



Longieren als Dialog **MIT DEM PFERD**



Vielseitiges Longentraining
am *Kappzaum*

CADMOS

Haftungsausschluss

Autorin und Verlag haben den Inhalt dieses Buches mit großer Sorgfalt und nach bestem Wissen und Gewissen zusammengestellt. Für eventuelle Schäden an Mensch und Tier, die als Folge von Handlungen und/oder gefassten Beschlüssen aufgrund der gegebenen Informationen entstehen, kann dennoch keine Haftung übernommen werden.

Sicherheitstipps:

Achten Sie bitte immer auf entsprechende Sicherheitsausrüstung: Handschuhe, festes Schuhwerk beim Longieren sowie Reithelm, Reitstiefel/-schuhe und gegebenenfalls eine Sicherheitsweste beim Reiten.

Gender-Erklärung

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verzichten wir im CadmosVerlag auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) und wählen jeweils die männliche oder weibliche Form von personenbezogenen Hauptwörtern. Dies soll jedoch keinesfalls eine Geschlechterdiskriminierung oder eine Verletzung des Gleichheitsgrundsatzes zum Ausdruck bringen. Frauen, Männer und Diverse mögen sich von den Inhalten unserer Publikationen gleichermaßen angesprochen fühlen.

IMPRESSUM

CADMOS in CADMOS *Verlag*

Copyright © 2023 Cadmos Verlag GmbH, München

Grafisches Konzept: www.ravenstein2.de

Titelgestaltung: www.cadmos.de

Satz: www.style-sheet.at

Coverfoto: Maresa Mader

Fotos im Innenteil: Maresa Mader,

Thomas Sachs, Phillip Weingand

Lektorat: Claudia Weingand

Druck: www.graspo.com

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.

Alle Rechte vorbehalten.

Abdruck oder Speicherung in elektronischen Medien nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung durch den Verlag.

Printed in EU

ISBN: 978-3-8404-1095-6

INHALT

8 *Einleitung*

11 *Prinzipien der Hilfeegebung beim Longieren*

12 Drehung und Position wirken auf die Richtung

15 Tonus und Position wirken auf das Tempo

16 Mentale Absicht

18 Feine Peitschensignale

28 Jeder Impuls hat eine Richtung

28 Longenhilfen

39 Stimmsignale

45 *Longieren und klassisches Reiten –
gemeinsame Prinzipien*

45 Form und Funktion

46 Über den Rücken

49 Takt und Losgelassenheit – und Anlehnung?

52 Für den lernenden Menschen

56 Losgelassenes Bewegen ist „selbstbelohnend“

56 Übungsaufbau, Aufwärmen, Pausen

59 Arbeitsplatz

61 *Praktische Übungen*

61 Basisübung: Ganze Bahn und große Volten

71 Was tun, wenn das Pferd deutlich zu schnell wird?

75 Anhalten und Handwechsel

79 Übergänge zwischen Schritt und Trab

82 Tempo, Haltung und Tempounterschiede im Trab

91 Reisegalopp, Tempounterschiede im Galopp und Übergänge



(Foto: Maresa Mader)

96	Seitwärtsbewegen
100	Rückwärtsrichten
102	Cavaletti
110	Schlangenlinien
114	Zusammenstellen der Übungen für eine Einheit
119	Ausschließlich longieren?
121	<i>Longieren als Reha- und Jungpferdetraining</i>
121	Wenn der Sattel nicht passt
122	Wenn das Pferd beim Reiten Probleme hat
122	Junge Pferde
125	<i>Dankeschön!</i>
127	<i>Literaturtipps zum Weiterlesen</i>

NUNO OLIVEIRA

"REITER, DIE IHRE PFERDE FESTHALTEN,
SIND UNBEDEUTENDE REITER. REITER,
DIE IHRE PFERDE FREI LASSEN, SIND ES,
WELCHE DIE GENÜSSE DER REITKUNST ZU
EMPFINDEN VERMÖGEN."

EINLEITUNG

Warum dieses Buch?

Longieren hat heute einen hohen Stellenwert in der Bewegung und Ausbildung vieler Freizeitpferde – zu Recht, wie ich finde! Durch sinnvolles Training an der Longe kann das Pferd optimal auf das Tragen eines Reiters vorbereitet und in Ergänzung zum Reiten sein Leben lang gesundheitsfördernd bewegt und trainiert werden. Eintöniges, unphysiologisches Longieren ermüdet den Geist und verschleißt den Körper. Es ist deshalb wichtig, das Longieren genau wie das Reiten von der Pike auf zu erlernen, um es korrekt und vielseitig anwenden zu können.

Mein Ziel ist, Ihnen mit diesem Buch die Grundlagen des Longierens am Kappzaum sowie kreative Anwendungsmöglichkeiten zu vermitteln. Im Gegensatz zu anderen bereits vorhandenen „Longierlehren“ möchte ich ein Konzept vorstellen, welches in seiner Gesamtheit logisch in die Reitlehre integriert ist.

Es kommt nicht so sehr darauf an, welche Übungen wir machen, sondern wie genau wir das tun.

Wie ein Pferd sich bewegt, wie es auf den Longenführer reagiert und wie sich die Kommunikation zwischen beiden entwickelt, hat einen starken Einfluss darauf, was im Verlauf der weiteren Ausbildung (auch unter dem Sattel) passieren wird. Kleine Details können große Unterschiede machen und Jahre später ins Gewicht fallen. Umgekehrt kann das Longieren Lücken in der Grundausbildung schließen und Verständnisprobleme beheben, was sich sofort positiv auf andere Teile der Ausbildung auswirkt. Ich möchte Sie einladen, den Details Beachtung zu schenken, und möchte Sie bitten, das gesamte Buch zu lesen, um das Konzept in Gänze zu erfassen.

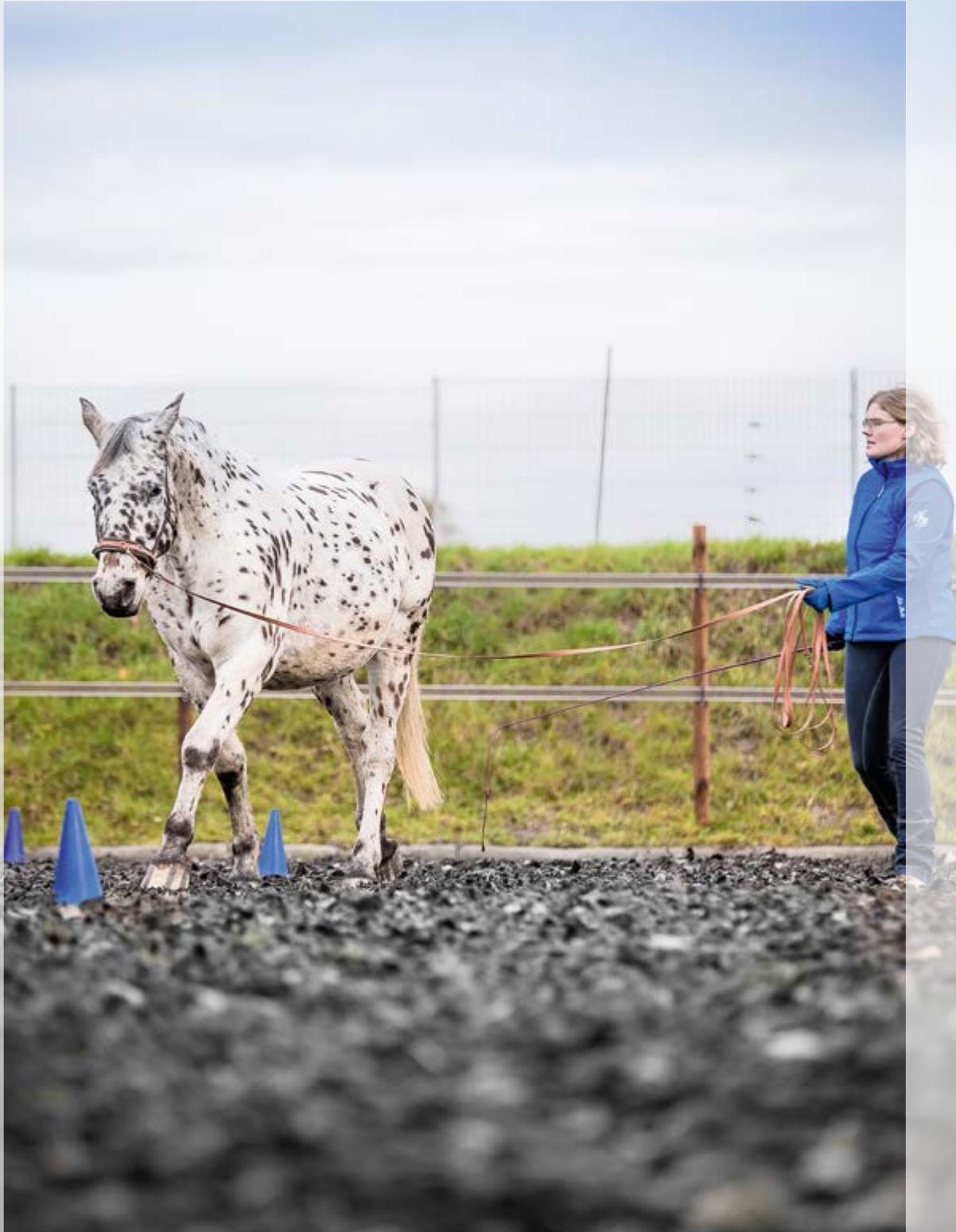
Ich wünsche Ihnen, liebe Leser, viel Freude mit Ihrem Pferd!

Katharina Möller



(Foto: Maresa Mader)

PRINZIPIEN DER HILFENGEBUNG BEIM LONGIEREN



(Foto: Phillip Weingand)

Longieren ist Kommunikation mit dem Körper. Dazu gehören auch die Peitsche und die Longe als verlängerte Arme des Menschen und als Bindeglieder mit dem Pferd, die Informationen austauschen. Beim Longieren findet die Kommunikation nach meiner Philosophie immer in Bewegung statt und besteht aus unserer Position im Raum genauso wie aus unserer Körperspannung, Atmung und unseren Gedanken. Die Vielschichtigkeit ist es, die die Kunst des Longierens und die lebenslange Faszination des Umgangs mit dem Pferd ausmacht.

Alles ist relativ, die Kommunikation zwischen jedem Menschen und jedem Pferd ist individuell ein wenig verschieden, und was zu tun oder zu lassen ist, kann sich sekundlich ändern. Wer gut longiert, spielt mit seinem Körper und tanzt dabei mit seinem Pferd.

Blumige Worte allein haben allerdings bekanntlich noch niemandem das praktische Longieren beigebracht, deswegen werden wir nun zunächst die Hilfengebung in greifbare Einzelteile zerlegen. Diese Einzelteile technisch sauber zu erlernen und anzuwenden ist der erste große, bisweilen langwierige Schritt in Richtung Kunst. Dazu benötigen wir zunächst noch kein Pferd. In meiner Tätigkeit als Reit- (und dabei auch Longier-) lehrerin lasse ich meine Schüler die folgenden Dinge zunächst ohne Pferd erfassen und dann „trocken“ üben. Ihren eigentlichen Sinn entfaltet die Hilfengebung erst, wenn nachher ein echtes Pferd dazu in Resonanz geht. Die technischen Fertigkeiten lernen die allermeisten Menschen jedoch viel schneller, wenn sie sich vorerst ganz auf sich und die Ausrüstung konzentrieren können.

Drehung und Position wirken auf die Richtung

Die Gesamtdrehung des Longenführers wirkt auf die Gesamtbewegungsrichtung des Pferdes. Drehe ich mich nach links, läuft das Pferd linksherum, drehe ich mich nach rechts, läuft das Pferd rechtsherum. Wenn der Mensch diese Drehung im passenden Maß und in passendem Tempo vollzieht, reagieren Pferde automatisch darauf. Diese körpersprachlichen Grundlagen müssen also nicht vorab konditioniert werden. Ein rohes, unverdorbenes Pferd, zu dem bereits ein Vertrauensverhältnis besteht, kann man allein mittels dieser Körperdrehung unspektakulär um sich herum laufen lassen.

Wie stark man sich drehen sollte, ist wiederum ganz individuell. Ich stelle mir vor, aus meinem Bauchnabel leuchtet ein Scheinwerfer, etwa ein Autoscheinwerfer. Mit diesem Scheinwerfer erleuchte ich den Weg, den mein (noch imaginäres) Pferd gehen soll. Um nach links zu leuchten, sodass das Pferd linksherum laufen soll, drehe ich meinen Rumpf im Ganzen langsam nach links. Schultergürtel und Beckengürtel drehen sich dabei gleichmäßig mit, das heißt meine linke Schulter und meine linke Beckenschaufel drehen sich nach hinten. Auch meine Beine laufen mit: Meine Fußspitzen zeigen dann ebenso nach links, die Verlängerung der Fußspitzen zeigt mehrere Meter vor das Pferd, um ihm Raum zu geben, vorwärtszulaufen. Mit „Vorwärts“ ist immer die Bewegungsrichtung gemeint, nicht das Tempo! Das Pferd darf sich anfangs sehr gern in ruhigem Tempo bewegen – nur bitte nicht seitwärts oder rückwärts, sondern vorwärts.

Um in der hier beschriebenen Art zu longieren, gehen wir also neben dem Pferd her, wir gehen beide in dieselbe Richtung. Longieren wir wie in diesem Beispiel einen Linksbogen, geht der Mensch dabei einen kleinen Bogen und das Pferd geht in einem etwas größeren Bogen um ihn herum.

DAS PFERD FOLGT DEM „LICHTKEGEL“

Manchen Menschen ist das sofort klar und es funktioniert intuitiv, andere haben zunächst Schwierigkeiten. Vielleicht liegt das an eigenen körperlichen Problemen oder falsch gelernten Bewegungen und sie müssen erst wieder üben, sich aus der Körpermitte heraus zu drehen.

Denken Sie an den Scheinwerfer im Bauchnabel und beginnen Sie die Drehung dort. Ihr Kopf dreht sich dann natürlich mit, das heißt Sie blicken auch in die gewünschte Richtung. Ein typischer Fehler wäre, nur den Kopf zu drehen, sodass Sie in die richtige Richtung schauen, das Pferd jedoch mit Ihrer Körpermitte nach außen, also von sich wegdrücken, weil der imaginäre Scheinwerfer „durch das Pferd hindurchscheint“, sodass es seitwärts über die Schulter wegläuft.

Das Pferd folgt dem Lichtkegel, deswegen muss der Lichtkegel vor das Pferd auf die gewünschte Spur zeigen, damit es in einer Vorwärtsbewegung dorthin läuft. Achten Sie bei Problemen auf Ihre Fußspitzen: Die gedachte Linie durch Ihre Füße darf dem Pferd nicht den Weg abschneiden, wenn es vorwärtsgehen soll.



Das Pferd spiegelt die Bewegungen des Reiters! Diese Aussage trifft in allen Dimensionen zu und wird uns in diesem Buch und in der klassischen Reiterei generell ständig wieder begegnen. (Foto: Maresa Mader)

das Pferd zu beschleunigen), hebt sich mein Brustbein an, und da mein Arm an meinem Oberkörper hängt und die Peitsche meinen Arm verlängert, hebt sich auch die Spitze der Peitsche ein wenig an – ohne dass ich aktiv den Winkel zwischen Oberarm und Unterarm geändert hätte. Beim Ausatmen und „Herunterfahren“ meiner Körperspannung (etwa zum Verlangsamen des Pferdes) passiert der umgekehrte Prozess: Indem ich mein Brustbein etwas einsinken lasse, sinkt

auch die Peitsche um wenige Zentimeter mit. In der Fotoserie auf der nächsten Seite demonstrieren wir diesen Prozess in übertriebenem Ausmaß, damit man einen Unterschied sehen kann. In der Realität ist der Unterschied winzig, aber Pferde sind ja bekanntlich ganz ausgeprägte „Bewegungsseher“ und nehmen es wahr, wenn sich relativ zur „Normalhaltung“ eines Menschen auch nur ein ganz geringfügiger Unterschied zeigt.

Durch die Peitsche sprechen

Die Peitschenhilfen werden auf die beschriebene Weise immer zeitlich und von ihrer Aussage her passend zur Körpersprache gegeben. Ein guter Pferdemensch „denkt“ und „spricht“ also in allen Figuren und Lektionen mit jeder Faser seines Körpers inklusive der Peitsche. Die Hilfen widersprechen sich dadurch nie. Werden Pferde unter diesen Prämissen gearbeitet, verstehen sie die Peitsche automatisch und haben keine Angst vor ihr. Würde ein Mensch jedoch zu einer gegensätzlichen körpersprachlichen Aussage isoliert mit der Peitsche herumfuchteln, wäre das für das Pferd verwirrend und beängstigend.

DIE PEITSCH IM GESICHTSFELD DES PFERDES

In unserem Konzept befindet sich die Peitsche immer im Gesichtsfeld des Pferdes, was auf folgendem Foto dargestellt wird. Auf diese Weise nimmt es die feinen Veränderungen in der Höhe und im Winkel wahr – genau wie auch bei gutem Reiten das Bein des Reiters aus dem korrekten Sitz heraus passiv, aber permanent am Rumpf des Pferdes herabhängt und die Bewegung dann mittels leichter, nahezu unsichtbarer Veränderungen unterstützt. Die Peitsche wird nicht hinter den Menschen aus dem Gesichtsfeld des Pferdes herausgenommen und aus dieser unsichtbaren Position dann womöglich schwungvoll ans Pferd geschleudert. Eine solche Hilfengebung wirkt „überfallsartig“, weil das Pferd eben keine feinen Veränderungen sieht, sondern „von null auf hundert“ vorwarnungsfrei getroffen wird. Diese Methode wirkt auf Pferde viel bedrohlicher als das von uns favorisierte passive Begleiten des Pferdes mit sichtbarer Peit-



Die Spitze der Peitsche muss sich immer im **Gesichtsfeld des Pferdes** aufhalten, sodass es ihre Bewegungen wahrnimmt und nicht „plötzlich“ getroffen wird. (Foto: Phillip Weingand)

sche. Stellen wir uns diese grobe Art des Treibens beim Reiten vor: Der Reiter würde seine Beine vom Pferd wegstrecken und diese dann plötzlich in seine Flanken klopfen. Damit kann kein „Bewegungsdialog“ zustande kommen, den wir uns im klassischen Reiten und Longieren wünschen und der für Pferde angenehm und natürlich ist.

Stimmt diese Grundlage nicht, funktioniert das in der Reitlehre beschriebene Zusammenspiel der Hilfen nicht und damit klappen auch die im dritten Teil dieses Buches beschriebenen Übungen nicht richtig. Vielleicht „funktioniert“ das Pferd als Befehlsempfänger, aber eigentlich streben wir doch die Faszination der gemeinsamen gymnastischen Bewegung an.

Auch falls ein Pferd in der Praxis einmal unabsichtlich schnell wird, wird die Peitsche passiv und möglichst tief in der Neutralstellung mitgeführt. Beim Reiten schnallen wir ja auch nicht plötzlich unsere Beine ab, sondern rahmen das Pferd damit auch und gerade in Stresssituationen passiv ein.

DIE NEUTRALSTELLUNG

In der „Neutralstellung“ folgt die Peitschen spitze dem Pferd in allen Figuren auf Höhe seines Sprunggelenks oder kurz dahinter. Dabei wird vom Pferd keine besondere Reaktion gefordert, sondern einfach, die derzeitige Bewegung aufrechtzuerhalten. Es nimmt ausgehend von dieser neutralen Position alle Veränderungen der Peitschenhöhe und -richtung wahr, die dann als konkrete Signale wirken sollen.



In der Pause kann die Peitsche unter den Arm geklemmt werden. Das Pferd weiß nun, dass es "abschalten" darf. (Foto: Phillip Weingand)

SCHWIERIGE SITUATIONEN

Das Pferd findet auch mental seine Sicherheit wieder, wenn der Mensch sich auch in schwierigen Situationen verhält wie immer und die gleichen Hilfen gibt. Nur in absoluten Ausnahmefällen, wenn ein Pferd wirklich durchgeht und ich die Gesamtsituation abbrechen will, bewege ich die Peitsche nach hinten und klemme sie mir unter den Arm. Das Wegwerfen der Peitsche ist aus praktischen Gründen nicht zu empfehlen, denn

wenn das Pferd darüberläuft und dabei auf die Peitsche tritt, geht diese kaputt. Je nach Material ist eine Peitsche bereits nach einem einzigen Darauftreten unbrauchbar. Teleskoppeitschen gehen außerdem kaputt vom Sand, der in das Stecksystem gerät. Je besser (leichter!) eine Peitsche ist, desto einfacher kann man sie leider kaputt machen und desto mehr schmerzt der finanzielle Schaden.

PEITSCHES ALS MECHANISCHES HILFSMITTEL

Die Peitsche stellt den Abstand zwischen Longenführer und Pferd her. In der Praxis benötigen wir sie sehr häufig dazu, um zu verhindern, dass das Pferd nach innen kommt.

Die Peitsche „treibt“ das Pferd auf die Umlaufbahn, die von der Länge der Longe bestimmt wird. Einerseits tut sie das als Hilfsmittel des körpersprachlichen Ausdrucks, wie im letzten Kapitel beschrieben. Manchmal nutzen wir sie aber auch tatsächlich „mechanisch“, indem wir sie zwischen Mensch und Brustkorb des Pferdes halten, damit dieser so weit vom Menschen wegbleibt, wie die Peitsche lang ist. Mit einer harten Peitsche oder einem Bambusstab kann man das Pferd sogar weich von sich wegschieben. Falls man ein Korrekturpferd vor sich hat, das nach außen abwendet und dem Longenführer die Hinterhufe präsentieren möchte, kann man sich diese durch die Peitsche vom Leib halten. Ich wiederhole, weil es so wichtig ist: Wir schlagen nie das Pferd, sondern besetzen mit der Peitsche den „Luft Raum“ zwischen uns und dem Pferd. Käme es in den besetzten Raum, würde es unter Umständen getroffen werden,

aber wir setzen ihm niemals nach! Die Motivation ist nie, dem Pferd Schmerzen zuzufügen oder es für Fehlverhalten zu „bestrafen“, sondern nur bei Bedarf Abstand herzustellen.

Des Weiteren kann man sich das Touchieren, also das tatsächliche Berühren des Pferdes an bestimmten Körperteilen, so vorstellen, dass man damit an exakt dieser Stelle „Energie ins System“ leitet. Durch den mechanischen Reiz hebt das Pferd das entsprechende Bein z. B. höher oder kontrahiert seine Bauchmuskeln vermehrt. Mit solchen Einwirkungen muss man vorsichtig und reflektiert umgehen, denn unphysiologisches Anziehen der Beine beispielsweise bringt gymnastisch nichts und stört die weitere Ausbildung gewaltig. Nicht umsonst ist rhythmisches, mehrfaches Touchieren ein Hilfsmittel für erfahrene Ausbilder, nicht für ehrgeizige „Einpferdbesitzer“. Tasten Sie sich gegebenenfalls langsam und unter Aufsicht Ihres Ausbilders an das Thema heran. Längst nicht alles, was schick aussieht, ist langfristig sinnvoll und gesund.

KONKRETE PEITSCHENSIGNALE

Abgesehen vom beschriebenen „intuitiven“ Mitführen der Peitsche und ihrer Minimalbewegung im Zuge der Körpersprache definiere ich konkrete Peitschensignale, für die wir den Pferden in den praktischen Übungen die erwünschten Reaktionen beibringen werden.

Das Anheben der Peitsche auf Höhe der Hinterhand „schaltet“: Zum Antraben hebe ich die Peitschen spitze auf Höhe des Oberschenkels des Pferdes, zum Angaloppieren hebe ich sie „eine Etage höher“ über den

Passt, wackelt nicht und hat trotzdem Luft: Der gut sitzende Kappzaum

„Der Nasenriemen des Kappzaums sollte ca. zwei Fingerbreit unter dem Jochbein sitzen und vier Fingerbreit oberhalb der Nüstern. Zu tief verschnallte Nasenriemen gefährden die dünne Nasenbeinspitze und den Nasenknorpel des Pferdes. Es besteht durchaus die Gefahr, dass hier Knorpel- oder sogar Knochenmaterial bei zu starker Einwirkung abbricht – unabhängig davon, ob ein Kappzaum mit Naseneisen verwendet wird oder einer ohne. Außerdem kann ein zu tief liegender Kappzaum die Atmung behindern. Damit der Nasenriemen keine Schäden verursacht, sollte man ihn zwar stabil verschnallen, aber nie eng zuschnüren. Als Faustregel gilt: Das Pferd sollte das Maul noch weit genug öffnen können, um ein Leckerli aufzunehmen. Für das korrekte Anlegen des Kappzaums empfiehlt es sich, diesen zuerst auf die richtige Höhe einzustellen, also den Genickriemen zu justieren. Dann kann der Nasenriemen geschlossen werden. Im besten Fall sollte der untere Teil des Nasenriemens am Kinn weich gepolstert sein, damit die Schnalle nicht auf den empfindlichen Unterkieferast aufliegt.

Zu guter Letzt wird der Ganaschenriemen geschlossen, und zwar nur so eng, dass er lediglich anliegt, nicht aber fest zugezogen wird. Der Ganaschenriemen sorgt dafür, dass die Backenstücke des Kappzaums nicht zu nah ans Auge rutschen können. Bei einem gut konstruierten Kappzaum sollte dies allerdings sowieso nicht passieren. Bei vielen Modellen ist jedoch das zu kurze Naseneisen oder ein zu kurzer Nasenriemen das Problem: In solchen Fällen ziehen sich die Backenriemen, die eigentlich parallel zur Gesichtsleiste verlaufen sollten, schräg nach oben in Richtung Nasenrücken und über die empfindliche Knochankante. Manche Kappzäume besitzen noch zusätzlich einen Kehl- und einen Stirnriemen. Beides ist für die Arbeit mit diesem Kopfstück absolut unnötig und dürfte lediglich optische Gründe haben. Oftmals sind leider die Stirnriemen – mögen sie noch so kunstvoll verziert sein – zu kurz, sodass sie für das Pferd einen unangenehmen Druck im Bereich der Ohren verursachen können.“

Tina Meier, Kappzaumentwicklerin von Equiteam

seits aber einfach davon, was dem eigenen Pferd überhaupt passt und was es mag!

Mit Kappzäumen ist es wie mit Sätteln: Es passt keinesfalls einer auf alle Pferde. Je flexibler und je besser er verstellbar ist, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass man ihn passend machen kann – mehr aber auch nicht!

RÜCKWÄRTSWIRKENDE HILFEN VERMEIDEN!

Rückwärtswirkende Kappzaumhilfen sind genau wie rückwärtswirkende Zügelhilfen für das Pferd anatomisch und biomechanisch ein ernsthaftes Problem. Warum das so ist, bespreche ich auf den folgenden Seiten.



Das Nasenteil muss mindestens vier Finger oberhalb der Nüstern sitzen. (Foto: Maresa Mader)



Fragile Zone: Das Genick des Pferdes ist sehr empfindlich. Mehr über anatomische Zusammenhänge finden Sie in unserem Buch "Biegung". (Foto: Thomas Sachs)

Nicht rückwärtszuwirken ist meines Erachtens die Schlüsselqualifikation für gutes Longieren und gutes Reiten. Die Schwierigkeit liegt darin, dass man viel zu leicht völlig unabsichtlich rückwärts einwirkt, also tatsächlich sein Leben lang daran arbeiten muss, es überhaupt zu bemerken und es abzustellen. Es ist ein langer Weg und es fällt uns Menschen unserer Natur gemäß schwer, denn wir sind es auch aufgrund unserer zivilisierten Lebensweise nun mal gewohnt, Probleme mit den Händen zu lösen. Auch sind manche rückwärtswirkenden Hilfen auf den ersten oder auch zweiten Blick sogar „erfolgreich“, weil sie die Haltung des Pferdes optisch verbessern können.

Was genau heißt nun „rückwärtswirken“? Damit ist jede Einwirkung gemeint, die vom

Kopf zum Rumpf des Pferdes aus wirkt, also alles, was die Nase nach hinten zieht, den Hals verkürzt und das Pferd über den Kappzaum ausbremst.

Der Kappzaum ist keine Bremse und ich sage das gern deutlich: Ein Pferd hat keine ein- oder angebaute Bremse. Sobald man einen Ausbildungsgegenstand – egal welchen – als Bremse missbraucht, ist man weit von gymnastisch sinnvoller Ausbildung entfernt. Die eigentliche, geniale Wirkung des Kappzaums liegt darin, dass er uns durch die Befestigung der Longe in Höhe des Nasenbeins hilft, den Kopf des Pferdes leicht zur Seite zu wenden. Dabei vollzieht das Pferd im Gelenk zwischen Hinterhauptsbein und erstem Halswirbel eine sogenannte Seitneigung, was wir in der Reiterei als (Genick-)Stellung bezeich-

nen. Diese spielt eine wichtige Rolle beim Thema Biegung, welches beim Longieren auf Kreislinien zentral ist. Findet diese Einwirkung seitwärts statt, ist sie biomechanisch für das Pferd möglich und je nach Ausbildungsstand und -ziel auch sinnvoll.

Wirkt der Kappzaum stattdessen rückwärts, ist diese Bewegung für das Pferd unmöglich und die Einwirkung schmerzhaft. Wird das Pferd nach rückwärts-innen gezogen, kann es einerseits nach außen ausweichen, indem es den Hals nach außen dreht und den Unterkiefer dabei nach innen schiebt – es verwirft sich. Oder es zieht mit Kraft gegen die Hand nach außen, dann zeigt auch der Unterkiefer in diese Richtung und verkantet nach außen. Die Stellung des Genicks ist in beiden Fällen nicht korrekt, die Pferdeohren sind nicht auf gleicher Höhe. Versucht das Pferd, dem rückwärtsgerichteten Zug nach innen zu folgen, versteift es sich im Genick, indem es mit den Muskeln auf der äußeren Seite des Halses eine Gegenspannung aufbaut und schließlich nur im Halsansatz abknickt. Das Abknicken im Halsansatz schädigt den cervicothorakalen Übergang nachhaltig. Mehr dazu finden Sie in unserem Buch "Biegung".

Während wir betrachten, weswegen rückwärtsgerichtete Einwirkung so schlecht ist, wird auch klar, welche sensible Körperregion wir mit dem Kappzaum in der Hand halten.

Mit dem Kappzaum wird nie gestraft, geruckt oder gebremst!

Das Genick ist ein sehr empfindlicher Bereich. Damit ein Pferd sich in diesem Bereich so weit loslässt, dass Stellung möglich wird, müssen wir uns dessen würdig erweisen.

Befürchtet es, dass immer mal wieder daran gezogen, geruckt oder gezupft wird, lässt es die Muskulatur nicht vollständig los, weil es sein Genick buchstäblich vor unserer Einwirkung schützen muss.

Ich verspreche meinen Pferden im Sinne der psychischen und physischen Losgelassenheit sowie meiner persönlichen Beziehung zu ihnen, dass ich nicht willentlich am Kappzaum und ihrem Genick herummanipuliere. Und damit meine ich wirklich gar nicht, auch nicht ab und zu ein bisschen zum optischen Aufhübschen der Kopfhaltung. Ich warte, bis das Pferd so losgelassen und ausbalanciert ist, dass es sein Genick freiwillig „hergibt“, und zwar genau so lange und so sehr, wie es ihm aktuell möglich ist. Wie es ohne gezielte Manipulation des Genickbereichs, also ohne aktiv ausgeführte „stellende“ Hilfen dennoch zu einem korrekt gebogenen Pferd kommen kann, ist Kernthese meines Longierkonzepts und damit dieses Buches.

HALTEN OHNE ZU ZIEHEN

Um nicht rückwärtszuwirken und generell nicht aktiv an der Longe, also am Kappzaum und damit am Genick des Pferdes zu ziehen, ist die korrekte Hand- und Armhaltung des Longenführers von größter Wichtigkeit. Eine Longe oder eben auch einen Zügel stabil zu halten, ohne dabei zu ziehen, ist eine der Schlüsselqualifikationen des Reiters.



Vom Ellbogen bis zum Befestigungspunkt des Kappzaums soll immer eine Gerade entstehen.
(Foto: Phillip Weingand)

In der Grundhaltung hängt der Oberarm am Oberkörper locker herunter, der Ellbogen ist leicht angewinkelt (nie in Endstellung fixiert), der Daumen zeigt nach oben und die Faust umschließt die Longe wie einen Zügel mit weichen Fingern.

Ob Sie die Longe „klassisch“ wie einen Zügel zwischen kleinem Finger und Ringfinger hindurchlaufen lassen oder „littauisch“ zwischen Daumen und Zeigefinger führen, ist mir egal. Probieren Sie ruhig beide Varianten aus und schauen Sie, wie Sie die folgenden Übungen besser ausführen können und was dem Pferd besser gefällt. Ich wechsele manchmal auch je nach Übung.

GERADE ZUR PFERDENASE

Wie stark das Ellbogengelenk gewinkelt sein soll, hängt von den Größenverhältnissen zwischen Pferd und Longenführer sowie der aktuellen Übung und Haltung ab. Genau wie beim Reiten gilt: Vom Anschnallpunkt der Longe (auf der Nase) beziehungsweise des Zügels zum Ellbogen des Reiters soll eine Gerade verlaufen. Ist die Hand relativ zu hoch oder zu tief, wäre diese Gerade gebrochen, und dadurch wirkt die Hand bereits nicht mehr ganz so fein, weil sie nicht mehr genau „in die richtige Richtung mitschwingt“ und die nachgebende Hilfe,



Video zur Übung

Grundhaltung:
Der Kappzaum liegt gerade,
es besteht eine feine Anlehnung.



Bewegt sich der Kappzaum in diese Richtung, also nach vorwärts/rotierend, stellt die Handbewegung kein Problem für das Pferd dar.

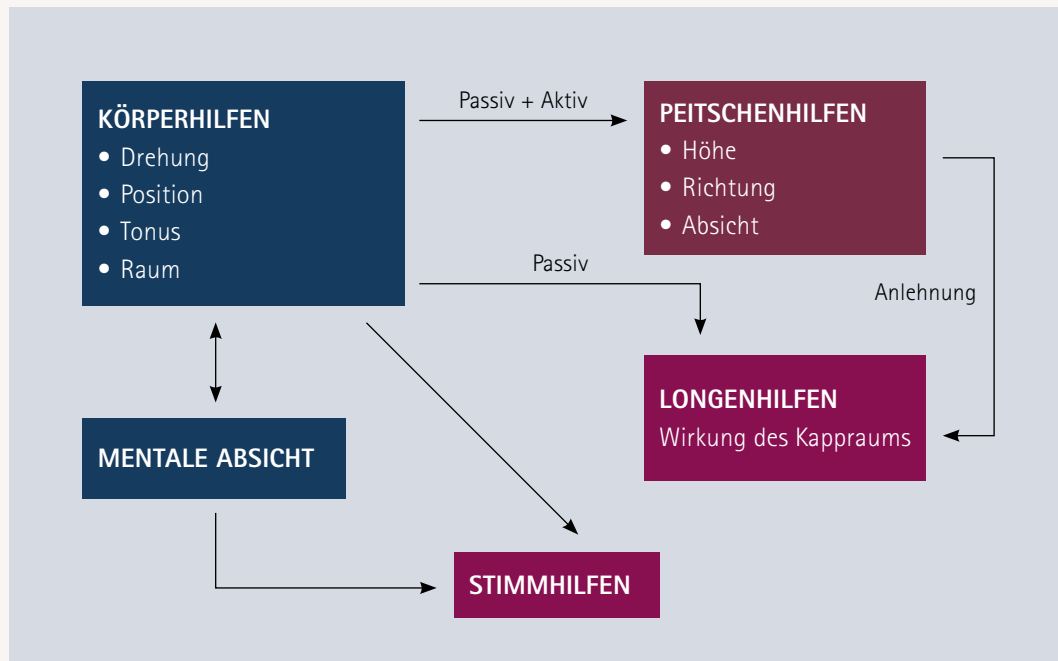
die später beschrieben wird, nicht mehr im exakt passenden Moment geschieht. Geht ein Pferd in optisch „schöner“ Haltung, während die Longenführerhand sichtlich aktiv irgendwo herumzieht, also die besagte Gerade weit verlassen hat, dann handelt es sich hierbei nicht um reelle Arbeit im klassischen Sinne!

Diese Gerade muss zu erkennen sein, wenn man von der Seite auf die Hand schaut, aber auch, wenn Sie selbst von oben auf Ihre Hand blicken. Ist von oben gesehen ein deutlicher Winkel zwischen mittlerem Kappzaumring und Ellbogen, dann ist die Hand zu weit vorn oder zu weit hinten.

Das kann passieren, wenn die Armhaltung an sich nicht stimmt oder wenn die gesamte Position des Menschen, also die Körperhilfen, nicht zur derzeitigen Übung passt.

Wie wir sehen, hängen auch alle Longenhilfen von den korrekten Körperhilfen ab! Defizite in Drehung und Position des Menschen ziehen immer auch Handfehler nach sich. In diesem Fall muss zuerst die Gesamtpositionierung des Rumpfes korrigiert werden und dann gegebenenfalls Arm und Hand an sich.

Ist es nun so, dass die Hand gewissermaßen „zu weit vorn“, also vor den Kopf des Pferdes, geraten ist, ist das für das Pferd bio-



Zusammenspiel der Hilfen beim Longieren.
(Illustration: Pinkhouse Design)

Zum anderen haben Ausbindezügel gegenüber gut ausgebildeten Reiterhänden und -armen den Nachteil, dass sie nicht in der Bewegung mitschwingen, also nie so „weich“ wie lebende Hände das Pferdemaul begleiten können. Außerdem müsste man im Minutentakt ihre Länge anpassen, was nicht wirklich praktikabel ist. Das Pferd muss schließlich je nach Lektion seine Halshaltung ändern (dürfen), und das reicht schon, wenn man von einer Geraden auf eine Volte abwendet.

Zusammengenommen überwiegen für mich die Vorteile des Longierens ohne Ausbinde zu longieren und dann, wenn es darum geht, eine Anlehnung an der Trense zu erarbeiten, in den Sattel zu steigen und das mit mei-

nen fühlenden, schwingenden Händen zu tun. Ich argumentiere also nicht prinzipiell gegen Ausbindezügel, aber in der Praxis nutze ich sie selber nicht und so werden sie auch nicht zum Thema dieses Buches.

Für den lernenden Menschen

Wie bereits im ersten Teil dieses Buches beschrieben, folgt die Hilfengebung beim Longieren dem gleichen Konzept wie die Hilfengebung beim Reiten (genau erläutert in meinem Buch *Basis-Guide für feine Hilfen*, Cadmos Verlag). Pferd und Mensch lernen



Die Dehnungshaltung (Maul auf Buggelenkhöhe) ist eine physiologische Haltung. Je nach Übung und Versammlungsgrad darf das Pferd sich aber auch etwas mehr aufrichten (Gebrauchs- oder Dressurhaltung) oder den Hals kurzzeitig auch noch etwas tiefer fallen lassen. (Foto: Maresa Mader)

beim Longieren also Prinzipielles über die Hilfengebung, üben darüber hinaus aber auch konkret die richtigen Bewegungen.

Die hier für das Longieren beschriebene Körperdrehung entspricht exakt dem klassischen Drehsitz. Weiß der Schüler einmal, wie früh, wie langsam und wie weit er sich drehen muss, damit das Pferd eine Volte an der Longe läuft, dann muss er beim Reiten nur noch exakt dieselbe Bewegung machen. Auch das Timing ist das gleiche: Weiß der Mensch, wie früh und wie sehr er vor einer Ecke mit der Peitsche einwirken muss, damit das Pferd schön durch die Ecke geht, dann muss er das im Sattel im gleichen Maß und zum selben Zeitpunkt mit dem inneren Schenkel tun.

Am Wichtigsten finde ich die Armhaltung und generell den Gebrauch (oder Nichtgebrauch!) der Hand. In diesem Longierkonzept macht der Mensch mit seinem Arm, seiner Hand und seinen Fingern nämlich exakt dasselbe, was er beim Reiten auch darf. Lernt der Reiter beim Longieren direkt, dass absolut nicht mit der Hand an der Kopfhaltung herummanipuliert wird, und lernt er, mit seiner Hand gar nicht (auch nicht unabsichtlich und ab und zu!) rückwärtszuwirken, und lernt er, seine Handhöhe passend auszurichten, seine Faust korrekt auszdrehen und so weiter, dann lernt er buchstäblich fürs gesamte (Reiter-)Leben. Jedes einzelne Pferd, das dieser Mensch reiten wird, wird es ihm danken!

Nun schicken Sie das Pferd vorwärts (an sich vorbei) und treiben es auf die „Umlaufbahn“. Verlängern Sie die Longe so weit, bis Sie etwa vier bis fünf Meter Abstand zum Pferd haben. Gehen Sie parallel zum Pferd etwa auf dessen Schulterhöhe mit und benutzen Sie die Peitsche als Abstandshalter, damit das Pferd so weit von Ihnen weg bleibt, dass es die Longe leicht spannt. Dank korrekter Hand- und Armhaltung gestatten Sie eine stabile Anlehnung, also einen im Idealfall konstanten Kontakt zwischen der Pferdenase und Ihrer Hand. Die Länge der Longe bestimmt den Radius, sie sollte nie durchhängen. Das Pferd sollte wirken, als „schiebe es den Kappzaum mit der Nase vor sich her“ (vergleiche Maren Diehl, *Die Pferde sind nicht das Problem*, spiritbooks Verlag).

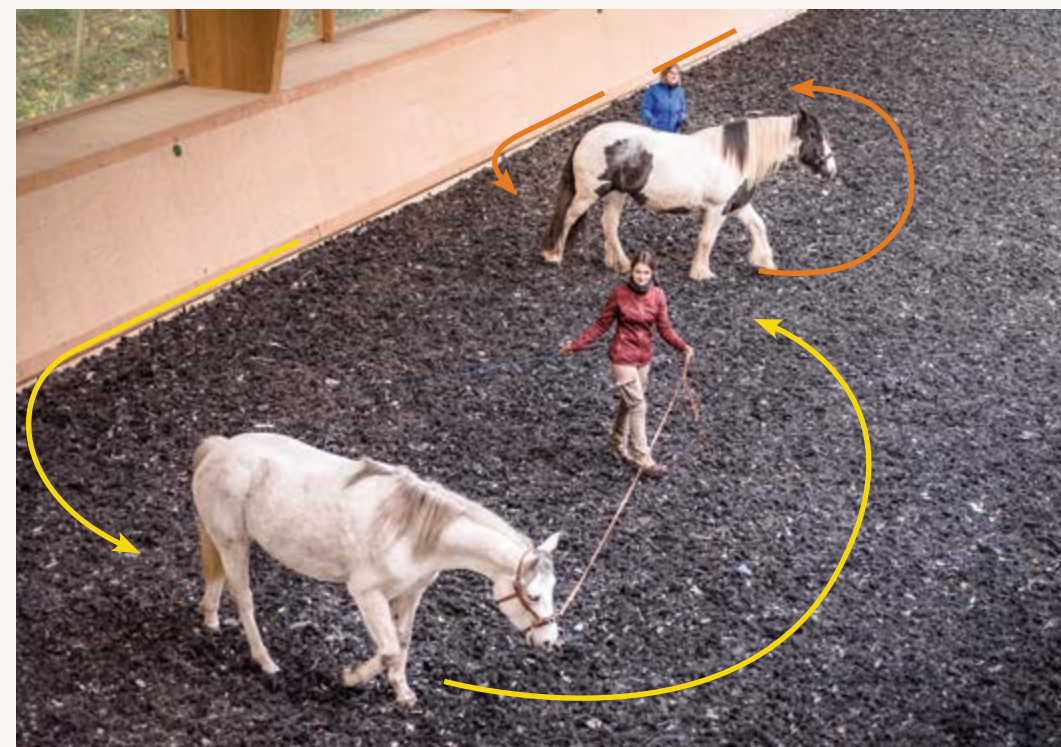
Longieren Sie, so gut es geht, auf dem Hufschlag (anfangs mag das noch nicht so exakt funktionieren, zweiter Hufschlag ist auch in Ordnung. Mit zunehmender Ausbildung sollte es aber bald möglich werden, wirklich exakt ganze Bahn zu longieren inklusive korrekt ausgerittener Ecken).

Davon ausgehend lassen Sie das Pferd immer wieder auf eine Volte abwenden, indem Sie Ihren Körper drehen: Nehmen Sie Ihre linke Schulter und Hüfte zurück und lassen Sie sich etwas hinter das Pferd fallen. Der imaginäre Scheinwerfer aus Ihrem Bauchnabel leuchtet vor den Pferdekopf auf die angestrebte Voltenlinie. Je mehr Sie auf die Hinterhand zugehen, desto mehr wendet das Pferd. Ihre linke Hand weist dabei nach links in die gewünschte Bewegungsrichtung, zieht das Pferd jedoch keinesfalls in die Volte hinein. Die Longenhand sollte pas-

siv in der Grundhaltung bleiben und darf keinesfalls in Richtung Ihres eigenen Bauches oder gar Oberschenkels gezogen werden (erinnern Sie sich an die Übung mit dem Kappzaum auf dem Hocker aus Teil 1). Ist die Volte zu Ende, gehen Sie wieder parallel mit dem Pferd mehrere Meter ganze Bahn, bevor Sie sich erneut gemeinsam in eine weitere Volte drehen. So arbeiten Sie sich nach und nach um die ganze Bahn herum. Wichtig ist, wie gesagt, dass das Pferd zwischen den einzelnen Volten wirklich mehrere Meter geradeaus gehen darf. Dabei müssen Sie selbst in raumgreifenden Schritten neben dem Pferd hergehen, während Sie in den Volten ja einen deutlich kürzeren Weg haben als das Pferd und demnach kleinere Schritte machen dürfen. Versuchen Sie einen gemeinsamen Takt zu finden und diesen während der gesamten Übung beizubehalten, bleiben Sie innerhalb der Volte also nicht steif stehen.

DURCHMESSER DER VOLTEN

Machen Sie die Volten so groß, dass das Pferd sie ohne Taktverlust und ohne mit der Hinterhand auszuschnellen bewältigen kann. Je nach Größe Ihres Pferdes, seinem Schrittempo und je nachdem, wie gut es gymnastiziert ist, sollte der Durchmesser der Volte mindestens zehn Meter betragen, also auf einem Reitplatz in Standardgröße bis zur Mittellinie. Es ist auch kein Problem, die Volten anfangs auf zwölf oder mehr Meter anzulegen. Wichtig ist ein gleichmäßiger Takt, gern in ruhigem Tempo.



Der Schimmel macht eine große Volte, der Schecke macht eine kleinere Volte. Beachten Sie Drehung und Positionen zum Pferd, in der die Longenführerinnen jeweils gehen. (Foto: Phillip Weingand)

HALTUNG UND BIEGUNG

Das Hauptaugenmerk liegt zunächst ausschließlich auf der Linie. Es geht darum, wie Sie mit Ihren Körperhilfen (Drehung, Position, Tonus und so weiter) den Weg des Pferdes beeinflussen können. Noch ist es egal, in welcher Haltung es seinen Weg geht – Hauptsache, Sie beide kommen dort heraus, wo Sie hinwollten! Erst wenn es gelingt, ganz exakte Linien zu longieren, entfalten die Übungen ihr gymnastisches Potenzial, und daraus ergibt sich dann auch eine dresurmäßig anzustrebende Körperhaltung.

Auf den Volten wird ein nicht vorgebildetes Pferd sich zunächst nicht „biegen“, denn das, was wir Dressurreiter unter Biegung verstehen, ist für ein Pferd nicht unbedingt die naheliegende Form, in der man eine Wendung bewältigt. Das ist völlig in Ordnung, denn die Biegung werden wir im Laufe der Übung ja erst nach und nach entwickeln. Sie ist gewissermaßen eine Begleiterscheinung des Longierkonzepts. Das Pferd wird allmählich die Erfahrung machen, dass es in Biegung am balanciertesten um die Kurve kommt. Wir forcieren sie nicht. Doch konzentrieren wir uns zunächst auf die Wendung.

Form und Funktion

Wendung = Funktion
Biegung = Form

Die Biegung ist eine Form, in der das Pferd funktional abwenden kann, aber nicht zwingend muss!

Aus gymnastischen Gründen möchten wir Reiter die Körperform „Biegung“ erarbeiten, aber immer unter der Prämisse, dass sie für das Abwenden immer noch funktional ist.

WAS MUSS EIN PFERD TUN, UM ZU WENDEN?

Um uns dieser Frage anzunähern, schauen wir zunächst wieder auf die Anatomie und Biomechanik des Pferdes: Seine Hintergliedmaßen schieben den Rumpf vor sich her. Um nach links abzuwenden, muss der Rumpf, vereinfacht ausgedrückt, nach links, damit ihn die Hinterbeine in die neue Richtung schieben können. Das gelingt nur gut, wenn das Pferd seine Körperteile in natürlicher Form „hintereinander“ hat und in der Vorwärtsbewegung ist. Knickt es dagegen im Halsansatz ab und schleudert es in ungewollten Seitwärtsbewegungen, ist das verschleißend.

Von Natur aus nutzt das Pferd seinen Hals als Balancierstab, der auf die restliche Wirbelsäule Einfluss hat. Um nach links abwen-

den zu können, wird Ihr Pferd zu Beginn der Arbeit in der Biegung wahrscheinlich seinen Hals mehr oder weniger nach außen, also nach rechts, verlagern. Das ist zunächst okay, denn die Hauptsache ist ja, wie gesagt, dass es seine Vorhand auf die gewünschte Linie bekommt, nicht driftet oder sich verbiegt. Falls ein Pferd nicht weiter als Reitpferd ausgebildet werden soll, sondern einfach frei auf großen Weiden lebt oder sogar, falls es ausschließlich als Freizeitgeländepferd geradeaus in die Natur geritten wird, könnte es sein Leben lang problemlos auf diese „gerade“ Weise wenden.

Nun wollen wir das Pferd aber an der Longe ausbilden, wozu es sehr häufig im Kreis laufen wird. Außerdem strebe zumindest ich persönlich natürlich ein gymnastiziertes Reitpferd an, und dazu ist es sinnvoll, dem Pferd beizubringen, gebogen zu wenden. Ein großer Vorteil ist, dass das Pferd in der Biegung seine äußere Körperhälfte dehnt. Alle Verkürzungen und Steifigkeiten, die durch die natürliche Schiefe vorhanden sind, werden geschmeidig gemacht, während die Muskulatur auf der Innenseite gekräftigt wird.

Kommt das Pferd durch diese geraderichtende Arbeit besser ins Gleichgewicht, kann es sich auch besser loslassen und die Rückentätigkeit verbessert sich. In korrekter Biegung trainiert das Pferd seine ventrale Muskelkette, also die Bauchmuskulatur und diese ist gemeinsam mit dem Rumpfrageapparat dafür verantwortlich, den Rücken des Pferdes gegen das Reitergewicht zu stabilisieren. Ein Reitpferd benötigt also unter anderem eine gut trainierte Bauchmuskulatur und diese können wir durch Arbeit in Biegung entwickeln.

Wichtig zu wissen: Solange das Pferd zwanglos und ganz entspannt in ruhigem Tempo unterwegs ist und funktional abwendet, braucht es sich nicht zwingend zu biegen. Ein Pferd geht mitnichten davon kaputt, wenn es ungebogen herumläuft – im Gegenteil, ein Pferd ist von der Natur dafür vorgesehen, ungebogen zu laufen! Möchte man aber auch kleinere Volten und dynamischere Bewegungsabläufe longieren oder reiten, dann sollte man dem Pferd vorher das Wenden in Biegung näherbringen. Es handelt sich um einen Prozess, der graduell und in Bewegung vollzogen wird, nicht um eine einmal abzuhakende, absolute oder statische Haltung!

WIE BIEGT SICH EIN PFERD KORREKT IN DER WENDUNG?

Biegt sich ein Pferd mithilfe der Bauchmuskulatur auf der Innenseite, die wir ja beim Reitpferd gern trainieren wollen, rotiert der Brustkorb so, dass sich die Innenseite des Rückens leicht anhebt. Der Pferdehals biegt sich entsprechend der Rumpfbiegung nach innen, sodass das Pferd in die Wendung schaut. Genauer erläutern wir die anatomischen Zusammenhänge wir in unserem Buch *Biegung*.

Wichtig: Die „Halsbiegung“ und die „Innenstellung“ sind nicht die zentralen Punkte der Biegung, sondern gewissermaßen ihre Symptome. Wirklich ausschlaggebend ist für uns Reiter die Rotation im Brustkorb, die man jedoch optisch schwerer erkennen kann, deswegen schauen viele Leute nur auf

die genannten Symptome der Biegung. Zurück zu unserer Basisübung: Wie entwickeln wir aus unserer funktionalen Wendung in den Volten nun die korrekte Biegung? Wenn wir uns, wie gesagt, auf die Linie fokussieren und uns zwingen, die Volten wirklich rund zu gestalten, dann kommen wir nicht umhin, mehr Hilfen zu geben. Wenn wir die Ecken der Reitbahn wirklich korrekt als Viertelvekte longieren möchten und wenn wir im nächsten Schritt sogar beginnen, Volten an exakten Bahnpunkten zu machen (siehe Abb. Seite 67), dann benötigen wir dafür immer wieder die Peitsche. Mittels unserer Körperhilfen (Drehung, Position) bringen wir das Pferd dazu, nach innen zu wenden. Das war der erste Schritt. Nun soll



Je mehr die Longenführerin sich dreht und „hinter“ das Pferd läuft, desto mehr wendet das Pferd nach innen. (Foto: Phillip Weingand)

das Nach-innen-Kommen aber nicht zu viel werden, denn die Longe soll nicht durchhängen. Wir erklären es zur Bedingung, dass die Longe immer ganz dezent gespannt bleiben muss. Sollten Sie jetzt in Ihrer Longenhand keine Verbindung mehr zum Pferd spüren, nutzen Sie die Peitsche, um das Pferd so weit von sich wegzutreiben, dass die Longe sich wieder dezent spannt.

Die Kunst ist es, nur genau dann und genau so sehr zu treiben (oder auch nicht), dass die Longe gleichmäßig gespannt bleibt.

DAS PFERD AN DIE HAND HERANTREIBEN

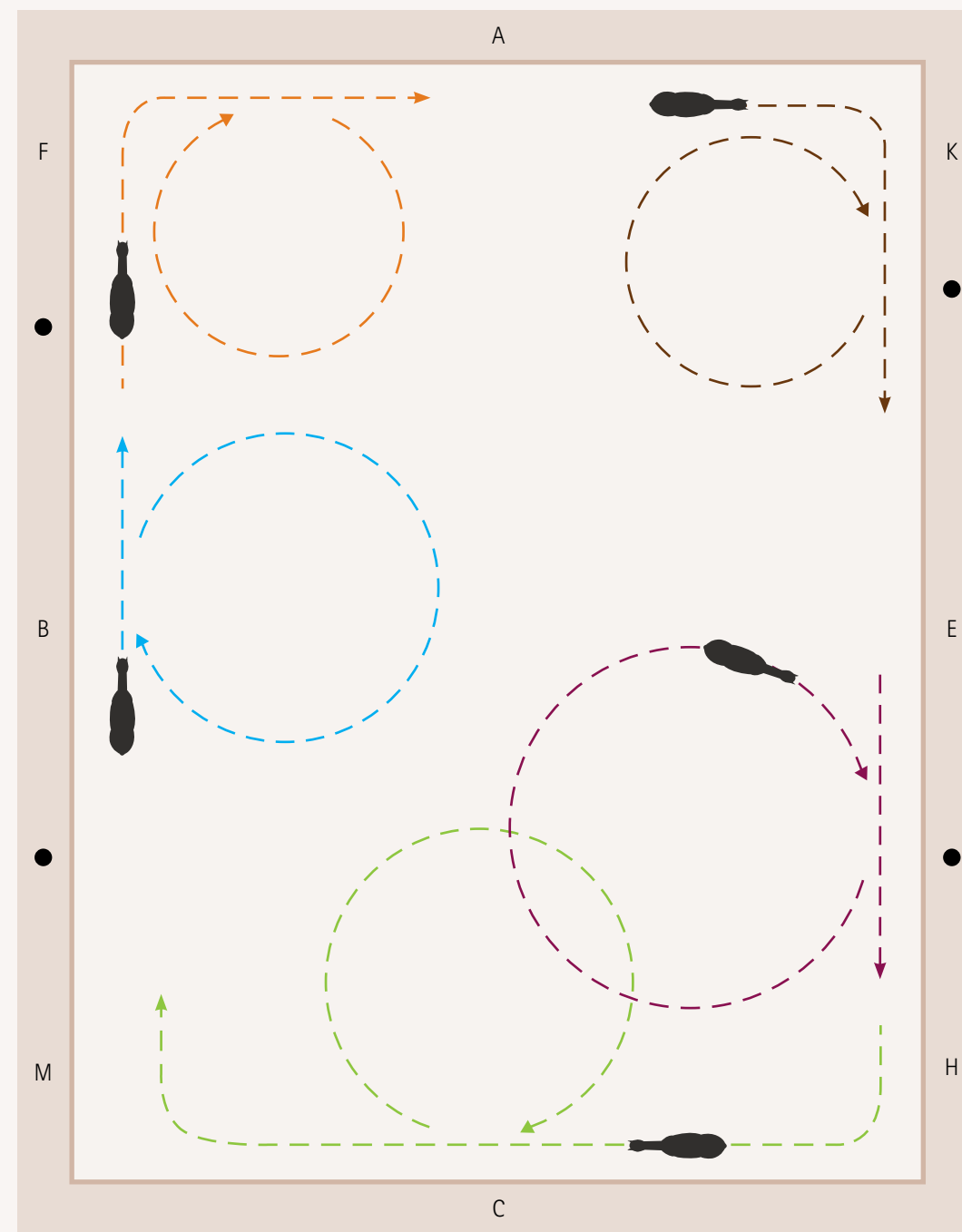
Dem klassisch vorgebildeten Reiter wird das übrigens bekannt vorkommen: Wir treiben das Pferd an die passiv mitschwingende Hand heran. Hängt die Longe durch, ist das Pferd zu stark nach innen gekommen. Treiben Sie es wieder nach außen, damit die Volte rund wird. Die Peitsche funktioniert analog zum inneren Schenkel des Reiters. Nutzen Sie eine Wischbewegung der Peitsche neben dem Pferd über den Boden, um generell Abstand herzustellen, oder touchieren Sie es hinter dem Schulterblatt im Bereich der Gurtlage, denn dort geschieht anatomisch korrekt die Biegung. Entscheidend ist das Timing: Sie müssen treiben, wenn Sie in der Hand spüren, dass der Kontakt leichter wird, sodass das Pferd nicht nach innen driftet. Ist es bereits nach innen gekommen und die Longe hängt sichtbar durch, waren Sie zu spät dran. In der Praxis müssen die meisten Menschen übrigens nicht energischer treiben, sondern früher!

DER KAPPZAUM ALS I-TÜPFELCHEN

Wenden wir also aus der Körpermitte und treiben das Pferd dabei in passender Dosierung an die Hand heran, wirkt der Kappzaum: Durch die Spannung auf der Longe wendet der Kappzaum den Kopf des Pferdes vorsichtig nach innen und vervollständigt so unsere Biegung. Der Kappzaum wirkt in exakt dem passenden Moment und in exakt der passenden Dosierung, weil wir eben nicht aktiv daran ziehen, sondern den Rumpf des Pferdes durch Körpersprache und Peitschenhilfe beeinflussen. Der Kappzaum ist das „i-Tüpfelchen“. Je nachdem, wie weit das Pferd seinen Rumpf von uns wegbewegt, desto mehr wirkt der Kappzaum. Sobald das Pferd sich gänzlich korrekt biegt, also auch seinen Hals mit in die Biegung nimmt, gibt es sich dadurch auch „selbst nach“, denn in exakt diesem Moment wird dann ja der Kontakt zur Longe wieder etwas leichter – aber ohne dass die Longe durchhängt! Jegliche Longeneinwirkung steht bei dieser Technik immer in Bezug zur Bewegung des Rumpfs. Jedes „Annehmen“ und „Nachgeben“ wird dem Pferd dabei nicht isoliert zugefügt, sondern ist Begleiterscheinung von dessen Bewegungen.

Dadurch sind die Dosierung und der Zeitpunkt für das Pferd immer stimmig.

Falsch wäre es, den Kopf und Hals des Pferdes aktiv nach innen zu ziehen, denn dabei knicken die Pferde leider allzu oft in der Halsbasis ab, also dort, wo der Hals in den Rumpf übergeht. Passiert das, wendet das Pferd nicht mehr funktional korrekt auf die Volte ab, sondern driftet über die äußere



Ziel ist, Volten an exakten Bahnpunkten longieren zu können. Wählen Sie die passende Voltengröße und behalten Sie diese gleichmäßig auf beiden Händen bei. (Illustration: Pinkhouse Design)

LONGIEREN ALS REHA- UND JUNG-PFERDETRAINING

Wenn der Sattel nicht passt

Eine Sache, die mir sehr am Herzen liegt, weil sie mir in meinem beruflichen Alltag ständig begegnet und ich sie trotz bestem Willen auch bei meinen eigenen Pferden nicht immer ausschließen konnte: Geschätzte 80 Prozent aller Pferde laufen mit unpassenden Sätteln – oft so sehr unpassenden Sätteln, dass sie damit nicht über den Rücken gehen und keine physiologische Form finden können. Um einen schwachen Rumpfrageapparat wieder aufzubauen und einem sogenannten schwachen Rücken entgegen zu wirken, ist unser Longierkonzept optimal geeignet. Wenn der

Rücken dank gut trainierter Rumpfragemuskulatur und einem ausgeglichenen Verhältnis zwischen ventraler und dorsaler Muskelkette wieder gut aussieht, kann Ihr Sattler Ihrem Pferd wieder einen Sattel anpassen, mit dem es dann auch unter dem Reiter so gut laufen kann wie an der Longe.

Aus eigener Erfahrung kann ich Ihnen sagen, wie sehr es sich lohnt abzuwarten. Je nach Schwere des Problems kann das neun bis zwölf Wochen dauern, aber diese Zeit ist dank des Longierens ja keineswegs unnütz verschenkt! Ist das Pferd (wieder) so weit und schwingt über einen fitten Rücken, kommen Sie reiterlich mit Siebenmeilenstiefeln voran.



(Foto: Phillip Weingand)

Wenn das Pferd beim Reiten Probleme hat

Macht das Pferd unterm Reiter Taktfehler, ist es klemmig, bockt es, rollt es sich ein, kann es den Hals nicht fallen lassen und sich nicht biegen und/oder hat es Angst oder massive Bewegungsunlust („triebzig“ oder „faul“) oder ist explosiv, dann kann Ihnen dieses Longierkonzept hervorragend bei der Korrektur helfen. Sind gesundheitliche Ursachen vom Tierarzt abgeklärt und Probleme gegebenenfalls auch bei weiteren Fachleuten (Osteopathen, Pferdedentisten und eventuell Heilpraktikern) in Behandlung und nichts spricht gegen das Longieren, dann legen Sie los.

Ich hatte in meinem Ausbildungsstall in den letzten Jahren sehr viele sogenannte Problempferde. Bei nahezu allen lag den Problemen eine Kombination aus gesundheitlichen Gründen und fehlender oder tatsächlich falscher Grundausbildung zugrunde. Sitzen Probleme fest oder sind Schmerzen vorhanden, ist Reiten unsinnig, gefährlich und in vielen Fällen kontraproduktiv. Deswegen longieren wir bei Problempferden die ersten vier bis acht, in Härtefällen auch mal zwölf Wochen ausschließlich. Dabei klären sich so viele grundsätzliche Dinge (etwa die Vorwärtsreaktion, wie man wendet und ein mittleres Arbeitstempo findet), das Pferd erholt sich (natürlich auch dank passender Haltung und Fütterung), findet Balance und Form wieder, baut die dafür benötigte Muskulatur auf, und Dysbalancen werden ausgeglichen. Es lernt seinen zukünftigen Reiter als freundli-

chen, aber bestimmten Menschen „mit Plan und Absicht“ kennen, der einem die Linie vorgibt, damit man sich entspannen kann. Im Zuge des Longierens kann man auch die Sattelgewöhnung (neu) machen und das Pferd an das Tragen eines „blind“ eingeschnallten Gebisses ohne jeden Zug am Maul gewöhnen (genau beschrieben in meinem Buch *Jungpferdeausbildung mit System*).

Steigen Sie danach wieder in den Sattel, sind die größten Probleme bereits verschwunden! Reiterlich brauchen Sie dann keine Untugenden mehr zu „verhindern“, sondern können das Pferd unterm Sattel freundlich und positiv ganz normal (weiter) grundausbilden und darauf aufbauend natürlich weiter fördern.

Junge Pferde

Junge Pferde longieren Sie mindestens acht Wochen, sodass Sie die in diesem Buch beschriebenen Übungen (mit Ausnahme der Cavaletti-Übungen in den höheren Gangarten) entspannt beherrschen, bevor Sie mit der Gewöhnung an das Reitergewicht beginnen. Nach diesem Zeitraum hat sich der Körper des Pferdes insbesondere durch die Trabarbeit so stabilisiert, dass es mit dem unnatürlichen Reitergewicht im Rücken gut zurechtkommt, welches anfangs selbstverständlich nur minutenweise im Sattel sitzt.

Ausführlich beschrieben habe ich das in meinem Jungpferdebuch. Auch während der Wochen des Anreitens ist das Longieren ein wichtiger Teil der Arbeit und wird zunehmend weiter verbessert. Die „Longierzeit“

wird dann nach und nach zugunsten der „Reitzeit“ verkürzt. Das bedeutet, dass Sie anfangs nach dem Warmführen vielleicht 20 Minuten longieren, dann das Aufsitzen üben und zwei Minuten „reiten“, wobei Sie passiv sitzen.

Ist das Pferd daran gewöhnt, können Sie länger im Sattel sitzen und dann natürlich nach und nach auch aktiv einwirken. Nach einigen Wochen longieren Sie vielleicht 15

Minuten und reiten 10 Minuten. Wiederum einige Wochen später longieren Sie nur noch 10 Minuten und reiten 20 Minuten, bevor Sie das Ablongieren irgendwann ganz weglassen und dann 30 Minuten reiten.

Diese „minutenweise“ Steigerung der Reitzeit empfehle ich auch für Reha- oder Problempferde. Ist das Pferd an der Longe losgelassen, kann es das Reitergewicht dann sinnvoll „über den Rücken“ tragen.



Das „Longieren als Dialog“ Konzept eignet sich hervorragend zur Vorbereitung auf das Anreiten, da es nicht nur den Rumpfrageapparat trainiert und die Hilfengebung klärt, sondern auch die Koordination verbessert. (Foto: Maresa Mader)

KOMMUNIKATION *in Bewegung*



DER
BESTSELLER
NEU
ÜBERARBEITET



www.cadmos.de
www.avbuch.at

Beim Longieren am Kappzaum ohne Ausbinder oder einen starren Ablauf treten Sie in einen Bewegungsdialog mit Ihrem Pferd. Anhand vielfältiger aufeinander aufbauender Übungen verhelfen Sie Ihrem Pferd zu mehr Gleichgewicht, Losgelassenheit und einer gesunden Bewegungsweise. Dabei wird das Pferd nicht in eine äußere Form gedrängt, sondern darf physiologisch sinnvolle Bewegung entwickeln und selbst zur individuell richtigen Form finden.

Aus dem Inhalt

- Grundsätze des pferdegerechten Longentrainings ohne Hilfszügel
- Hilfengebung an der Longe als Bewegungsdialog
- Wie Longentraining das pferdegerechte Reiten ergänzt
- Praktische Übungen, um physiologisch sinnvolle Bewegung zu kultivieren
- Biegungen, Geraden, Übergänge, Tempounterschiede und Cavaletti
- Hinweise zur Trainingsplanung und Hilfe bei Problemen

Katharina Möllers *Passion ist die klassische Reiterei. Gemeinsam mit Claudia Weingand betreibt sie das OsteoDressage Ausbildungszentrum in Baden-Württemberg. Darüberhinaus vermitteln die beiden Wissen rund um pferdegerechtes Training im OsteoDressage Online-College. Weitere Infos finden Sie unter www.osteodressage.com*

CADMOS