbetracht dessen, dass sich nicht alle Muskeln gleich schnell entwickeln.) Ausserdem kann man am Aussehen eines Pferdes auch schon ein Stück weit ablesen, womit es beim Reiten Schwierigkeiten haben könnte.

Vorsicht ist geboten bei der Beurteilung von Pferden anhand von Fotos. Nur wirklich deutliche Bilder (möglichst mehrere) eines Pferdes lassen eine einigermaßen zutreffende Beurteilung zu. Fotos können täuschen! Hat etwa ein Pferd auf einem Foto etwas in der Ferne gesehen, hebt es den Hals etwas höher und ein Unterhals kann sichtbar werden. Je nach Lichteinfall ist fehlende Muskulatur vor dem Widerrist mehr oder weniger deutlich sichtbar. Fotos von grasenden und gerittenen Pferden sind zur Beurteilung nicht besonders geeignet, am besten beurteilt man die Muskulatur anhand von Bildern im Stehen und ohne Sattelzeug.

Hals

Ein Pferd mit fehlender Oberhalsmuskulatur und leichtem Unterhals (Bild unten links) geht gegen den Zügel. Ist der Unterhals stark ausgeprägt, geht es wahrscheinlich deutlich über dem Zügel oder drückt stark gegen die Hand des Reiters. (Bild unten Mitte) Ob der Kopf dabei abgекnickt wird oder nicht spielt übrigens keine Rolle. Oft hat man den Eindruck, ein Pferd gehe korrekt am Zügel, obwohl dem nicht so ist! Das korrekt gerittene Pferd erkennt man an der schlanken Halsunterseite mit deutlicher Drosselrinne. (Bild unten rechts) Sein Hals wird zum Mähnenkamm hin dicker, die Muskulatur am Oberhals zeichnet sich gut sichtbar ab. Der Oberhals soll schön gewölbt sein. Fällt er vor dem Widerrist ein, fehlen dem Pferd fürs Aufwölben des Rückens wichtige Muskeln. Das sieht in der Extremform so aus wie beim mittleren Pferd. Ein solcher Hals legt die Vermutung nahe, dass das Pferd nicht über den Rücken geritten wird, und dass es die Dehnungshaltung nicht kennt.

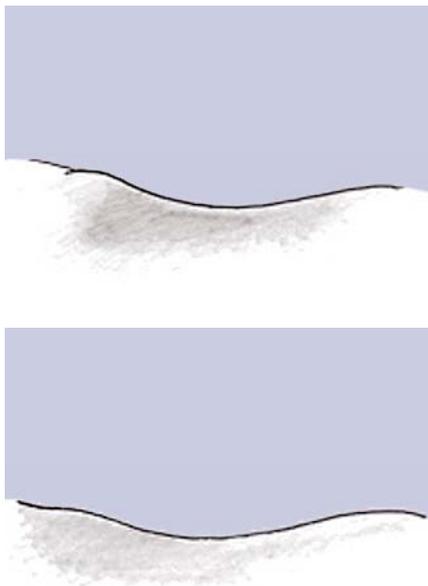


Das ideale Reitpferd hat einen langen, schlanken Hals, der oben gewölbt und unten gerade geformt ist. Das Genick soll leicht sein. Das bedeutet, dass die Muskulatur seitlich der ersten beiden Halswirbel nicht zu stark ausgeprägt sein sollte. Ein schweres Genick führt dazu, dass das Pferd schwer beizuzäumen, durchlässig zu machen und zu stellen ist. Solche Pferde werfen sich leicht im Genick. Pferde mit kurzen, dicken Hälsen haben oft Schwierigkeiten mit der Dehnungshaltung und sind daher dann auch nicht leicht an den Zügel zu reiten. Oftmals neigen sie dazu, sich eher auf den Zügel zu legen als nachzugeben. Sie gehen häufig nicht über den Rücken und bremsen den Schwung aus der Hinterhand ab. Diese Halsform trifft man oft bei Ponyrassen und Kaltblütern an. Pferde mit zu langen, dünnen Hälsen hingegen neigen dazu, sich im Hals eng zu machen und hinter den Zügel zu kommen. Diese Pferde richten sich gerne zu hoch auf. Häufig lässt man sich von der Optik des aufgerichteten Halses täuschen und merkt nicht, dass das Pferd dabei gar nicht über den Rücken geht. Besonders bekannt für diese Schwierigkeit sind etwa die Friesen, deren Hals von Natur aus schon stark gebogen ist.

Hälsen im Querschnitt: gut gerittenes Pferd (links) und Pferd mit Unterhals (rechts)

Schulter

Einen weiteren Blick wert ist die Partie zwischen Schulter und Oberhals. Das Pferd, das seinen Hals korrekt aufrichtet, hat einen harmonischen Übergang von Widerrist/Schulter zum Hals. Beim Pferd, das in einer falschen Haltung geht, ist dieser Bereich hohl, da nicht



Oben: Schlecht bemuskelter Rücken
Unten: Gut bemuskelter Rücken



Links: «Superman-Figur» infolge falschen Trainings.
Mitte: Gut bemuskelte Hinterhand
Rechts: Hinterhand eines mangelhaft bemuskelten Pferdes

mit Muskelmasse aufgefüllt. Bei vielen Pferden findet man an dieser Stelle sogar ein regelrechtes Loch. (Siehe Abbildung oben von den Hälsen) Hier sei aber noch gesagt, dass gerade diese Muskeln recht lange Zeit brauchen, bis sie voll entwickelt sind. Bei einem jungen (in Bezug auf die Ausbildung) Pferd ist dieser Bereich natürlich weniger gut entwickelt als bei einem alten Hasen. Gut zu wissen: Ein Sattel, der an der Schulter zu eng ist, ist dem Pferd nicht nur unangenehm, er behindert auch das Muskelwachstum.

Nicht einfach zu beurteilen sind im Übrigen Pferde mit mächtigen Hälsen (Hengste und gewisse Rassen, die naturgemäss viel Hals haben, wie etwa Fjordpferde, Freiberger des alten Schlags und barocke Rassen) und zu dicke Pferde.

Die Lage der Schulter bestimmt den Raumgriff des Pferdes. Für ein Dressurpferd wünscht man sich eine lange, schräge Schulter. Kurze, steile Schultern haben eher harte Gänge mit wenig Raumgriff zur Folge. Dafür sind solche Pferde meist sehr trittsicher. Daher trifft man steile Schultern vermehrt bei Gebirgspferderassen an, wo Trittsicherheit bei der Zuchtauslese eine viel wichtigere Rolle spielte als schwungvolle, ausgreifende Gänge.

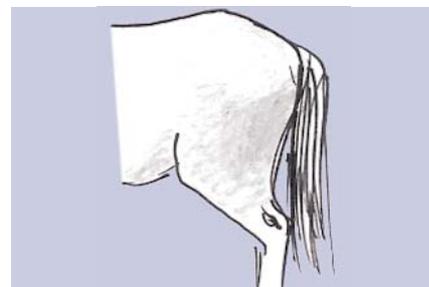
Rücken

Auch der Rücken eines Pferdes kann jede Menge erzählen. Befindet sich hinter dem Widerrist eine flache Mulde, geht das Pferd nicht korrekt über den Rücken. Je grösser die Mulde, desto schlimmer die Fehlhaltung. Das gut gerittene Pferd hat einen harmonischen, bemuskelten, gleichmässig gerundeten Rücken.

Pferde mit langen Rücken fallen gerne auseinander. Je länger der Rücken, desto schwieriger ist es, sie zu versammeln. Kurzurückige Pferde haben es leichter mit der Versammlung, gehen dafür oft nicht über den Rücken und haben Schwierigkeiten mit der Dehnungshaltung.

Hinterhand

Der Übergang von der Lende zur Kruppe soll harmonisch und rund sein. Schlecht ist, wenn dieser Übergang deutlich und eckig erscheint. Die Oberschenkel des gut gerittenen Pferdes sind kräftig und rund. Ein Pferd, das ungenügend untertritt und mit steifen Gelenken geht,



hat flache Oberschenkel. Des weiteren sollte die Hinterhand etwa gleich stark bemuskelt sein wie die Vorhand. Pferde mit «Superman-Figur» – breite Brust, schmale Hinterhand – wie man sie teilweise im Spitzendressursport sieht, sind ein deutlicher Hinweis darauf, dass der Hinterhandtätigkeit zu wenig Beachtung geschenkt wird, und dass stattdessen durch falsches Training die Muskeln der Vorhand übermässig gekräftigt wurden.

Geist und Körper hängen zusammen

Vergiss bei all den bisherigen, eher «technischen» Beschreibungen der anatomischen Zusammenhänge nie, dass auch die seelische Verfassung des Pferdes Auswirkungen auf seinen Körper hat. Wäre dies nicht so, wäre es ein Leichtes, Haltungsfehler durch Hilfsmittel wie Zügelanzug, Schenkeldruck und Hilfszügel zu beheben. Tatsache ist, dass ein Pferd nicht losgelassen sein kann, solange es nicht auch seelisch im Gleichgewicht ist. Ein unsicheres Pferd schlurft ohne viel Selbstbewusstsein durch die Gegend oder ist ängstlich verspannt. Ein nervöses Pferd rennt davon und kann sich nicht auf den Reiter konzentrieren. Schmerzen verursachen Verspannungen und können ein Pferd in den Wahnsinn treiben – ob sie nun durch den Reiter (fehlerhafter Sitz, grobe Hilfengebung), schlecht sitzende Ausrüstung oder Krankheit verursacht sind.

Du trägst die Hauptverantwortung für die Haltung des Pferdes! Sei um einen guten Sitz bemüht, der das Pferd nicht stört. Achte auf korrekte und feine Hilfengebung; Mit Zwang und Kraft verhilfst du dem Pferd nicht zu mehr Wohlbefinden. Oder arbeitest du etwa gern, wenn dich jemand dazu zwingt, etwa noch indem er dir in die Rippen boxt oder dich schlägt? Zeig dem Pferd, dass du es magst und dass es dir nicht nur gehorchen muss, sondern dir auch vertrauen kann. Nur ein gesundes, artgerecht gehaltenes Pferd ist glücklich und kann seine volle Leistung zeigen. Sorge dafür, dass es deinem Pferd gut geht. Reite nur mit passender Ausrüstung. Hast du schon einmal einen drückenden Schuh angehabt oder eine Unterhose getragen, die dauernd gezwickt hat? Da hast du doch auch nur noch diesen einen Gedanken: Egal was ringsum passiert, du willst das Ding endlich loswerden! Genauso geht es auch deinem Pferd.

Eine gewisse Rolle spielt auch das Selbstwertgefühl des Pferdes. Schüchterne Pferde neigen eher zu zu wenig Spannung, Schlaffheit. Selbstbewusste Pferde präsentieren sich dagegen gern, was dem Ausdruck und der Versammlung zu Gute kommt, mitunter wollen sie aber auch ein bisschen zu viel. Das Interessante am Ganzen ist, dass du dem Pferd durch korrekte Ausbildung zu einem besseren Selbstbewusstsein verhelfen kannst. Ein Pferd, das merkt, zu was es fähig ist, und Bewegungen erlernt, die Imponiergehabe nachahmen, wird an Selbstbewusstsein und Ausdruck gewinnen. Genau so kannst du das Pferd aber auch psychisch kaputtreiten, wenn du es dauerhaft in eine schlechte Haltung zwingst und ihm damit alle Ausdrucksmöglichkeiten nimmst.

Denk dran!

Die Sprache des Pferdes ist grösstenteils Körpersprache. Und die spricht es auch unter dem Reiter noch!

Buch- und Linktipps zum Thema

Udo Bürger/Otto Zietschmann: Der Reiter formt das Pferd

FN-Verlag, ISBN 3-88542-383-9

Ina Cygon: Die Natürliche Pferdeausbildung

OLMS, ISBN 3-487-08445-7

Kerstin Diacont: Erfolgreich arbeiten mit Pferden

Müller Rüschlikon, ISBN 3-275-01504-4

www.sustainabledressage.net

(Auszugsweise Übersetzung auf Deutsch unter www.beepworld.de/members76/rollkur2)

<http://nicholnl.wcp.muohio.edu/dingosBreakfastClub/BioMech/BioMechRide1.html>

www.pferde-physio.net