



RÜCKENSCHULE AN DER LONGE

In der letzten Ausgabe erklärte Horst Becker, Experte für klassische Dressur, Doppellongenarbeit, Arbeit an der Hand und Freiheitsdressur, Grundsätzliches zu seiner Rückenschule.

Im zweiten Teil unserer kleinen Serie zeigt er nunmehr eine konkrete Lektion und erläutert, wie jeder bei seinem Pferd damit viel Positives bewirken kann.

VORARBEIT IST WICHTIG

«Der Pferderücken ist das Zentrum der Bewegung und trägt den Reiter. Genau da liegt aber oftmals das Problem», erläutert Horst Becker zunächst grundlegend. Seine Rückenschule funktioniert – wie im ersten Teil erläutert – sowohl am langen Zügel als auch an der Longe und unter dem Reiter.

Für die Arbeit an der Longe benötigt der Reiter/Ausbilder des Pferdes zusätzlich ledig-

lich einen Kappzaum sowie eine Fahr- oder Longierpeitsche.

«Der erste wichtige Punkt der klassischen Skala der Ausbildung ist der Takt. Dies sollte einem zu Beginn jeder Longeneinheit bewusst werden. Wichtig ist nämlich, das Pferd so langsam zu arbeiten, dass der Schritt ein echter Viertakt ist. Dabei gilt es, dass der Ausbilder beim Pferd immer im Blick behält, dass jeweils nur ein Bein in Bewegung ist. Nur dann bewegt sich das Pferd im Viertakt und nur dann lässt der Rücken wirklich los. Dieses Ziel sollte jeder Ausbilder verfolgen», so Becker. «Bei vielen Pferden ist es jedoch gar nicht so einfach, weil sie in dieses ruhige Tempo gar nicht gehen wollen. Eine konsequente Führung am Kappzaum und dass sich der Ausbilder mit dem Körper etwas vor dem Kopf aufstellt und somit den Horizont des Pferdes verkleinert, hilft dabei, das Pferd langsam, bewusst und fein zu arbeiten. Dies sollte als

Vorarbeit immer im Hinterkopf bleiben. Zudem gilt es für den Ausbilder zunächst herauszufinden, auf welcher Seite sich das Pferd leichter biegt. Denn auf dieser Seite fangen wir mit der Arbeit an. Sie ist kürzer oder angespannter als auf der anderen Seite. Muskulatur kennt nur zwei Zustände, Anspannung und Neutralität. Es gibt keine aktive direkte Dehnung der Muskulatur, die Dehnung eines Muskels wird vom Gegenspieler (Antagonist) ausgelöst.»

DIE EIGENTLICHE RÜCKENSCHULE AN DER LONGE

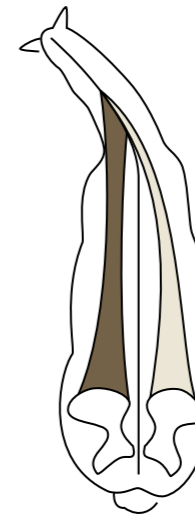
«Die erste Lektion der Rückenschule an der Longe ist im Grunde simpel, aber dennoch nicht in ihrem Schwierigkeitsgrad zu unterschätzen. Man muss als Ausbilder konsequent und gleichzeitig fein führen können», erläutert Horst Becker. «Nachdem das Pferd zehn bis fünfzehn Minuten auf dem grossen

Zirkel im Schritt gegangen ist, lässt es der Ausbilder eine Volte von drei Metern seitwärts um sich herumgehen. Dabei wird das Pferd mit feinen Signalen am Kappzaum gebogen, sodass mit der linken Schulter auf der linken Hand der Horizont etwas verkleinert wird. Gleichzeitig arbeitet der Ausbilder das Pferd mit der Bogenpeitsche vom inneren Hinterbein durch die äussere Schulter. Beim Reiten würde man das Pferd niemals so viel biegen, weil dann sein statischer Spannungsbogen verloren ginge, das Reitergewicht schlecht ausbalanciert werden könnte und es in der Konsequenz auf die äussere Schulter fallen würde. An der Longe gibt es dieses Problem nicht. Deshalb ist die Rückenschule an der Longe durchs gebogene Pferd so effektiv. Die hohle Seite kann bis zu 80% der Trainingseinheit trainiert werden, wenn dies beim jeweiligen Pferd nötig ist. Danach wechselt der Ausbilder die Hand und arbeitet die nächsten 10% auf der rechten Hand, um eine Dehnung in die linke Seite zu bringen. So wird eine Dehnung der durch die Longenarbeit warm und durchlässig gewordenen zu kurzen linken Muskulatur erlangt.»

Die letzten 10% des Trainings wendet sich der Ausbilder wieder der hohlen Seite zu, um das Pferd links aus der Spannung zu nehmen. «Von Woche zu Woche geht man früher von der hohlen Seite auf die nicht hohle Seite des Pferdes. Man merkt genau, wenn man den Wechsel zu früh gemacht hat, denn dann verirrt sich das Pferd auf der rechten Seite nach aussen und lässt sich nicht nach rechts biegen, denn die linke Seite ist noch nicht genug durchgearbeitet und somit ausreichend dehnfähig», betont Horst Becker. «Bei dieser Übung verdreht man die langen Rückenmuskeln ge-

Foto: zVg.

AUF WELCHER SEITE BIEGT SICH DAS PFERD LEICHTER?



Die Seite, auf der die Muskulatur des Pferdes verkürzt ist, ist die hohle Seite. Stellt man dieses Pferd nach rechts, wird es aus dem Gleichgewicht kommen, wenn die Dehnfähigkeit der linken Seite noch nicht trainiert ist.

geneinander, weil die Vorhand auf einem kleinen Kreis geht und die Hinterhand auf einem deutlich grösseren und damit erheblich schneller. Auf diese Art und Weise geraten die Rückenmuskeln in Bewegung. Somit entspannen sie sich und werden länger. Nach drei bis vier Runden seitwärts auf dem kleinen Zirkel entlässt der Ausbilder das Pferd wieder im Schritt auf den grossen Zirkel. Nach einigen Wiederholungen sollte das Pferd beim Übertreten deutlich kauen und im Genick locker werden.»

Zunächst absolviert der Ausbilder diese Übung nur mit Schritt, später lässt er übertreten und schickt das Pferd im Trab hinaus. «Nach einigen Wochen der Übung kann das Pferd auch im Trab leicht auf einer grösseren Volte übertreten und es kann beim Rauschicken und Abwenden auf die Zirkellinie mit einem kleinen Ruck an der Longe angaloppieren werden», erläutert Becker. «Wenn man diese Übung wirklich konzentriert und konsequent geduldig aufbaut, ist das Pferd sogar in der Lage, im Galopp an der Hand übertreten und sich danach in die Tiefe zu dehnen.»

MUSKELAUFBAU IM GALOPP

Einmal mehr macht Horst Becker deutlich, dass die Rumpfmuskulatur sich während der ruhigen Galopparbeit aufbaut. Deswegen sollte diese immer das Ziel jeder Übung und Lektion sein. «Wir arbeiten am Rücken nur dadurch, dass sich dieser mehr hebt und lockerer wird. Das funktioniert ähnlich wie bei uns Menschen die Stärkung der Bauchmuskulatur durch Sit-Ups. Im Schritt und im Trab löse ich mehr, mache die Oberlinie länger und flexibler und öffne die jeweilige äussere Schulter. Der Galopp beim Pferd ist wie Sit-Ups bei Menschen», beschreibt der Ausbilder. «Gerade im Winter oder mit jungen Pferden, welche auf die Arbeit unter dem Sattel vorbereitet werden, kann die Rückenschule die Reizsituation entspannen. Pferde, welche durch die geringere Bewegung im Winter, weil sie weniger auf die Koppel können oder die tiefen Temperaturen nervös oder spannung sind, können vor dem Reiten auf diese Weise mit der Rückenschule gearbeitet und aufgewärmt werden.»

ALEXANDRA KOCH

ANZEIGE

