



KATHARINA MÖLLER-WEINGAND
CLAUDIA WEINGAND
SONTJE FRANCK

WAS ECHTE Pferdemädchen WISSEN MÜSSEN ...

CADMOS



... UND WARUM Pferdeliebe
ALLEIN NICHT REICHT!

Liebe Leserin,

wir freuen uns, dass wir dir mit unserem Buch neue Inspiration liefern dürfen und hoffen, es wird dir gefallen. Weitere Leseabenteuer mit verbriefteter Fachinformation findest du auf www.cadmos.de

Wenn du mit uns in Verbindung treten oder deine Erfahrungen teilen möchtest, dann tue das bitte unter:

<https://www.facebook.com/cadmosverlag>

<https://www.instagram.com/cadmosverlag>

oder per Mail an info@cadmos.de

Wir freuen uns schon jetzt über dein Feedback!



Copyright © 2024 Cadmos Verlag GmbH, München, Englmannstraße 2, 81673 München

ISBN: 978-3-8404-1102-1, 1. Auflage 2024

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.

Das Werk ist einschließlich aller seiner Teile urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Alle Rechte vorbehalten.

Viel Freude mit diesem Buch wünscht dir das CADMOS-Team:

Autorinnen: Sontje Franck, Katharina Möller-Weingand, Claudia Weingand

Covergestaltung, grafisches Konzept, Satz: Gerlinde Gröll

Lektorat: Madeleine Franck

Korrektur: Gertrud Döffinger

Umschlagfotos: Madeleine Franck

Fotos im Innenteil: Madeleine Franck, Bettina Liebscher, Shutterstock.com

Illustrationen: Verena Geiger

Wir übernehmen Verantwortung:

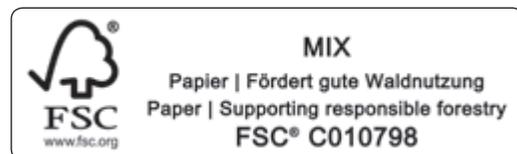
Dieses Buch wurde anhand ausgewählter Qualitätskriterien ressourcenschonend und schadstofffrei in Cadmos Qualität für dich hergestellt. Das verwendete Papier für Kern und Cover ist PEFC®-zertifiziert, der Druck erfolgte CO²-neutral.

Der Inhalt ist auf Magno matt 135 g/m² mit 1,01 Volumen für dich gedruckt, ein matt gestrichenes Bilderdruckpapier, das die Farben leuchten lässt und dem Inhalt einen hochwertigen Charakter verleiht.

Das Cover wurde auf Peyvida puro 270 g/m² gedruckt, einem Naturkarton mit ansprechender Optik und Haptik.

Auf Laminierung und Einschweißen in Plastikfolie verzichten wir – für unsere Umwelt und unsere Zukunft.

Gedruckt und gebunden wurde dieses Buch in der EU (wir wollen lange Transportwege vermeiden), bei unserem langjährigen, bewährten Druckpartner GRASPO (www.graspo.com).



Uns ist wichtig:

Gender-Erklärung: Da im Pferdesport über 80% Frauen und Mädchen vertreten sind, haben wir dieses Buch explizit den Pferdewomen gewidmet und uns zudem für die Verwendung der weiblichen Sprachform entschieden. Alle Geschlechter sollen sich dennoch gleichermaßen wahrgenommen und wertgeschätzt fühlen.

Haftungsausschluss: Wir haben den Inhalt dieses Buches nach bestem Wissen geprüft. Für die Richtigkeit der Angaben und eventuelle Schäden, die aufgrund von Beschlüssen und Handlungen, die anhand der gegebenen Informationen getroffen wurden, wird trotz sorgfältiger Recherche keine Haftung übernommen. Im Zweifelsfall ziehe bitte geschulte Fachleute zu Rate.





VORWORT	8
Warum dieses Buch?	9
PFERDEHALTUNG	10
Wie Pferde leben wollen	11
Vertrauen statt Dominanz	17
Futter, Füttern, Leckerlies	20
PFERDEFLÜSTERN	22
So kommunizieren Pferde	23
Stress- und Schmerzsignale erkennen	24
Wenn etwas nicht klappt: Missverständnisse	27
PFERDEGERECHT REITEN	30
#reitenwieespferdelieben	32
Sitzübungen: „Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.“	33
Finde eine gute Reitschule	37
Hilfszügel, Sporen und Co	42
Pferdefreundlich Turnierreiten – geht das?	45
EIN EIGENES PFERD?	50
Kosten, Zeit, Verantwortung	51
Reitbeteiligung, Pflegepferd	52
PFERDEZEIT = FREUNDSCHAFTSZEIT	54
Wellness fürs Pferd	54
Bodenarbeit und Tricktraining	57
Longieren als Dialog	62
Spaziergänge und Ausritte	65
Reiten mal anders	68
PFERDEWELT BEI TIKTOK, INSTA & CO	72
Gute Vorbilder, schlechte Vorbilder	73
Konsumgesellschaft Pferdewelt	74
ANHANG	76
Danksagung	77
Podcast- und Buch-Tipps	74



Foto © Madeleine Franck

Vorwort

WARUM DIESES BUCH



Ich bin Sontje, zurzeit vierzehn Jahre alt und lebe in Norddeutschland. Tiere sind schon immer der wichtigste Bestandteil meines Lebens; mein erstes Wort war „Tom“, der Name unseres damaligen Katers. Sobald ich sitzen konnte, hat Mama mich aufs Pferd gesetzt, und so ist es kein Wunder, dass ich heute ein echtes Pferdemädchen bin. Dúfa, unsere elfjährige Islandstute, kam vor sechs Jahren roh zu uns. Wir haben sie nach dem Konzept von OsteoDressage angeritten, und inzwischen ist sie ein absolutes Verlässpferd. Sie ist für jeden Quatsch zu haben und hat am meisten Spaß beim Üben von neuen Tricks. Für mich gibt es nichts Schöneres, als mit ihr durchs Gelände zu reiten. Übrigens trainieren wir sie, genau wie unsere drei Hunde, mit einem Clickwort und positiver Verstärkung durch Futterbelohnung.

Dúfa und Funny, meine Mini-Aussie-Hündin, spielen in meinem Leben die Hauptrollen. Egal, wie viel Stress ich in der Schule hatte, die beiden sind immer für mich da. Wenn ich an den Stall komme, von Dúfa mit einem Brummeln begrüßt werde und ihre warme Nase streicheln kann, geht es mir sofort gut. Ist das nicht das Tolle an den Tieren, dass sie uns immer lieb haben, Fehler verzeihen und uns vertrauen?

Doch was ist, wenn wir dieses Vertrauen brechen und ein Pferd durch unsere Schuld leiden muss? Das passiert leider viel zu oft völlig unbeabsichtigt und unbemerkt, einfach weil man es nicht besser weiß oder falsche Ratschläge bekommt. Oft wird Pferden Unrecht getan, wenn

es heißt, das Pferd wolle seinen Reiter ärgern oder vorführen und man müsse sich jetzt durchsetzen. Meistens haben widersetzliche Pferde in Wahrheit Schmerzprobleme durch falsches und verschleißendes Reiten, es gibt unerkannte Lahmheiten oder unpassendes Equipment. Oft entstehen Missverständnisse auch durch Fehler bei der Hilfengebung, und ich finde, all diese Probleme sollte man doch lösen, oder?

Im Laufe der Zeit mit Dúfa habe ich festgestellt, dass Pferdeliebe allein nicht reicht, um glücklich mit seinem Lieblingpferd zu sein. Auf TikTok und Instagram, aber auch sonst überall im Internet bekommt man haufenweise Information und einiges an Fehlinformationen. Zu entscheiden, was davon man glauben soll, ist gar nicht so leicht. Genau deshalb wollte ich ein Buch für echte Pferdemädchen schreiben, die Pferde genauso lieben wie ich und sich immer weiter verbessern wollen. Ich habe das Glück, einfach Katharina Möller-Weingand und Claudia Weingand fragen zu können, wenn ich etwas über pferdegerechtes Reiten wissen will. Als ich vor ein paar Jahren das erste Mal in der Führzügelklasse bei einem Turnier gestartet bin, sagte Katharina vorher zu mir: „Es geht nicht darum, eine Schleife zu gewinnen, sondern das Herz des Ponys.“ Dieses Buch hilft dir genau dabei: eine echte Freundschaft zu deinem Herzenspferd aufzubauen, zu verstehen, was Pferde brauchen, sie genauso glücklich zu machen, wie sie uns machen, und so zu reiten, wie Pferde es lieben!

Eure Sontje

Sontje Franck im März 2024



Foto © Shutterstock / Tobias Humbek

Viel Platz
für freie Bewegung und
der Kontakt zu Artgenossen
sind notwendig für
ein glückliches
Pferdeleben.

Pferdehaltung

Vielleicht fragst du dich, warum dieses Buch mit dem Kapitel „Pferdehaltung“ beginnt und weshalb dieses Thema überhaupt wichtig ist für ein Pferdemädchen. Auch wenn du deine ganze Freizeit bei deinem Pferd, Pflegepferd oder im Reitstall verbringst, ist das doch nur ein kleiner Zeitanteil im Alltag deines Pferdes.

Katharina und Claudia leben sogar auf ihrer Reitanlage und trotzdem führen ihre Pferde die meiste Zeit ihr eigenes Leben. So geht es auch unserer Dúfa, denn wir sehen sie täglich zwei bis drei Stunden und am Wochenende auch mal ein paar Stunden mehr. Aber die restlichen 21 bis 22 Stunden sind viel entscheidender dafür, wie zufrieden sie ist. Ich wünsche mir,

dass sie glücklich mit ihrem Leben ist, für das wir die Verantwortung übernommen haben. Dass sie ihre Herdenmitglieder mag, die sie sich nicht selbst aussuchen konnte. Dass es ihr gut geht mit dem Futter, das sie bekommt. Dass sie sich in ihrem Stall wohlfühlt und sie selbst entscheiden kann, ob sie gerade lieber im Regen stehen oder sich unterstellen oder

WIE PFERDE LEBEN WOLLEN

Pferde sind Bewegungstiere, deren Natur es entspricht, viele Stunden und Kilometer am Tag mit der Futtersuche zu verbringen. Wilde Pferde leben noch heute in Herden, die zusammen herumwandern, fressen, trinken und sich ausruhen. Auch wenn Wildpferde an verschiedenen Orten der Welt einen unterschiedlichen Lebensstil haben, kann man aus den Gemeinsamkeiten in ihrem Leben wichtiges Wissen über die Basics ihrer Bedürfnisse ableiten:

- Pferde brauchen jeden Tag viel freie Bewegung.
- Pferde brauchen Sozialkontakte zu anderen Pferden.
- Pferde brauchen viele Stunden am Tag die Möglichkeit, sich mit Futtersuche und Fressen zu beschäftigen.
- Pferde brauchen ausreichend Ruhe- und Schlafmöglichkeiten.

sich bewegen möchte. Dass sie sich nicht den ganzen Tag langweilt und nur darauf wartet, wann wir sie besuchen.

Ob die Grundbedürfnisse eines Pferdes im Alltag befriedigt sind, hat eine große Auswirkung darauf, wie ausgeglichen es ist, wie es sich im Umgang mit dem Menschen und auch beim Reiten benimmt. Missverständnisse entstehen oft schon deshalb, weil es dem Pferd in seinem Alltag nicht gut geht. Das gilt übrigens auch für alle anderen Tiere, die in menschlicher Obhut leben. Umso wichtiger ist es, die Bedürfnisse von Pferden überhaupt zu kennen, damit man ihnen ein artgerechtes Leben bieten kann.

Wenn du noch gar kein eigenes Pferd hast, ist es vielleicht dein Traum, eines Tages eins zu haben? Dann kannst du bis dahin einschätzen üben, wie gut es den Pferden geht, mit denen du jetzt schon befreundet bist.

Der Körper und die Psyche von Pferden sind darauf ausgelegt, dass diese Bedingungen erfüllt sind. Fehlen beispielsweise ausreichende Bewegungsmöglichkeiten, können Pferde Schäden am Bewegungsapparat davontragen, eine Stoffwechselerkrankung, Probleme mit dem Herz-Kreislauf-System, der Lunge oder andere körperliche Probleme entwickeln. Probleme können genauso im Verhalten entstehen, vielleicht hast du das selbst schon erlebt. Dürfen Pferde im Winter weniger oder gar nicht mehr auf die Koppel, wollen sie ihr Bewegungsbedürfnis woanders ausleben und nutzen die Reiteinheiten, um ihre Energie loszuwerden. Oder sie sind schon beim Führen schwierig zu händeln, können am Putzplatz schlecht stillstehen und so weiter. Dann wird der Reitunterricht zur Stressveranstaltung oder der Ausritt endet damit, dass du das Gefühl hast, dein Pferd überhaupt nicht mehr halten zu können.

Wünschst du dir auch, die kleinsten Zeichen deines Pferdes zu verstehen?



Pferdeflüstern



Illustration © Verena Geiger

Mit Pferdeflüstern ist oft gemeint, dass echte Pferdefreunde sich ihren Pferden gegenüber mit ganz feinen Signalen verständlich machen. Sie müssen nur „flüstern“, anstatt grob und laut mit ihnen umzugehen. Je besser wir unsere Pferde verstehen, desto leiser und harmonischer kann uns die Kommunikation mit ihnen gelingen.

Auch die Pferde selbst „flüstern“: Ihre Empfindungen, wie Freude oder Schmerzen, ihre Wünsche und Bedürfnisse drücken sie nur selten lautstark aus. Meistens sind es Kleinigkeiten in ihrer Mimik und ihrem Verhalten, mit dem sie uns zuflüstern, wie es ihnen eigentlich geht. Viele Menschen übergehen diese Zeichen, und dann klappt es leider nicht mit der wirklich feinen Kommunikation. In diesem Kapitel verraten wir dir, worauf du achten kannst für eine echte Freundschaft auf Augenhöhe.

Schmerzmimik des Pferde

- Steif rückwärts gerichtete Ohren
- Muskelanspannung oberhalb der Augen
- Graduelles Schließen der Augen
- Angespannte, hervortretende Kaumuskulatur
- Angespannte Nüstern mit abgeflachtem Nasenprofil
- Angespannte Maulpartie mit hervortretendem Kinn

locker, mal angespannt. Seine Augen können weich wirken oder hart, rund oder dreieckig zusammengezogen, mit Sorgenfalten darüber. Es kann vor Stress die Kiefermuskulatur anspannen, sodass die ganze Maulpartie hart wirkt, oder es kann entspannt die Unterlippe schlapp runterhängen lassen. Vielleicht macht es auch eine lange „Tapirlippe“, wenn du die richtige Kraulstelle gefunden hast.

Pferde untereinander haben es leicht, sich nonverbal zu verständigen, denn sie sprechen die gleiche Sprache. Wenn du als echtes Pferdgemädchen so richtig gut pferdisch sprechen lernen möchtest, empfehlen wir dir das Buch „Was fühlt das Pferd? Signale richtig deuten – Partnerschaft verbessern“ von Marlitt Wendt.

SO KOMMUNIZIEREN PFERDE

Pferde nutzen ihre Mimik, ihren ganzen Körper, die Körperstellung und ihre Bewegungen, um ihre Stimmungen und augenblicklichen Interessen mitzuteilen. Bestimmt hast du gelernt, auf die Ohren von Pferden zu achten: Zeigen sie nach vorn, ist ein Pferd offen und interessiert, legt es sie nach hinten an, passt ihm etwas nicht. Dabei können die Ohren noch so viel mehr, und viele weitere Muskeln am Kopf des Pferdes verändern seinen Gesichtsausdruck. Mal sind die Nüstern rund und weit geöffnet, mal schmal, mal

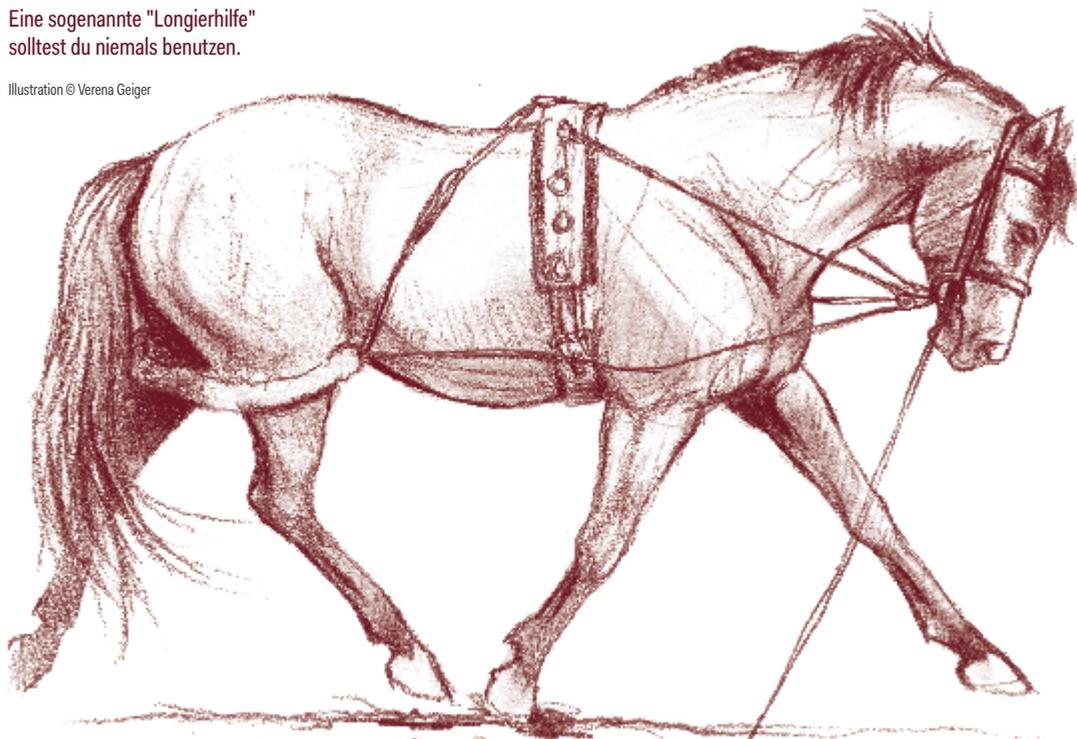
einer Reitschule definitiv der Fall. Die im Kapitel Pferdehaltung beschriebenen Grundbedürfnisse müssen in einer Reitschule selbstverständlich für die Lehrpferde erfüllt sein. Nur ein ausgeglichenes, ausgeschlafenes, sattes Pferd kann seinen Job gut gelaunt und damit für die Reitschülerinnen sicher ausführen.

HILFSZÜGEL, SPOREN UND CO

In manchen Ställen gehören Hilfszügel und Sporen leider immer noch zur täglichen Standardausrüstung, in anderen Ställen sind sie komplett verpönt und als Tierquälerei verschrien. Die Wahrheit liegt wie so oft in der Mitte.

Eine sogenannte "Longierhilfe" solltest du niemals benutzen.

Illustration © Verena Geiger



Hilfszügel

Es gibt Hilfszügel, die im Sinne eines pferdefreundlichen Reitstils eigentlich verboten gehören und die du als Pferdeliebhaberin bitte keinesfalls verwendest: Dazu zählen Schlaufzügel, die sogenannte Longierhilfe, die sogenannte Reininghilfe, der Halsverlängerer und der Stoßzügel. Die Einwirkung dieser Hilfszügel hat auf Pferde körperlich keinen sinnvollen Nutzen und kann sie psychisch schädigen.

Es gibt andere Hilfszügel, wie etwa die seitlichen Ausbindezügel oder das Martingal, die nicht unbedingt schlecht für Pferde sein müssen. Wenn sie punktuell eingesetzt werden (keinesfalls täglich stundenlang!) und wenn sie lang genug verschnallt werden (sodass das Pferd mit

HINTERGRUNDWISSEN ...

Um zu verstehen, ob und wie Ausbindezügel Sinn machen können, müssen wir ins Thema Reitlehre einsteigen: Zwischen Reiterhand und Pferdemaul wird eine weich federnde, stete Verbindung angestrebt, die als „Anlehnung“ bezeichnet wird. Das Pferd sucht die Anlehnung, die Reiterin gestattet sie.

In korrekter Anlehnung gehen kann dein Pferd mit höherer oder tieferer Kopfhaltung, mit der Stirn-Nasenlinie an der Senkrechten und mit der Stirn-Nasenlinie vor der Senkrechten. Anlehnung ist in verschiedenen Kopf-Hals-Positionen möglich, nur hinter der Senkrechten ist falsch.

Für Pferde ist es sehr gesund, die Kopf-Hals-Position je nach Lektion, Gangart, Bodenverhältnissen und Außenreizen fließend wechseln zu dürfen – es gibt nicht die einzig richtige Haltung. Am Sattel oder Longiergurt befestigte Ausbindezügel machen diese fließende Veränderung nicht so mit, wie eine gute Reiterhand.

Werden Ausbindezügel lang genug verschnallt, sodass sie den Pferdehals nicht in eine gerollte Position und den Kopf nicht hinter die Senkrechten zwingen, dann schaden sie aber auch nicht direkt. Richtig verwendet rahmen sie den Pferdehals seitlich ein und bieten

eine konstantere Anlehnung als eine schlechte, unruhige, rückwärts ziehende Reiterhand. Mit dieser Argumentation werden sie im Reitunterricht eingesetzt, während der Reitschüler Sitzübungen macht, um eine unabhängige, pferdefreundliche Reiterhand zu bekommen und dem Pferd dann eben in Zukunft eine feine, elastische Anlehnung ohne Hilfszügel anbieten zu können.

Weder Ausbinder noch Zügel sind dafür da, den Pferdekopf und Pferdehals in eine bestimmte Position zu bringen!

Ob ein Pferd die Anlehnung sucht und weder von der Reiterhand noch von Hilfszügeln in eine gewünschte Position manipuliert wird, liegt an Takt und Losgelassenheit: Dein Pferd wird dann den Hals fallen lassen und korrekt „durchs Genick“ gehen, wenn es in rhythmischem Bewegungsfloss locker, angst- und schmerzfrei, einfach unverkrampft laufen darf. Wenn Takt und Losgelassenheit vorhanden sind, resultiert daraus die Anlehnung und eine physiologische, das heißt ganz natürliche, leichte Beizäumung des Pferdes.

Wer die Anlehnung verbessern will, muss also eigentlich Takt und Losgelassenheit verbessern.

seiner Stirn-Nasen-Linie deutlich vor der Senkrechten gehen kann), können sie unter Umständen auch im Sinne des Pferdes sein. Du solltest sie ausschließlich im Beisein und nach genauer Anleitung deiner Trainerin verwenden und ihren Einsatz immer wieder hinterfragen. Guter Reitunterricht und gute Pferdeausbildung müssen nämlich unbedingt dahin führen, dass Hilfszügel sich erübrigen und nicht mehr notwendig sind!

Katharina und Claudia nutzen seit vielen Jahren keinerlei Hilfszügel und möchten in diesem Sinne mit gutem Beispiel vorangehen. Notwendig ist das Ausbinden keinesfalls, aber auch nicht zwangsläufig Tierquälerei. Zur Quälerei werden die Ausbinder allerdings definitiv, wenn sie das Pferd dazu zwingen, seinen Hals zu rollen und mit der Stirn-Nasen-Linie hinter der Senkrechten zu gehen.

Die passende Leistungsklasse

Halte dich an den alt bewährten Tipp, auf dem Turnier immer eine Klasse niedriger zu starten, als du im Training reiten kannst. Wenn du zu Hause in der Springstunde durchaus mal 1,2 Meter springst, dann nenne auf dem Turnier bis zu einem Meter. Auch wenn du zu Hause schon an L-Lektionen trainierst, starte auf dem Turnier in der Klasse A. Geübt wird zu Hause, nicht auf dem Turnier!

Warum? Unter Stress werden unsere koordinativen Leistungen etwas schlechter. In fremder Umgebung, nach einer zu kurzen Nacht, auf einem lauten Turnierplatz funktionieren nur die Dinge gut, die zu Hause ohne den Stress schon spielend und nahezu im Schlaf klappen. Das ist normal und geht uns allen so. Die eigentliche Herausforderung bei pferdefreundlichem Turnierreiten ist es, mental gut drauf, locker, angstfrei und die beste Freundin deines Pferdes zu bleiben. Und das gelingt dann, wenn du nicht an deinem reiterlichen Limit kratzt.

Im Namen der Leistung

In jeder Pferdesportdisziplin gibt es pferdefreundliche Trainingsmethoden, mit denen man Pferde zwingen kann, höhere Leistungen zu erbringen. Es wird immer Trainer oder Mitreiter geben, die das Wohl des Pferdes nicht sehen wollen oder können und die diese Methoden anwenden und unter Umständen sogar vor dir platziert werden. Das fühlt sich manchmal nicht fair an und der Erfolg scheint diesen Trainingspraktiken auch noch recht zu geben.

Fragen, die du dir zu diesem Thema stellen kannst, sind folgende:

- Bist du zufrieden und stolz auf deinen Ritt und dein Pferd? Sehr gut. Nichts an deinem Ritt ist weniger wert, nur weil jemand anders vor dir platziert war.
- Reitest du für den Richter/den Zeitungsjournalisten/das Instagram-Foto mit goldener Schleife am Kopf – oder reitest du für dein Pferd? Hat der Turnierritt deinem Pferd Spaß gemacht und gutgetan? Das ist der Erfolg, der wirklich zählt!



- Was für eine Reiterin möchtest du sein? Das können wir jeden einzelnen Tag neu entscheiden. Die Schlaufzügel (wieder) weglassen, das scharfe Hebelgebiss (wieder) gegen die Trense tauschen, an uns selbst arbeiten, anstatt am Pferd herumzukritisieren.
- Du wählst deine Trainer. Wird bei einem Lehrgang ein Pferd gebarrt, gefenced, an

Foto © Shutterstock / acceptphoto



Auf Turnieren gibt es viel schlechtes Reiten zu sehen - versuch dich auf die positiven Vorbilder zu konzentrieren.

Nicht die Schleife zählt beim Turnier, sondern die Zufriedenheit deines Pferdes.



den Zügeln gerissen, in die Flanken getreten? Dann melde dich dort nicht noch mal an. Zeigen Pferde Schmerzzeichen? Dann verändere diese Trainingsweise. Vielleicht gewinnst du ohne diesen Trainer und diese Trainingsmethoden das nächste Turnier nicht – vielleicht gewinnst du durch eine Trainingsumstellung aber das übernächste Turnier erst recht.

Manchmal müsste man für eine wirkliche Veränderung sein Umfeld enttäuschen oder sogar den Stall wechseln. Das kann hart sein. Dieser Prozess gehört zur eigenen Entwicklung dazu.

Gewinne keine Schleifen, gewinne das Herz deines Pferdes!

Finde heraus, an welchen Stellen dein Pferd am liebsten geschrubbt wird, wo es sanfte Berührungen bevorzugt und was seine Lieblingskraulstellen sind. Je besser du die Vorlieben und Eigenarten deines Pferdes kennst, desto eher wird dir auffallen, wenn ihm vielleicht mal etwas wehtut. Zusätzlich kannst du es mit deinen Händen massieren oder verschiedene Übungen machen, die ihm guttun.

Übung 1: Widerrist schaukeln

Stell dich neben die Schulter deines Pferdes und nimm mit deiner Hand sanften Kontakt zum Widerrist auf. Wichtig: Nur das Eigengewicht deiner Hand ruht auf dem Widerrist, deine Finger sind entspannt. Nimm zunächst wahr, wie dein Pferd reagiert: Spannt sich seine Kaumuskulatur an? „Rümpft“ es die Nüstern? Legt es die Ohren an? Oder wirkt es entspannt und genießt den Kontakt? Pferde, die eine unpassende Decke tragen, die am Widerist drückt, oder einen aktuell unpassenden Sattel haben, aber auch Pferde mit beispielsweise Magen- oder Halswirbelsäulenproblemen mögen Berührung am Widerrist oft nicht sofort. Warte hier ab, bis dein Pferd eine entspannte Mimik hat und das Eigengewicht deiner Hand akzeptiert.

Beginne dann, den Widerrist ganz sanft zu dir hin und von dir weg zu schaukeln. Damit du die Hand auf dem Pferdefell nicht anzuspannen brauchst, erzeuge die Bewegung mit der anderen Hand, die du sanft über die Hand auf dem Widerrist legst. Arbeite gern aus deinem Körper, nicht aus dem Bizeps, das macht die Bewegungen fließender. Wähle einen ganz ruhigen Rhythmus. Solange du in dein Pferd hineinhörst, kannst du nichts falsch machen. Die Bewegung wird bei richtiger Ausführung immer fließender und viele Pferde entspannen sich sehr schön.



Übung 1: Claudia schaukelt sanft Hercules' Widerrist.



Das VIDEO dazu
bit.ly/3wjRowU

Dein Pferd ist wehrig und entspannt sich auch dann nicht, wenn du ganz ruhig und geduldig vorgehst? Frage bitte einen Pferdetherapeuten oder Tierarzt.

Übung 2: Kopffaszie lösen

Nimm sanften Kontakt zum Nasenbein deines Pferdes auf. Die Finger deiner Hand reichen sehr wahrscheinlich bis zum Stirnbereich. Ruhe hier, bis das Pferd sich unter deinen Fingern entspannt. Übe keinen Druck aus – das Eigengewicht der Finger reicht völlig. Streiche

Foto © Madeleine Franck



Übung 2: Zum Lösen der Kopffaszie verschiebst du leicht die Haut in kleinen Kreisen.

Streiche dann vom Nasenbein ausgehend leicht nach oben, verschiebe hierbei sanft die Haut unter deinen Fingern. Streiche in einem ruhigen kleinen Kreis nach rechts, bis du wieder auf der Mitte des Nasenbeins landest. Verschiebe wieder deine Finger leicht nach oben und mache einen weiteren Kreis nach rechts. Folge diesem System, bis du am Schopf ankommst. Wiederhole die kleine Massage, indem du wieder von unten ausgehend kleine Kreise nach links machst. Verschiebe dabei immer sanft die Haut. Du wirst spüren, dass das an manchen Stellen besser geht als an anderen. Gründe können Verspannungen der Kaumuskulatur und Faszieneinschränkungen sein. Ursachen sind häufig Zahnprobleme, ungesunde Fresspositionen (zum Beispiel durch hängende Heunetze) oder unpassendes Equipment.

Ist dein Pferd bei der Übung wehrig, frage einen Pferdetherapeuten und/oder schau, ob ohnehin eine Zahnkontrolle fällig wäre.

dann sanft mit flachen Fingerspitzen (nicht „Krallen“) von unten nach oben bis zum Schopf. Die Bewegung ist langsam und fließend. Viele Pferde bewegen den Kopf in die Finger hinein – wenn dein Pferd mehr Druck möchte, darfst du das gern annehmen. Manche Pferde möchten weniger Druck und weichen etwas zurück – auch das ist völlig in Ordnung, übe dann weniger Druck aus. Streiche mehrmals von unten nach oben. Wahrscheinlich spürst du schnell, dass die Haut sich leicht verschiebt. Das ist erwünscht, löst kleinere Verklebungen und Verspannungen und wirkt so entspannend.

BODENARBEIT UND TRICKTRAINING

Wenn es Probleme mit einem Pferd beim Reiten gibt, bekommt man oft den Rat: „Mach doch mal Bodenarbeit mit ihm.“ Doch was genau ist damit gemeint? Unter dem Begriff Bodenarbeit lässt sich quasi jede Beschäftigung mit dem Pferd zusammenfassen, bei der der Mensch nicht reitet, sondern am Boden bleibt.

Wenn von Bodenarbeit die Rede ist, meint der eine Trainer also vielleicht ein einfaches Führtraining, der andere meint Longieren, Gelassenheitstraining, klassische Handarbeit,

PFERDEZEIT = FREUNDSCHAFTSZEIT

zen, dann auf dem rechten Fuß leichttraben, dann wieder leichter Sitz und so weiter. Oder wechsele einfach nur nach einer bestimmten Schrittzahl zwischen Leichttraben auf dem linken und dem rechten Fuß hin und her. Das sollte klappen, ohne dass dein Pferd im Takt gestört wird, also während es gleichmäßig unter dir weitertrabt.

Setze dir selbst kleine Aufgaben, wie zum Beispiel an bestimmten Punkten (genau beim nächsten Baum, der Bank, einem Schild usw.) ohne Zügelhilfen einen Übergang zu reiten oder anzuhalten. Wenn ich mit jemandem gemeinsam ausreite, übe ich jedes Mal, aus dem Sitz heraus das Tempo zu verlangsamen oder ein paar Meter Schrittpausen zu machen, obwohl das andere Pferd vorweg weitertrabt. Wie gut das klappt, liegt nicht unbedingt nur daran, wie gut die Hilfen gerade sind, sondern manchmal einfach am Ausbildungsstand oder dem Aufregungslevel des jeweiligen Pferdes. Aber Üben lohnt sich, und Erfolge zu haben macht Spaß!

Du kannst auch mal im Slalom zwischen Bäumen entlang, im Schenkelweichen Zickzack von der einen zur anderen Wegseite oder andere kleine Übungen reiten. Das alles hilft dabei, dass dein Pferd auch beim Ausreiten nicht auf Autopilot schaltet. Damit ihr nach einem schönen Ausritt wieder entspannt zu Hause ankommt, ist es übrigens immer sinnvoll die letzten zehn Minuten abzusteigen, den Sattelgurt zu lockern und den Rest des Weges zu führen.

REITEN MAL ANDERS

Wenn du versuchst #reitenwieesferdelieben umzusetzen, trägt eigentlich jeder Ritt dazu bei, die Freundschaft zwischen dir und deinem Pferd oder deiner Reitbeteiligung zu festigen.

Dennoch gibt es Erlebnisse, die sogar noch ein bisschen mehr Spaß machen als ein normaler Ausritt oder eine Reitstunde und die euer gegenseitiges Vertrauen stärken.

Ausflüge und Urlaube mit Pferd stehen für viele Pferdemädchen auf der Wunschliste: Einmal am Strand galoppieren, mit dem Pferd im See schwimmen, einen Extreme Trail Park besuchen oder sich mit Freunden zu einem

Sontje und Bonnie lieben es,
im Gelände zu galoppieren.

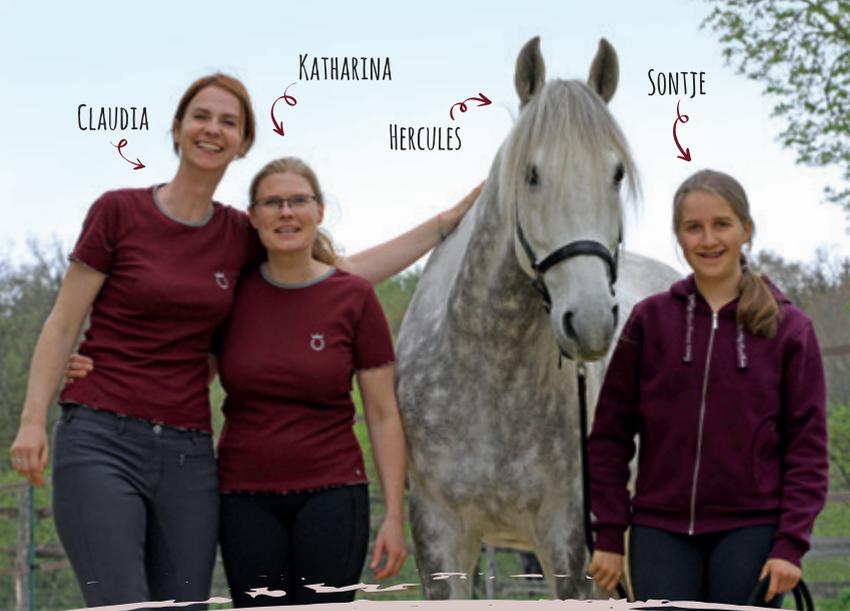


Wanderritt treffen – es ist toll, wenn ein solcher Traum wahr wird.

Aber es gibt auch viele schöne Sachen, die man zu Hause auf dem eigenen Reitplatz umsetzen kann. Wie wäre es, wenn du mit deinen Freundinnen einen Trailtag an eurem Stall organisierst? Oder wenn du einfach öfter mal „anders“ reitest als sonst, zum Beispiel mit Halsring?

Reiten mit Halsring

Ein Halsring ist ein fester Ring, der lose um den Pferdehals gelegt wird. Das Pferd wird damit ohne Trense oder andere Zäumung geritten, wobei der Halsring mit einer Hand gehalten wird. Je nachdem, ob du die Richtung ändern oder das Pferd bremsen willst, legst du den Ring seitlich oder vorn am Pferdehals an. Der



DIE AUTORINNEN

Katharina Möller-Weingand (FN Trainerin A) und **Claudia Weingand** (osteopathische Pferdetherapeutin) leiten gemeinsam unter dem Namen **OsteoDressage** ein Ausbildungszentrum in Dischingen. Sie haben sich der klassischen Reitlehre verschrieben und sind außerdem spezialisiert auf Reha und Trainingstherapie. Unter dem Motto „Mehr wissen, besser trainieren, pferdegerecht reiten“ geben sie ihr umfassendes Wissen auch online und in zahlreichen Fachbüchern weiter.

Sontje Franck ist 14 Jahre alt und mit Tieren aufgewachsen. Durch ihre Eltern und die Freundschaft zu Katharina und Claudia ist sie schon früh mit Fragen rund um positives, tiergerechtes und – speziell bei Pferden – gesunderhaltendes Training in Berührung gekommen. Sie hatte die Idee zu diesem Buch, um anderen pferdebegeisterten Jugendlichen den Zugang zu wichtigem Pferdewissen zu erleichtern.

MIT MEHR WISSEN DIE Welt der Pferde BESSER MACHEN

Für viele Pferde ist das Leben nicht so schön, wie coole TikTok-Videos und Instagram-Fotos mit Wow-Effekt es vermuten lassen. Damit du nicht nur mitreden, sondern es im Reitunterricht, bei deiner Reitbeteiligung oder sogar deinem eigenen Pferd besser machen kannst, gibt's hier die nötigen Infos: Wie geht pferdegerechtes Reiten? Was brauchen Pferde zum Glücklichen? Wie kannst du die Pferdesprache lernen und Missverständnisse vermeiden? Und wie gewinnst du das Herz deines Pferdes?

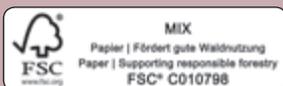
Ein Must Have für alle Pferdemädchen und angehende Equestrians, die das Wichtigste schon mitbringen: Ganz viel Pferdeliebe. Denn wer nichts mehr liebt, als die weichen Nüstern eines Pferdes zu streicheln und Zeit im Sattel oder zumindest im Stall zu verbringen, braucht dieses Buch.

AUS DEM INHALT

- Pferdehaltung
- Ein eigenes Pferd?
- Pferdeflüstern
- Pferdezeit = Freundschaftszeit
- Pferdegerecht reiten
- Pferdewelt bei TikTok, Insta & Co



www.osteodressage.com



Dieses Buch wurde auf FSC®-zertifiziertem Papier aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen Co²-neutral gedruckt!



CADMOS

9783840411021



9 783840 411021

www.cadmos.de | www.avbuch.at