



G

Oliver Hilberger

Gymnastizierende Arbeit an der Hand

Schritt für Schritt zu
Losgelassenheit und Selbstvertrauen



CADMOS





Inhalt

Einleitung	11
Die Verwandlung des eigenen Pferdes	12
Gymnastizierung: Die Hauptaufgabe der Handarbeit	15
Das Spiel mit der Balance	15
Losgelassenheit	18
Muskelaufbau	19
Gleichgewicht	19
Körperbewusstsein	20
Selbstvertrauen	20
Was lernt der Mensch?	22
Die Ausrüstung	25
Der Kappzaum	25
Die Trense	30
Die Gerte	31
Das Lob	31
Basisarbeit	33
Die Grundposition	33
Die Trensenführung	34
Die Gertenhaltung	37

Die Hilfengebung	41
Erste Basisübungen auf Trense	41
Aufrichtende Wirkung	42
Senkende Wirkung	42
Biegende Wirkung	46
Erste Basisübungen am Kappzaum	50
Das Pferd in Bewegung	53
Die bevorzugte Seite	53
Weniger ist mehr	53
Klare Regeln beim Führen und Treiben	54
Der Schritt als Basisgangart	55
Das Antreten	55
Die Haltparade	58
Hilfengebung auf Kappzaum	58
Problem: Das Pferd bleibt nicht stehen	58
Das Rückwärtsrichten	63
Routine und Erfahrung	63
Die Hufschlagfiguren im Porträt	65
Ganze Bahn	65
Zirkel	66
Volte	67
Einfache und doppelte Schlangenlinie	67
Schlangenlinien durch die Bahn mit drei Bögen	69
Halbe Bahn und Karree	69
Durch die Länge der Bahn	69
Verschiedene Möglichkeiten des Handwechsels	70
Stellung, Biegung, Vorwärts	73
Auf dem Zirkel	74
Häufige Fehler des Menschen	79
Die Hilfengebung auf Kappzaum	81
Untertreten auf der Volte	83

Das Schulterherein	91
Die Schlüssellektion	91
Gleichmäßige Biegung?	93
Vorbereitung	94
Ausführung	96
Schulterherein auf vier Hufspuren	100
Das Konterschulterherein	100
Übungsabfolge zur Weiterentwicklung	101
Im Trab	104
Antraben und Durchparieren	104
Der Renvers	107
Vorbereitung	107
Schritt 1: Die Vorhandwendung	108
Schritt 2: Die Erweiterung	109
Schritt 3: Der Renvers auf der Volte	109
Der Renvers geradeaus	110
Der Travers	115
Ausführung	115
Vom Travers auf der Volte zur Schrittspirouette	116
Travers aus dem Schulterherein	119
Die Traversale	123
Das innere Bild	123
Vorbereitung und Ausführung	124
Die Traversale auf Kappzaum	126

Kombinierte Seitengänge	129
Vielfältige Variationen	129
Schlangenlinien durch die Bahn mit Seitengängen	129
Einfache und doppelte Schlangenlinie mit Seitengängen	130
Die Acht mit Seitengängen	130
Schulterherein und Traversale	133
In kombinierten Seitengängen durch den Zirkel wechseln	133
Das Dreieck	134
Die Acht im Quadrat	135
In Seitengängen durch das ganze Viereck	136
Die kombinierten Passaden	138
Weiterführende Arbeit	141
Ausstrahlung und Freude	141
Übergänge	142
Das Antraben im Seitengang	142
Das Parieren im Seitengang	143
Die Schaukel	145
1. Der gezählte Schritt	146
2. Das versammelte Halten	146
3. Rückwärtsrichten	148
Die Ziele	148
Ausblick	151
Wohin geht der Weg?	151
Mit Leidenschaft zu ungeahnten Höhen	152
Der Hauptdarsteller	157
Malcolms Vorgeschichte	157
Die Rettung und Verwandlung	157



Gymnastizierung: Die Hauptaufgabe der Handarbeit

Das Spiel mit der Balance

Jeder, der sich mit Pferden beschäftigt, wird zwangsweise über den Begriff „Gymnastizierung“ stolpern. Aber was bedeutet es eigentlich, ein Pferd zu gymnastizieren?

In den letzten Jahren entwickelte sich glücklicherweise auch bei den „Freizeitreitern“ das Bewusstsein, dass jedes Pferd von der Gymnastizierung profitieren kann. Seitengänge sind schon längst kein Privileg der Dressurreiter mehr. Als Freizeitreiter ist man keinem Wettbewerb ausgesetzt, es existieren keine Regelwerke und Vorschriften. Die Regeln werden allein von den Pferden vorgegeben! Es liegt in der Verantwortung des Menschen, das Pferd so zu gymnastizieren, dass es möglichst bis ins hohe Alter ohne Schmerzen und Schäden am Bewegungsapparat in der Lage ist, einen Reiter auf seinem Rücken zu tragen.

Jede Änderung der Richtung, Geschwindigkeit oder Gangart des Pferdes ist eine Balanceverschiebung. Das heißt: Erst das Spiel mit dem Gleichgewicht ermöglicht es dem Pferd, gewisse Bewegungen auszuführen und dementsprechend zu reagieren.

Ein flüchtendes Pferd wird sein Gewicht in Richtung Schultern verschieben, ein in die Enge getriebenes Pferd setzt sich auf die Hinterhand, um sich blitzartig verteidigen zu können.

Beobachtet man Pferde beim Spiel auf der Weide, so wird man auch hier sehr gut sehen können, wie sie im Wechselspiel zwischen Angriff und Verteidigung ihre Balance verschieben. Mit Leichtigkeit und Lebensfreude trainieren sie Reflexe, Muskeln, Geschicklichkeit und den Gleichgewichtssinn. Im täglichen Spiel gymnastizieren sie sich selbst, um schließlich im (heute rein hypothetischen) Kampf ums Überleben den entscheidenden Vorteil gegenüber den Feinden zu haben oder als Hengst vielleicht doch einmal eine Herde für sich in Anspruch zu nehmen.

Es steckt also in der Natur des Pferdes, sich zu gymnastizieren – beste Voraussetzungen für uns Menschen, dies zu fördern und zu unterstützen.

Aus der Sicht des Pferdes kommt aber noch ein wichtiger Aspekt zum Tragen: Mit Verbesserung der Biegsamkeit, der Muskeltätigkeit



Das selbstbewusste Pferd – es wächst, innerlich wie äußerlich.

und der Tragkraft vollzieht sich beim Pferd auch eine psychische Veränderung. Es wird kräftiger, selbstbewusster und weiß dann auch seine neu gewonnenen Fähigkeiten einzusetzen.

Mit jeder Übung werden die Pferde geschmeidiger, das Vertrauen in den eigenen Körper wächst, die Balance wird verbessert und die Tragkraft geschult. Je mehr die Hinterhand gymnastiziert wird, desto mehr verlagert sich das Gleichgewicht in Richtung Hanken. Es findet eine Wechselwirkung zwischen körperlicher und seelischer Verfassung statt: Der Fluchtgedanke wird mehr und mehr in den Hintergrund gedrängt, weg von den Schultern, das Selbstbewusstsein des Pferdes wächst

und wird so zum Schlüsselpunkt der Gymnastizierung aus der Sicht des Pferdes!

Die Dressur hat es sich zur Aufgabe gemacht, natürliche Bewegungen der Pferde zu kultivieren, zu verfeinern und zu entwickeln. So liegt jeder körperlichen Haltung auch eine Emotion zugrunde. Ein Pferd in versammelter Haltung ist in einem anderen psychischen Zustand als ein Pferd, das grasend auf der Weide steht. Der Ausgangspunkt ist also die emotionale Gemütslage des Pferdes, die in der körperlichen Haltung ihren Ausdruck findet.

Ziel und Absicht der Dressurreiter ist die höchste Vollendung der Ausbildung des Pferdes. Ein Sinn für das Pferd entsteht aber nur, wenn es sich durch Freude an der eigenen



Die Schenkeltrense wirkt an der Außenseite des Mauls ähnlich einem Kappzaum und verhindert an der Innenseite das Durchziehen des Gebissstücks.

Die Trense

Ob Wassertrense oder Olivenkopftrense, D-Trense, Schenkeltrense, einfach oder doppelt gebrochen, dünn oder dick – die Auswahl ist groß, und der Fantasie sind kaum Grenzen gesetzt. Eines haben all diese Mundstücke gemeinsam: Sie sind Fremdkörper im Pferdemaul.

Gaumen, Laden und Zunge sind hochempfindliche Teile des Mauls, und ein Mundstück kann hier sehr große Schmerzen verursachen, wenn es unsachgemäß und zweckentfremdend eingesetzt wird. Leider ist das Wissen über Wirkungsweise und Verwendung von Gebissen heute häufig lückenhaft und führt so zu einem mehr oder weniger fragwürdigen Gebrauch dieses wertvollen Kommunikationsmittels.

Die Handarbeit hat auch hier große Vorteile gegenüber dem Reiten. Man kann das Pferd nicht über direkte Handeinwirkung beizäumen, das berüchtigte „Riegeln“ ist technisch nur sehr schwer möglich. Als Ausbilder muss man auf die ursprüngliche Wirkungsweisen der Trense zurückgreifen: auf das Stellen, Biegen und Begrenzen.

Für welche Variante man sich auch immer entscheidet – richtig gehandhabt kann jede Trense zum Erfolg führen. In der Praxis hat sich die Schenkeltrense als optimales Gebiss für die Handarbeit erwiesen, da der Trensenring nicht durch das Maul gezogen werden kann, wenn Anfängern größere Fehler in der