

Pferdegangart: Der Schritt:

Im Schritt ist die Reinheit der Fußfolge dann gegeben, wenn das Auffußen im klaren Viertakt erfolgt. Dabei hat das Pferd losgelassen und durchlässig an den Hilfen zu stehen, die Haltung

muss dem in den einzelnen Schrittartern geforderten Rahmen entsprechen. Man unterscheidet: Mittelschritt, Versammelter Schritt, Starker Schritt und freier Schritt.

Der Schritt ist eine ruhige Viertaktgangart ohne Schwebephase, in der Reihenfolge links vorne - rechtshinten – rechts vorne – links hinten, wobei die Bewegungen sich etwas überlappen.

Als fehlerhaft gilt ein passartiger Gang.

Beim *starken Schritt* mit mehr Raumgriff tritt der Hinterhuf deutlich über den Abdruck des Vorderhufs hinaus, man spricht auch von *Rahmenerweiterung*, bei der die Schrittfrequenz nicht eiliger, aber die Schritte ausgreifender und die Nickbewegung des Pferdekopfs deutlicher werden. Der Hinterfuß fußt möglichst weit über die Spur des Vorderhufs hinaus.

Beim *versammelten Schritt* soll das Pferd vermehrt Last mit der Hinterhand aufnehmen und dadurch kürzere und erhabene Schritte zeigen, sich also versammeln. Es reicht nicht, wenn lediglich der Schritt verlangsamt und verkürzt wird. Der Hinterfuß fußt – je nach Grad der Versammlung – in die Spur des Vorderhufs bis etwa eine Huflänge dahinter.

Beim Mittelschritt fußt der Hinterfuß in etwa eine Huflänge über die Spur des Vorderhufs hinaus.

Der Schritt ist die Gangart, bei der am wenigsten durch Ausbildung und Training verbessert werden kann.

Trab

Der Trab ist eine schwungvolle Bewegung im Zweitakt mit einem Moment der freien Schwebe. Das Pferd behält bei sicherer Anlehnung, aktiver Hinterhand und schwingendem Rücken, in der Versammlung sowie der Verstärkung immer denselben Takt bei. Die Unterschiede zwischen den Tempi müssen deutlich erkennbar sein, wobei die Übergänge weich und geschmeidig erfolgen sollen. Man unterscheidet: Arbeitstrab, Tritte verlängern, Mitteltrab, Versammelter Trab, Starker Trab.

Zügelhilfen

Mit den Zügeln hältst du eine leichte Verbindung zum Pferdemaul aufrecht. Zügelhilfen sollten fein sein und den geringsten Teil der Hilfengebung ausmachen. Wenn du versuchst, das Pferd über den Zügel in eine Richtung zu ziehen, bringst du es aus dem Gleichgewicht. Meist wird es dann erst recht nicht in die von dir gewünschte Richtung gehen. Mit den Zügeln gibst du dem Pferd nur die Stellung (wie stark es nach rechts oder links schaut) vor und kontrollierst auf fortgeschrittenerem Niveau die Beizäumung (wie groß der Winkel zwischen Pferdehals und Kopf ist).

Der Reiter kann mit den Zügeln: - nachgeben - annehmen - durchhalten - verwahren - seitwärtsweisen

Die **annehmende und nachgebende Zügelhilfen** müssen immer im Zusammenhang betrachtet werden. Der annehmenden Zügelhilfe folgt immer eine nachgebende. Der Reiter benutzt diese Hilfen z.B. bei allen halben und ganzen Paraden, aber auch um das Pferd zu einer besseren Selbsthaltung zu veranlassen. Bei **der annehmenden Zügelhilfe** schließt der Reiter für einen kurzen Moment vermehrt die Faust und – bei einer stärkeren Hilfe – dreht das Handgelenk etwas nach innen. Wenn das Pferd darauf nicht reagiert, darf der Reiter auf gar keinen Fall an den Zügel ziehen. Leider sieht man auch bei guten und professionellen Reitern, wie sie abwechselnd am rechten und linken Zügel ziehen (riegeln), um das Pferd beizuzäumen. Nach der annehmenden Zügelhilfe, gehen die Hände zurück in die Grundhaltung; dies ist dann eine nachgebende Zügelhilfe. Der Reiter kann aber auch eine **nachgebende Zügelhilfe** erteilen, wenn er aus der Grundhaltung heraus die Faust leicht öffnet und mit der ganzen Hand etwas vorgeht. Dabei muss er darauf achten, eine

konstante Verbindung zum Pferdemaul zu erhalten. Der Zügel sollte nicht ruckartig nach vorne gegeben werden.

Die **durchhaltende Zügelhilfe** setzt der Reiter z.B. ein, wenn sich das Pferd gegen den Zügel wehrt und nicht an das Gebiss herantreten will. Der Reiter lässt die Hände in der Grundhaltung und lässt sie fest verschlossen, bis sich das Pferd an Zügel anstößt und leicht in der Hand wird. Gleichzeitig spannt der Reiter das Kreuz an und treibt mit den Schenkeln nach vorne.

Die **verwährende Zügelhilfe** ist das Gegenstück zur verwährenden Schenkelhilfe und kommt bei allen Lektionen vor, bei denen das Pferd gestellt oder gebogen ist. Als «gestellt» bezeichnet man ein Pferd dann, wenn es leicht in seine Bewegungsrichtung schaut. Dabei siehst du seinen inneren Augenbogen schimmern, auf keinen Fall jedoch das ganze Auge oder gar den ganzen Kopf! Stellung findet nur im Genick statt, der restliche Körper des Pferdes bleibt gerade gerichtet. «Gebogen» ist ein Pferd dann, wenn es seinen ganzen Körper vom Genick bis zu den Schweifwirbeln biegt. Ein gebogenes Pferd ist immer auch gestellt. Um deinem Pferd Stellung zu geben, nimmst du den inneren Zügel an, bis du das Auge des Pferdes schimmern siehst. Wenn du nun mit dem äusseren Zügel nicht nachgibst, verirrt sich das Pferd im Genick, d. h. es hält den Kopf schief. Gibst du aber zu weit nach, wird das Pferd den Hals zu sehr biegen und zur Seite des nachgebenden Zügels hin wegdrücken, man sagt: «Es läuft über die Schulter weg». Manche Reitlehrer verwenden das Bild eines Fahrradlenkers: Wenn der Fahrer den Lenker mit der rechten Hand nach rechts bewegt, folgt die linke Hand automatisch und mit derselben Intensität.

Eine **seitwärtsweisende Zügelhilfe** dient der Verdeutlichung der Hilfen. Sie wird vor allem bei jungen Pferden angewandt, oder wenn dem Pferd Seitengänge beigebracht werden. Um eine seitwärtsweisende Zügelhilfe zu geben, führst du deine Hand ein wenig vom Hals weg, so als möchtest du dem Pferd zeigen, wohin es gehen soll

Gewichtshilfen

Wer im Sattel Platz nimmt, merkt, dass er sein Gewicht im Sattel in verschiedene Richtungen verlagern kann. Durch diese Veränderung des Schwerpunktes gibt der Reiter Gewichtshilfen. Schon ein leichtes Vorbeugen im Sattel mit dem Oberkörper ist eine Gewichtshilfe. Diese Hilfen kann der Reiter also durch fein abgestimmte Veränderungen seiner Körperhaltung erreichen. Je ausbalancierter und geschmeidiger der Reiter sitzt, desto besser reagiert das Pferd auf fein abgestimmte Gewichtshilfen. Mit dem Gewicht kann beidseitig belastend, einseitig belastend oder entlastend einwirken.

Beidseitig belastende Gewichtshilfe

Kippt der Reiter sein Becken geringfügig nach hinten (so als wenn man auf einem Stuhl etwas „kippen“ möchte), belastet er dadurch seine Sitzbeinhöcker etwas mehr. Die knöchernen Sitzbeinhöcker könnt ihr ertasten, wenn ihr die Hände einmal unter das Gesäß legt, wenn ihr auf einem Stuhl sitzt. Durch das Kippen des Beckens nach hinten werden die Sitzbeinhöcker mehr belastet und die Wirkung der beidseitig belastenden Gewichtshilfen wird für das Pferd spürbar. Das Becken sollte aber nicht in dieser Endstellung bleiben, sondern der Reiter immer wieder in die Mittelstellung finden. Diese Gewichtshilfe ist eine Verstärkung der rhythmischen Bewegung des Beckens, wenn das Pferd in Bewegung ist. Damit aus einer passiv mitschwingenden Beckenbewegung eine bewusst unterstützende wird, hält der Reiter eine gewisse Körperspannung. Dies unterstützt er auch durch seine Bauch- und untere Rückenmuskulatur. Und wie sieht das zum Beispiel in der Praxis aus? Beim Zulegen im Trab oder Galopp geht der Reiter mit seinem Oberkörper etwas mehr in die Vorwärtsbewegung ein und entlastet damit den Pferderücken geringfügig. Möchte er das Tempo etwas zurückführen, richtet er sich wieder auf. So unterstützt der Reiter das Pferd beim Ausbalancieren in den Übergängen. Durch gleichzeitig treibende Schenkelhilfen ermöglicht er auch, dass das Pferd mit seinen Hinterbeinen vermehrt herantritt. Ihr seht, hier kommt schon wieder das Zusammenspiel verschiedener Hilfen zum Tragen. Bleiben wir aber bei den Gewichtshilfen. Wichtig ist, dass der Reiter bei der beidseitig belastenden Gewichtshilfe seinen Oberkörper bis maximal zur Senkrechten zurücknimmt (sich also nicht übertrieben „zurücklehnt“) und weiterhin elastisch im Sattel mitschwingt. Je weiter der Reiter

ausgebildet ist, desto besser lernt er, fließend zwischen passivem Mitschwingen und aktiv treibender Unterstützung, die äußerlich kaum zu sehen sind, wechseln zu können.

Einseitig belastende Gewichtshilfe

Die einseitig belastende Gewichtshilfe ist bei allen Lektionen, bei denen das Pferd gestellt und gebogen ist, eine wichtige Unterstützung der Schenkel- und Zügelhilfen. Diese Hilfe nutzt er zum Beispiel, wenn er eine Wendung einleiten möchte. Ihr kennt das sicher vom Fahrrad-, Snowboard- oder Skifahren: Schon eine minimale Veränderung der Körperhaltung beeinflusst die Richtung, in die ihr fahrt. Genauso beeinflusst die Körperhaltung und Beckenstellung des Reiters auch Bewegungsrichtung des Pferdes. Bei der einseitig belastenden Gewichtshilfe verlagert der Reiter sein Gewicht vermehrt auf den inneren Gesäßknochen. Die innere Hüfte kommt etwas vor und das Knie kommt in eine tiefere Lage. Den äußeren Schenkel nimmt der Reiter zugleich aus der Hüfte heraus verwahrend zurück. Geht ihr mit der äußeren Schuler leicht vor in der Wendung, trägt das ebenfalls zur leichten Gewichtsverlagerung bei.

Entlastende Gewichtshilfe

Diese Hilfe wendet der Reiter an, wenn er die Gewichtsverteilung auf dem Pferderücken ändern möchte. Der Oberkörper wird aus dem aufrechten Grundsitz heraus leicht noch vorne genommen, zum Beispiel beim Anreiten aus dem Halten oder beim Verlängern der Tritte im Trab oder der Sprünge im Galopp. So folgt er vermehrt der Vorwärtsbewegung seines Vierbeiners. Das Entlasten sollte so gering sein, dass es vom Betrachter kaum wahrgenommen wird. Diese Hilfe kommt unter anderem zum Einsatz in der lösenden Arbeit, beim Anreiten junger Pferde und bei den ersten Übungen des Rückwärtsrichtens.

Leichter Sitz

Im leichten Sitz überträgt der Reiter sein Gewicht vermehrt in den Steigbügel. Durch das Tiefergehen, bzw.