

PASSION

EXTREME TRAIL

DENKSPORT FÜR PFERDE



—
SPEZIAL

**DIE SCHIEFE
DES PFERDES
WARUM IST EIN PFERD
SCHIEF UND WAS
HILFT DAGEGEN?**

**ALINE EGLI
PFERDE IN IHREM
GANZEN DASEIN
VERSTEHEN**

**FAHREN
IM THURGAU
GEPFLEGTE
FAHRKULTUR**

MIT GELÄNDETRAINING ZUM ERFOLG

Sportpferde werden überwiegend auf Reitplätzen oder Rennbahnen trainiert. Geländeritte dienen nur als Ausgleich. Es gibt aber einige Spitzenreiter, die überwiegend auf Geländetraining setzen.

Markus Albrecht wurde erst mit 20 Jahren durch seine Frau Doris – die damals schon begeisterte Islandpferde-Reiterin war – zum Gangreiten gebracht. Heute gehört er zu den besten Rennpassreitern weltweit. Seit 26 Jahren bewirtschaften die Albrechts hoch über dem Bodensee in Eschenz den Landwirtschaftsbetrieb Weierholz. Er beherbergt saisonal bis zu 130 Islandpferde. Die Pferde leben in Gruppen-Offenstall-Haltung. Markus bietet den Pensionären Reitstunden an und trainiert Gangpferdereiter. Allerdings gibt es keine Ovalbahn und auch auf dem Sandviereck sieht man ihn selten. Die Trainings finden im Gelände statt. Er sagt dazu: «Entscheidend ist, die Geländeeigenschaften zu nutzen. Für die Psyche der Pferde ist das Training in der Natur wertvoll. Zudem werden Muskulatur und Kondition aufgebaut. Der einzige Nachteil ist, dass den Sportpferden die Bahnerfahrung fehlt.»

NATÜRLICHE UND ERWORBENE SCHIEFE

Reiter aller Disziplinen absolvieren Dressurarbeit, um Muskeln aufzubauen, aber auch, um die natürliche Schiefe der Pferde auszugleichen. Albrecht offenbart seine Sichtweise: «Ich glaube, die natürliche Schiefe ist weniger ausgeprägt als angenommen wird. Gemäss Studien sind von Natur aus mehr Pferde rechts hohl, lassen sich also auf linke Hand schlechter biegen. In der Praxis sagen aber viele Reiter, dass ihre Pferde auf linke Hand leichter gehen und rechts steifer sind. Wider-

sprüchlich, aber logisch, denn wir machen alles von links. Führen, satteln, aufsteigen usw. Wir reiten auf der rechten Strassenseite und in den Reitbahnen gilt Rechtsverkehr, was zu Linksbiegung führt. Was wäre, wenn wir alles umgekehrt machen würden? Dazu gibt es meines Wissens keine Studie. Das zeigt mir, dass die erworbene Schiefe, die auch von Fehlhaltungen der Reiter und vielem mehr herrühren kann, eher zu Problemen führt.»

Durch Geländetraining kann die natürliche Schiefe ausgeglichen und einer erworbenen Schiefe vorgebeugt werden. Bei Passrennen – Albrechts Paradedisziplin – besteht bei schiefen Pferden ein Verletzungsrisiko. «Im Rennpass kommt es diagonal zu Verletzungen. Das Pferd greift z. B. mit der rechten Hinterhand ins linke Vorderbein. Es bringt die Hinterbeine nicht an den Vorderbeinen vorbei. Deshalb tragen Rennpasspferde oft Ballenschoner oder Gamaschen. Die Verletzungen sind zum Glück zwar meistens nur oberflächlich, trotzdem muss man vorbeugen und die Schiefe korrigieren», so der Fachmann.

MIT LEICHTIGKEIT TRAINIEREN

Damit die Leser ein Bild bekommen, wie ein Training mit den Passrennpferden bei ihm aussieht, beschreibt Albrecht dieses detailliert. Das soll aber nicht als Anleitung für jedermann dienen, denn jede Disziplin stellt andere Anforderungen an Pferde und Reiter.

Seine Trainingsstrecke beginnt mit 400 m in gutem Schritt. Die Pferde gehen in leichter Anlehnung, ohne Biegung vorwärts-abwärts und treten gut unter. Danach wechselt er auf einem flachen Stück von rund 700 m in leichten Passtölt. «Das wärmt die Muskulatur auf, soll aber das Pferd nicht anstrengen. Deshalb verlange ich keinen reinen Tölt, denn dieser braucht viel Energie.» In dieser Phase gebe er leichte Stellung, abwechslungsweise links und rechts. Das Pferd sei aber grund-



ANDREA AMACHER
MIT SANA'A DU ROC'H IM
GALOPP MIT OFFENEN WINKELN.
DAS PFERD IST GERADEAUS
GERICHTET, NICHT VERSAMMELT,
KANN DEN HALS STRECKEN
UND DIE SCHULTER IST FREI
FÜR DEN RAUMGRIFF.

MARKUS MIT SEINEM
SPITZENPFERD KÓNGUR –
WIE IM TEXT BESCHRIEBEN –
IM LANGSAMEN PASSTÖLT
MIT LEICHTER STELLUNG
NACH RECHTS.



sätzlich gerade gerichtet. «Im Gegensatz zum Reiten auf dem Viereck wirkt dies bereits ausgleichend auf eine Schiefe.»

Danach geht es leicht bergauf. Er wechselt vom Passtölt in den Schritt und verlangt dann für 200 m reinen Tölt mit Biegung der steiferen Seite. Anhand des Geländes kommt nachher ein steiles Stück im Schritt bis zum Start einer leicht ansteigenden 300-m-Galoppstrecke. Albrecht dazu: «Ich lasse die Pferde galoppieren, bis sie das Tempo selber verringern, treibe sie dann aber zwecks Konditionsaufbau noch einige Meter weiter.» Es folgt eine Schrittphase, aber nicht am langen Zügel sondern mit Anlehnung, damit die Pferde konzentriert und aktiv bleiben. Dann geht es nochmals 150 m im Galopp bergauf. Der Heimweg erfolgt bergab im Schritt, auf geraden Strecken wiederum im leichten Passtölt mit abwechselungsweise Links-, Rechtsbiegung und zuletzt einer Schrittstrecke. Die ganze Einheit dauert je nach Trainingsstand des Pferdes 45 bis 60 Minuten. Auf Dressurlektionen wie Seiten- oder stark versammelte Gänge verzichtet Albrecht.

UNKONVENTIONELLER AUSGLEICH

Dieses Training absolvieren die Sportpferde zwei- bis dreimal pro Woche. Vor Passrenneinsätzen wird die Strecke verkürzt und statt Berggalopp auf einem flachen Waldweg eine Strecke von 300 m zweimal im Rennpass absolviert. In der Sportsaison fahren Albrechts ab und zu nach Brunnadern zum Reithof Neckertal, um auf der Passbahn Turnierbedingungen zu simulieren. Die weiteren Einheiten sind unkonventionell. Markus erzählt: «Zweimal pro Woche werden die Sportpferde als Handpferde ins Gelände mitgenommen und bewegen sich intensiv aber relativ frei. Die restlichen Tage werden sie von meiner Frau auf dem Sandplatz in der Gruppe freilaufend trainiert. Sie dürfen sich zuerst austoben, werden dann aber kontrolliert auf linke und rechte Hand mit vielen Gangartwechseln bewegt. Pro Woche haben sie auch mindestens einen Ruhetag.»

Der Erfolg gibt dem Trainer recht. Er ist Weltmeister, mehrfacher mitteleuropäischer Meister und mit seinem Spitzenpferd Kóngur frá Lækjamóti seit über zehn Jahren Schweizer Meister im Rennpass. Aktuell ist er die Weltranglistennummer 1 im 250-Meter-Passrennen und die Nummer 2 im 100-Meter-Speedpass. Der 21-jährige Kóngur hat seine Leistung mit zunehmendem Alter nicht abgebaut, sondern wurde immer schneller. Wenn dem Paar die Qualifikation gelingt, sollen sie Anfang August in Holland nochmals an Weltmeisterschaften teilnehmen. Sein Reiter sagt abschliessend: «Die

spielerische Art des Trainings motiviert die Pferde. Die Weite der Natur beeinflusst sie positiver als die Stereotype von Dressurlektionen im Viereck.»

ENDURANCETRAINING IST VERGLEICHBAR

Nicht ganz so locker, aber ähnlich trainieren auch Distanzreiter. Andrea Amacher, ad interim Chefin der Disziplin Endurance und internationale Distanzreiterin, erklärt: «Wer lange Distanzrennen ab 120 km absolvieren will, muss grossen Wert auf einen starken Rücken, eine ökonomische Grundhaltung und ein gutes Gleichgewicht des Pferdes legen. Das Gebäude muss annähernd perfekt sein, um der Belastung standzuhalten.» Es müsse Zeit in Vorwärts-abwärts-Dehnung, Seitengänge, Elastizität und Biegung investiert werden. «Viele Endurance-Reiter haben im Gelände einen Parcours. Oft eine etwa zweistündige Strecke von elf bis dreizehn Kilometern, auf der alle Grundgangarten geritten und natürliche Geländegegebenheiten genutzt werden.» Dazu gehöre Aufwärmen im Schritt inklusive Seitengänge und Bergstrecken, teils in stark gefordertem Schritt, welcher die Hinterhand aktiviert. Für das Herz-Kreislauf-System kurze schnelle Galoppstrecken. Auch das Abwärtsreiten mit Aktivierung der Hinterhand sei ein wichtiger Teil, so die Spezialistin.

Eine natürliche oder erworbene Schiefe zeige sich, wenn das Pferd müde werde: «Es galoppiert dann auf der schlechteren Seite nicht mehr gerne an oder mag beim Leichttraben das Absitzen auf die schlechtere Seite nicht. Der Reiter muss gegen Ende eines langen Rennens oder bei jungen Pferden oft und regelmässig den Fuss bzw. den Galopp wechseln.» Eine ausgeprägte Schiefe wirke sich mittelfristig bereits in Rennen von 60 bis 80 km negativ aus und führe zu Lahmheiten und Muskelproblemen. «In der Endurance wirken sich auch körperliche Defizite (Verletzungen, Schmerzen) des Reiters sehr negativ auf das Pferd aus. Deshalb empfehle ich den Reitern, sich regelmässig von einer Fachperson wie Physiotherapeut, Osteopath, Chiropraktiker oder Kinesiologe behandeln zu lassen um fit und ausbalanciert zu bleiben», so Andrea Amacher.

BARBARA WÜRMLI

DORIS UND MARKUS ALBRECHT INMITTEN EINER GRUPPE PFERDE IN IHREM OFFENSTALL.

