



Die IPTh-Jubiläumswochen 2014

### **Woche 1: Pferderückentraining**

Heute haben wir unseren ersten Tipp für Euch... Nutzt Eure Winterpause!

Viele von uns Reittherapeuten, Reitpädagogen und Hippotherapeuten machen eine Winterpause. Ob mit oder ohne Halle, für uns und die Klienten ist es oft einfach zu kalt draußen und besonders bei körperlich eingeschränkten Personen ist Verkrampfung durch Kälte kontraproduktiv.

Da Therapiepferde mindestens einmal im Jahr eine längere Pause haben sollten, kann die Winterzeit gut dafür genutzt werden. Wir am IPTh lassen unsere Klienten bis Weihnachten langsam „auslaufen“ und machen dann im Januar eine Pause. Auch im Februar kann uns das Wetter dann noch zum Warten zwingen, aber für einige Klienten ist eine zu lange Pause natürlich auch nicht gut.

Wie können wir für die Pferde die Winterpause nutzen? Bei uns heißt Therapiepause nicht, dass die Pferde nur auf der Weide stehen. Sie werden weiterhin bewegt und besonders Schwachstellen im reiterlichen Bereich, an der Longe etc. können angegangen werden (natürlich nur, falls der Schnee nicht zu hoch liegt).

In diesem Jahr hat bei uns das Thema „gesunder Therapiepferderücken“ oberste Priorität. Besonders unsere Criollo-Stute Bonni hat im Herbst wieder vermehrt Probleme beim Reiten gezeigt. Daher haben wir ein Trainingskonzept für Dezember und Januar aufgestellt, in dem sie nur ohne Reiter gymnastiziert wird und ihre Problemstelle im Widerristbereich kontinuierlich aufgedehnt wird.

Der Trainingsplan sieht folgende Komponenten vor, die täglich umgesetzt werden:

- **Dehnungshaltung des Halses seitlich**
- **Kompliment**
- **geschlossener Stand und „Bergziege“**
- Arbeit an der Hand mit Trense, dabei korrekte Kopf und Halsstellung mit Förderung der oberen Halsmuskulatur und lockerem Unterhals sowie fleißiger Hinterhandaktivierung, Übertreten mit Längsbiegung
- Langzügelarbeit im Schritt und Trab mit Seitengängen
- Longieren mit Kappzaum in allen Gangarten und Förderung der Vorwärts-Abwärts-Haltung
- Stangen und Cavalettiarbeit an der Longe

Die ersten drei Komponenten möchten wir Euch mit ein paar Bildern und kurzer Beschreibung vorstellen:

### 1) **Dehnung des Halses seitlich**

Das Pferd lernt still zu stehen und seinen Kopf langsam Richtung Bauch zu drehen, ohne sich dabei zu bewegen. Wenn es die Möhre im Maul hat, ein wenig in der Dehnung halten. Als zweiter Schritt kann der Kopf weiter Richtung Rücken geleitet werden.



Die Dehnung kann mit einer Möhre erarbeitet werden, später mit Halfter und auch mit der Trense. Hier kann auf die Anleitung von Phillippe Karl verwiesen werden. Dabei wird die Beugung des Genicks und Dehnungshaltung an der Hand erarbeitet, erst am hohen Kopf, dann in die Biegung, danach wird die Genickbeugung veranlasst und das Pferd ins Vorwärts-Abwärts geleitet.



## 2) Kompliment

Der Kopf des Pferdes wird zur Dehnung und Vorübung tief zwischen die Vorderbeine geleitet, dies kann mit Hilfe einer Möhre geschehen. Dann wird als nächster Schritt ein Vorderbein aufgehoben und beim Absenken des Kopfes wird das Pferd auf das Vorderbein gekniet.



- 3) In der sogenannten „**Bergziege**“ nähern sich die Hinterbeine des Pferdes den Vorderbeinen an, bis das Pferd eine Dehnung der Rückenoberlinie erfährt. Das kommt besonders Pferden zu Gute, die ihre Wirbel öffnen sollen oder auch Schwierigkeiten haben, ihre Hinterbeine weit unter den Körper zu bringen. Desweiteren lernt das Pferd, die Füße auf Impuls einzeln nach vorne zu setzen. Dabei kann auch der geschlossene Stand zugleich erarbeitet werden. (Da Bonni noch Schwierigkeiten mit der Bergziege hat, sollen Photos von Leif den Stand verdeutlichen. Sicher gibt es Pferde, die mit ihren Hinterbeinen direkt hinter die Vorderbeine kommen – das schafft Leif nicht, für seinen langen Rücken ist es so allerdings auch schon toll!

