Biodynamik

Grundgedanken und Übungen zum Einfühlen

Was bedeutet richtig satteln?

Wie trägt ein Pferd?

Gleichgewicht der Kräfte

Die große Wippe

Trapezmuskelatrophie

Kinetik - Hebefunktion - Emotion

Wilde Mustangs

Die große hintere Hebebühne

Ein Eselchen in Versammlung

Anhang:

Ignorierte biodynamische Notwendigkeiten

Wie man es den Pferden schwer macht

Was bedeutet richtig satteln?

Wer Pferde biomechanisch sinnvoll satteln und reiten möchte, muss zuerst verstehen, wie diese Wunderwerke der Natur überhaupt „funktionieren“. Die Bewegungsabläufe unserer Pferde sind ein kompliziertes Zusammenspiel vieler Komponenten. Jede Sehne, jeder Muskel, jeder Knochen müssen perfekt zusammenarbeiten. Wer eine Komponente, wie etwa die Schulterblätter blockiert, behindert den gesamten biomechanischen Ablauf.

Richtig satteln und richtig reiten bedeutet, die biomechanischen Abläufe geschehen zu lassen und das Pferd dabei möglichst wenig zu stören. Das geht! Pferde besitzen enorme Kräfte, die sich für beide Teile stressfrei genießen lassen, falls die Regeln beachtet werden. Diese Regeln kann nur beachten, wer sie kennt, wer sich einfühlen kann.

Die Baupläne von Mensch und Pferd sind gar nicht so verschieden. Beide Spezies gehören zur Gattung der Höheren Wirbeltiere und tragen ihr Gewicht größtenteils über ihr großes Becken.

Ihr Schwerpunkt liegt auf der Lendenwirbelsäule wie bei uns. Der große massige Lange Rückenmuskel (Longissimus) bildet den Dreh- und Angelpunkt zwischen den Dornfortsätzen und den Querfortsätzen der Lendenwirbelsäule.

Mensch und Pferd sind vergleichbar

Voluminöser kräftiger langer Rückenmuskel (Fotos Seite 10)

Die Muskeln nehmen auf und übertragen, die Knochen übernehmen und leiten zu Boden.

Kleine, ganz einfache Übung, die unser Verständnis eröffnen kann:

Bei waagerecht gehaltenem Oberkörper fühlt man, wie unser Longissimus am Becken angewachsen ist. Wir fühlen unseren Schwerpunkt kurz vor unserem Becken. Man fühlt auch deutlich, wie die großen Muskeln des Rückens das Gewicht des Oberkörpers auf die Beckenknochen übertragen, die es über die Beine senkrecht in den Boden ableiten.

Pferde tragen ihr Gewicht hauptsächlich über ihr Becken, sie tragen auch Ihre Reiter über ihr Becken, weshalb das Gerede von Tragrippen und irgendwelchen Dornfortsätzen absurd ist.

Dame Berlin 1920
(Ach rutsch mir doch den Buckel runter!)

Hier sehen wir, wie sich ein versammeltes Pferd aufrichtet und seine Reiterin trägt. Es beugt seine Hanken als Gegengewicht zum aufgerichteten Körper, dadurch wird Spannung im Rücken erzeugt, welche das Reitergewicht nach hinten unten auf das Becken überträgt. Die riesigen Muskeln übertragen das Gewicht von Pferd und Reiterin auf die massiven, flächigen Beckenknochen, die es auf die Hinterbeine ableiten.

Wie trägt ein Pferd?

Der Kran des Pferdes aus Knochen, Muskeln, Sehnen und Bändern

Was bedeutet tragen?
Tragen bedeutet aufnehmen und nach dem Gesetz der Schwerkraft in den Boden ableiten. Reiter sind keine fliegenden Teppiche!

Wussten Sie, dass Pferde zwei lange Stränge Bewegungsmuskulatur (Longissimus) entlang des gesamten Rückens haben, die im Takt der Hinterbeine gedehnt werden und wieder kontrahieren müssen? Die großen Muskeln im Bereich der Lendenwirbelsäule bezeichne ich als Übertragungsmuskeln, weil sie das Gewicht von Reiter und Pferd auf die Querfortsätze der Lendenwirbelsäule - zwecks Aufrichtung - sowie auf das Becken übertragen, damit es über die Beine auf den Boden abgeleitet werden kann.

Die Knochen bilden das stützende Gerüst sowie die Ansatzpunkte für Muskeln und Sehnen. Pferde müssen ihr Eigengewicht sowie das Reitergewicht über ihre Gliedmaßen nach dem Gesetz der Schwerkraft auf den Boden stemmen, weil nur das Skelett den Boden berührt - geschützt und abgefedert durch den Hufmechanismus.

Ist die Reiterlast zu weit vorne, muss ein Pferd diese Last über die Vorhand auf den Boden ableiten. Ist die Reiterlast ergonomischer verteilt, kann das Pferd seinen hinteren großen Lastenaufzug besser einsetzen und mehr Gewicht von Pferd und Reiter über die Hinterhand auf den Boden übertragen.

Gleichgewicht der Kräfte in einem statisch/kinetischen System

Die "Obere Verspannung" besteht aus Rückenband und Nackenband.

Rückenband oder Breite Rückenfaszie

Die Breite Rückenfaszie zieht den Rücken nach oben.

Widerrist

Der Widerrist fungiert als Übersetzung zwischen Nackenband und Rückenband wie ein Zahnrad.

Nackenband

Sitzbeinhöcker

Becken

Dornfort-sätze am Widerrist

Genick

Kopf

größeres Lastenmoment

Tragarm: Wirbelsäule, Muskeln, Bänder

Lastarm: Hinterhand

Wenn der Kopf nickt, zieht (öffnet) das Nackenband die langen Dornfortsätze nach oben. Da hier die Verbindung zum Rückenband ist, wird auch das Rückenband gespannt. Dadurch öffnen sich auch die Dornfortsätze der Rückenpartie nach oben und ermöglichen das Aufwölben des Rückens.

Die "Untere Verspannung" zieht das Becken senkrecht nach oben und hält die inneren Organe wie eine Hängematte.

Pferde müssen ihr eigenes sowie das Reitergewicht über ihre Knochen zu Boden bringen. Die Muskeln nehmen Gewicht auf und übertragen es auf die Knochen. Diese leiten es in den Boden ab.

Haben Sie bemerkt, dass das Rückenband sowohl durch Zug von vorne als auch durch Zug von hinten gespannt werden kann? Von vorne, initiiert durch den Kopf, entsteht Dehnung. Von hinten über Hankenbeugung und tiefe Kruppe entsteht Aufrichtung (Versammlung).

Gegen-gewicht

Reiter sind keine fliegenden Teppiche. Ihr Gewicht muss nach dem Gesetz der Schwerkraft auf den Boden abgeleitet werden. Pferde müssen ihr eigenes Gewicht sowie das Reitergewicht mittels Muskeln auf ihre Knochen übertragen, die es zu Boden bringen. Am ergonomischsten funktioniert das, wenn die Beckenknochen das Gewicht senkrecht über die Hinterhand ableiten. Dafür sind Sitzposition, Sattelung und Beizäumung wichtige Faktoren. Sitzt der Reiter zu weit vorne oder blockiert der Sattel die Schulterblätter, muss das Pferd den Rücken wegdrücken und setzt seine Hebebühne außer Kraft. Dann muss das Pferd viel mehr Gewicht über die Vorhand ableiten - ohne Bogenspannung - mit nach unten gebogenem Rücken und schlurfenden Hinterbeinen.

Die Muskulatur des Pferderückens kontrahiert und entspannt im Rhythmus der Beinbewegungen. Kein Pferd bleibt beim Grasen stehen, jetzt wissen Sie warum. Sie verstehen jetzt auch, weshalb Boxenhaltung so schädlich ist: keine Spannung, keine Entspannung der Muskulatur, keine Blutpumpe durch den Hufmechanismus.

Der sog. Lange Rückenmuskel, der rechts und links der Wirbelsäule jeweils einen langen Strang bildet (muskulus longissimus dorsi) ist der Muskel, der mit Sattel und Reitergewicht belastet wird, obwohl er keine Tragkraft hat. Der rechtsseitige und der linksseitige Muskelstrang müssen mit dem Wechsel der Hinterbeine kontrahieren (aktiv) und gespannt werden (passive Dehnung durch muskulären Gegenspieler): eins - zwei, entspannen - spannen. Wenn das gleichseitige Hinterbein auffußt, wird der Muskelstrang auf dieser Seite gedehnt, während der Muskelstrang auf der anderen Seite mit dem vorschwingenden Hinterbein entspannen sollte (aktiv kontrahieren), was unter Sätteln mit Kissen auf der Unterseite und deren hohem punktuellen Druck ziemlich unmöglich erscheint, besonders, wenn ohne Stoßdämpfer als Unterlage geritten wird.

Fühlen Sie die Dehnung ihres Longissimus indem Sie ein Bein heben und die hoffentlich angenehme Dehnung genießen. Wenn Sie das Bein wieder abstellen, geben Sie den gleichseitigen Muskelstrang frei.

Die großen Bänder unterstützen die Muskeln. Ohne Bänder würden Pferde keine Reiter tragen können. Diese Bänder nennt man zu Recht Verspannung.

Die Obere Verspannung besteht aus dem **dicken Nackenband** und dem **flächigen Rückenband.** Bänder ermüden nicht und müssen deshalb nicht entspannen, Bänder spannen und schwingen. Sie erzeugen die schwingende Grundspannung, die Pferde benötigen um sich selbst schwungvoll zu tragen. Sie sind auch für das ergonomische Tragen des Reiters erforderlich.

Die breite Rückenfaszie (Rückenband) überspannt die Muskeln der Hinterhand und des Rückens wie ein großes Segel, sie bündelt deren Kraft. Außerdem hebt das **Rückenband** über den Zug der abgesenkten Hinterhand die Wirbelsäule wie eine Brücke an.

Die Untere Verspannung ist der Antagonist, der das Becken aufrichtet und das Tragen der voluminösen, schweren Därme mit wenig Kraftaufwand ermöglicht.

Das komplizierte Zusammenspiel in der Dehnung. Wenn ein Pferd beim Laufen mit dem Kopf nickt, dehnt es sein **Nackenband**. Dieses dicke Zugseil ist an den langen Dornfortsätzen des Widerristes angewachsen und richtet sie mit dem Zug des nach unten nickenden Kopfes auf. Da auch das **Rückenband** an diesen langen Dornfortsätzen angewachsen ist, überträgt sich diese Spannung auf das **flächige Rückenband (Breite Rückenfaszie)**. Damit öffnen sich auch die hinteren Dornfortsätze nach oben und ermöglichen der Rückenmuskulatur das Aufwölben der Wirbelsäule. Muskeln und Bänder sind fest verwachsen, haben aber eine ganz andere Struktur und andere Aufgaben. Die Verspannungen heben von oben an, sie unterstützen schwingend, sie ermöglichen den kontrahierenden Muskeln auch den Raum, den sie für die Umfangsvermehrung während der einzelnen Kontraktionen benötigen.

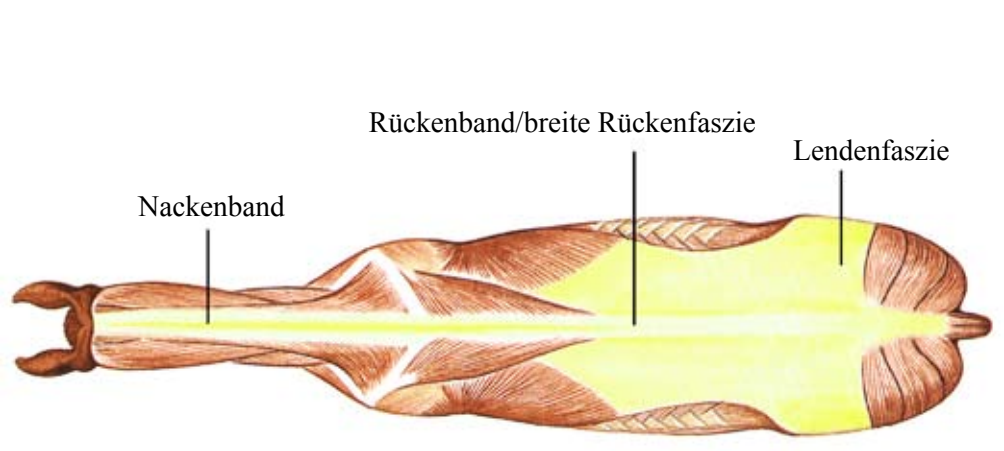
Diese Mobilisierung der gesamten Wirbelsäule einschließlich der umgebenden Bänder und Muskeln durch Dehnung ist die Voraussetzung für nicht schädigendes Reiten. Dieses Grundbedürfnis ist unbedingt zu befriedigen.

Pferde sind keine Stehtiere sondern Lauftiere, sie können bei Boxenhaltung ihre Rücken nicht entspannen, weil sie zum Laufen geschaffen sind und nicht zum Stehen. **Um die Rückenmuskeln zu entspannen müssen sie die Beine bewegen und mit dem Kopf nicken.**

Die große hintere Hebebühne oder die Zusammenarbeit von Hinterhand, breitem Rückenband (Breite Rückenfaszie) und Nackenband bei der Aufrichtung.

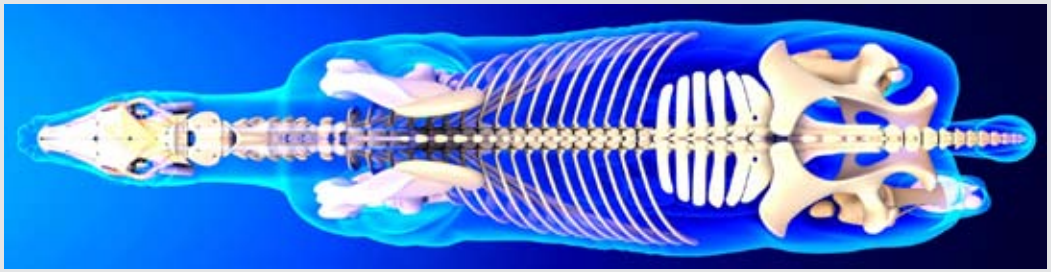
Das flächige Rückenband sorgt für die gleichmäßige Verspannung aller beteiligten Muskeln. Es bündelt die Kraft, die von den kontrahierenden Muskeln der Hinterhand entwickelt wird. Wenn sich die Kruppe nach hinten absenkt - als Gegengewicht zum vorderen Teil des Körpers - entwickelt sich enormer Zug von hinten über die Kruppe Richtung Rücken und Widerrist. Dieser Zug hebt die Wirbelsäule von hinten nach vorne an. Die Voraussetzung dafür ist ein elastischer Muskel-Bandapparat. **Pferde mit festem unelastischem Rücken sind invalide und können weder einen Reiter tragen - besonders im Trab oder Galopp - noch gymnastiziert werden.**

Die obere Verspannung



Die neongelben Bänder der Verspannungen bestehen aus Bindegewebssträngen, die hellen Sehnen aus Kollagenfasern.

Die große Wippe bildet den Schwerpunkt aus Knochen und Muskeln



Die Querfortsätze der Lendenwirbelsäule und die darauf liegenden großen schweren Muskeln markieren den Schwerpunkt des Pferdekörpers. Hier ist der Dreh- und Angelpunkt für alle Bewegungen. Hier übertragen die großen hinteren Muskeln das Gewicht von Pferd und Reiter auf das Skelett. Die Beckenknochen übertragen dieses Gewicht auf die Beinknochen, die ihre Last in den Boden ableiten, während die Last auf den Querfortsätzen der Aufrichtung dient. Durch das Absenken des Beckens in der Versammlung fungieren die schweren Rückenmuskeln wie Gewichte auf einer Wippe: “hinten tief“ erzeugt “vorne hoch“.

Der reiterliche Aspekt

Die Nieren liegen geschützt unter den massiven Querfortsätzen. Um mechanisch auf sie einzuwirken, benötigt man Hammer, Meisel und Knochensäge! Legen Sie Ihren Sattel ruhig weit nach hinten, falls dessen Wirbelkanal breit genug ist, um nicht auf den Dornfortsätzen zu liegen. Belasten Sie mit dem Sattel ohne Angst den massiven Longissimus kurz vor dem Kraftzentrum, das ich als „hintere große Hebebühne“ bezeichne. Dieses Kraftzentrum bildet den Schwerpunkt des Pferdekörpers. Es besteht aus riesigen Muskelpaketen und massiven Knochen und entsprechend breiten Sehnen und Bändern.

Dagegen ist die Region der Rippen schwach und empfindlich. Bohren Sie sich mal mit dem Finger in Ihre Rippen! Der knöcherne Brustkorb schützt Lunge und andere Organe wie ein Korb, was der Name aussagt. Der Brustkorb muss selbst getragen werden und deshalb gibt es keine tragfähigen belastbaren Rippen. Es gibt in dieser Region nur dünne, schwache Muskeln und empfindliche Knochen, weshalb Sättel unbedingt dick abgepolstert werden müssen - und zwar mehrlagig.

Die „große Wippe“

Hier arbeitet das Pferd mit der Schwerkraft! Die „große Wippe“ bildet den Schwerpunkt des Pferdes.

Wie entsteht die Aufrichtung des Pferdekörpers?
Die seitlichen Querfortsätze der Lendenwirbelsäule dienen als Wippe (jeder kennt die hölzernen Kinderwippen: eine Seite unten, eine oben, je nach Gewichtsverteilung). Wenn sich die Kruppe absenkt, verlagert sich das Gewicht der großen Muskeln oben darüber vermehrt auf diese Knochen. So kann sich der vordere Teil der Wirbelsäule aufrichten.

Wie entsteht die Aufrichtung die den Reiter trägt?
Das Pferd muss sein Becken mittels Hankenbeugung noch weiter absenken und noch mehr Spannung von hinten über den Rücken nach vorne aufbauen, damit die reiterliche Last nach hinten Richtung Becken kippt. Ohne diesen Zug von Rückenband und Muskeln von hinten über die Kruppe hätten unsere Pferde unter dem Reiter augenblicklich einen Senkrücken. Dieser Zug erhält Pferderücken kräftig und stabil schwingend. Alle von mir therapierten Pferde wurden so gesattelt, dass sich dieser Zug durch Mobilisation langsam und schonend entwickeln kann. Pferde möchten von sich aus diese physikalisch und physiologisch richtige Spannung aufbauen und ihre Hinterhand einsetzen, werden aber durch falsche Sattelung und falsche Reitweise daran gehindert. Wer zu weit vorne sitzt, auf zwickenden Sätteln ohne Stoßdämpfer oder mit kurzen Zügeln reitet, setzt die Biomechanik augenblicklich außer Kraft. Pferde, die den schmerzhaften Druck von Kopfeisen ertragen müssen werden sich wohl kaum lustvoll aufrichten, dem Schmerz entgegen.

Die kleinen Trapezmuskeln, die vom Druck der Kopfeisen so gnadenlos zerquetscht werden, sind von der Natur als Unterstützung der Dornfortsätze im Widerristbereich vorgesehen. Hier wirken die Zugkräfte von Nacken- und Rückenband sowohl von vorne nach hinten, als auch von hinten nach vorne ein. Diese Muskeln brauchen viel Platz unter dem Sattel sowie Schutz vor punktuellem Druck, weil sie sehr schnell atrophieren. Bei vielen jungen Pferden kann man zusehen, wie sich die Sättel binnen Wochen oder Monaten in diese Muskeln eingraben.

Anmerkungen zum Verständnis
Die kurzen Intervalle der Kontraktions- und Dehnungssphasen des Langen Rückenmuskels kann man vom Sattel aus fühlen. So, wie die Hinterbeine fußen und wieder abheben wird eine Seite weicher und eine härter: eins - zwei, spannen - entspannen.

Falls Sie fühlen möchten, wie das Nackenband die Dornfortsätze des Widerristes aufzieht und wie sich diese Spannung über den Rücken nach hinten fortsetzt, dann lassen Sie Ihr Pferd beim Ausreiten fressen. Wiederholungen sind unbegrenzt möglich!

Bei einem Pferd in Bewegung muss die ganze Kinetik naturgemäß ablaufen dürfen, damit das Zusammenspiel aus Balance, Schwung, Spannung und Entspannung im Takt bleiben kann. Der Kopf und der lange Hals sind unverzichtbare Schwung- und Taktgeber. Wer sein Pferd mit unnachgiebigem kurzem Zügel reitet, im Gebiss hängt, riegelt usw. verhindert, dass das Nackenband die Dornfortsätze öffnet und damit die Rückenfaszie wie eine Spannbrücke für die Rückenmuskeln anhebt. So ein Pferd ist gezwungen, sich unter grausamen Muskelkrämpfen mittels Schonhaltung über die Reitstunde zu retten, mit mattem Rücken und nach hinten herausgestellter schlurfender Hinterhand. Nur die aktive Hinterhand richtet den Pferdekörper von hinten nach vorne auf und trägt den Reiter über den Zug des Rückenbandes. Festhalten oder Gegenhalten mit dem Zügel sind Kunstfehler, die mit dem Herantreten ans Gebiss absolut nichts gemeinsam haben. Das derzeit überall zu beobachtende, an der Kopfhaltung orientierte Reiten ist fachlich falsch. Es offenbart Inkompetenz und mangelndes Einfühlungsvermögen. Wer hat bloß die Rollkur und dünne Sattelunterlagen erfunden? Die Rollkur ist das Gegenteil von stolzer Aufrichtung! Sie ist das Markenzeichen gnadenloser Ignoranz und Selbstdarstellung zu Lasten von sich unter Schmerzen windenden Pferden.

Reitkunst fängt damit an, sein Pferd nicht zu stören. Wer die Biomechanik stört oder außer Kraft setzt, kämpft einen vergeblichen Kampf gegen sein Pferd.

Wer richtig sattelt und sein Pferd so, wie von der Natur vorgesehen, bewegen lässt, wird viel geschenkt bekommen und fängt auf einem Niveau an, das andere nie erreichen.

Versammlung entsteht von selbst, solange man sein Pferd nicht stört.

Sind die Schultern frei und das Pferd auf seiner Hinterhand kann der Reiter üben, sanfte, richtige Hilfen zu geben. Lektionen sind sanft zu entwickeln, der Reiter muss sie einfühlsam geschehen lassen.

Ausrüstung sollte weich, sanft und schützend sein und auf den versammelten Rücken angepasst, damit sich der Rücken aufwölben kann. Es ist nicht wahr, dass Unterlagen dünn sein müssen, damit man sein Pferd fühlen kann. Es sei denn, Sie möchten einen verspannten, weg gedrückten Rücken fühlen. Die modernen elastischen Kunststoffbäume verhindern Druckspitzen, schwingen leicht mit, sie verteilen das Gewicht gleichmäßig über viel Fläche (bei guter Passform mit der passenden Unterlage!) und sie schaffen den Platz unter dem Sattel, den kontrahierende Muskeln benötigen. Rücken und Muskulatur verändert sich in Sekundenbruchteilen, die Bäume bilden die Schutzschale über dem sich bewegenden Bewegungsapparat.

Zum Verständnis sollten Sie sich ein entspannt stehendes Pferd ansehen: matter Rücken, ein entlastetes Hinterbein usw. Sobald sich das Pferd in Bewegung setzt, nickt der Kopf, der Rücken hebt sich nach oben. Die Veränderung der Oberlinie ist deutlich, sie wird gerader und breiter, abhängig vom Grad der Bogenspannung oder Versammlung.

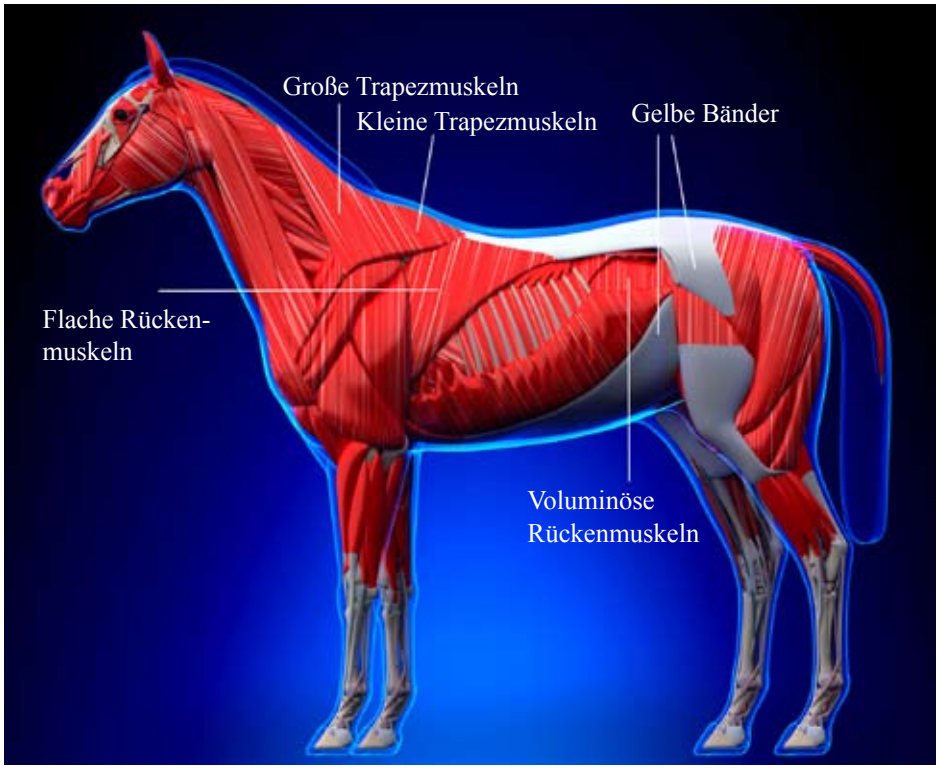
Deshalb ist es auch völlig unsinnig, einen Sattel oder einen Scanner auf ein stehendes Pferd mit mattem Rücken zu legen um einen Sattel anzupassen. Sobald das Pferd den ersten Schritt macht, kann der so angepasste Sattel nicht mehr passen. Zur Anpassung eines Sattels oder - noch besser - des Baumes - muss deshalb immer Versammlung simuliert werden indem man mit einem Finger hinter der Gurtlage den Bauch hoch kitzelt. Damit hat man das Abbild des versammelten Rückens unter dem Sattel, worauf generell anzupassen ist.

Alle gesund gewordenen Pferde, die einen graden, breiten, elastischen Rücken aufbauen konnten, haben diesen von hinten nach vorne aufgebaut - ohne Zwang, kinderleicht für alle Beteiligten, genussvoll, entspannt, mit inaktiven Reitern, ohne Zwangsgymnastik, dafür mit passender Sattelung: weit hinten, bei freier Schulter, gerade Bäume auf gerade gepolsterten Rücken. Und das alles im Schritt am langen Zügel.

Die Beinknochen tragen die ganze Last, sie berühren als einzige den Boden. Wirbelsäule und Rippen können nicht tragen. Sie liegen waagerecht und müssen getragen werden. Die flächigen Beckenknochen bieten den großen Muskeln große Ansatzflächen zum Übertragen der Last. Der Longissimus (die beiden seitlichen Langen Rückenmuskelstränge) ist hinten sehr voluminös. Er liegt zwischen den Dornfortsätzen und den Querfortsätzen der Lendenwirbelsäule, weshalb hier die Tragkraft am größten ist. Hier wird die Last direkt auf das tragende Skelett übergeleitet.

Die bis zu 30 cm langen Dornfortsätze bilden die wichtige Umspannstation für die **Obere Verspannung** bestehend aus **Nackenband** und **Rückenband.** Beide Bänder sind an den Dornfortsätzen angewachsen. Das Nackenband zieht von vorne nach hinten, das Rückenband in beide Richtungen, je nach Körpereinsatz. Die Hebelfunktion der langen Dornfortsätze funktioniert aber nur bei einer elastischen Wirbelsäule!

Das fehlende Schlüsselbein ist ein weiteres Indiz dafür, dass Pferde von Natur aus so wenig Gewicht wie möglich über die Vorhand ableiten sollen. **Es besteht keine knöcherne Verbindung zwischen der Vorhand und der Wirbelsäule.** Die Vorderbeine hängen nur an Muskeln und Bändern. Die Natur wollte die Last für die Vorhand gering halten. Ganz anders als hinten!



Die Kleinen Trapezmuskeln bezeichne ich gerne salopp als Bizeps, um auf die sehr deutliche Umfangsvermehrung bei der Dehnung durch den angehobenen Rücken hinzuweisen. An dieser Stelle muss Platz unter dem Sattel sein! Schulterpolster aus Visco-Schaum leisten hier beste Dienste. Sättel mit Kopfeisen und daran befestigter Steigbügelaufhängung üben hier viel zu hohen Druck aus, weshalb fast alle Pferde mit derartiger Englisch Sattelung Muskelatrophien bekommen. Verstärkt wird der Negativtrend durch dünne Satteldecken ohne Stoßdämpfer. Ich sehe in dieser Praxis klare Verstöße gegen das Tierschutzgesetz, wenn 90% der so gerittenen Pferde an dieser Stelle Löcher statt Muskeln aufweisen.

Hier beginnt ein sehr schmerzhafter Teufelskreis. Die Sättel hängen mehr und mehr in die immer tiefer werdenden Löcher, die Reiter hängen verstärkt nach vorne und beschleunigen die Schäden. Hier werden die Schulterblätter bei jedem Schritt blockiert, die Wirbelsäule wird nach unten gedrückt, Bogenspannung und die notwendige Biodynamik verhindert. Ein neueres deutsches Sattelbuch bringt den Sachverhalt auf den Punkt: „Ein gut gerittenes Pferd hat vorstehende Schultern“. Was durch tierquälerische Sattelung und rücksichtslose Reitweise angerichtet wird, erklärt man einfach als normal und gewünscht. Ein gut gerittenes Pferd trägt niemals den Abdruck seines Sattels auf dem Rücken. Pferde mit Atrophien sind invalide!

Trapezmuskelatrophie!

Diese Bezeichnung ist nicht ganz korrekt, weil auch tiefer liegende Muskeln betroffen sind, wie der in dieser Region noch flache Lange Rückenmuskel. Die kleinen Trapezmuskeln (musc. trapezius pars thoracica) sehen unter Spannung wie flache Segel aus. Zur Kräftigung benötigen Sie die Dehnung durch Wirbelsäule und große Trapezmuskulatur, die weiter oben am Hals sitzt. Diese Dehnung gelingt nur ohne Druckspitzen durch den Sattel und bei genügend Platz für die Umfangsvermehrung unter dem Sattel, weshalb Schulterkissen aus Visco-Schaum fast bei jedem Pferd ratsam sind.

Die kleinen Trapezmuskeln dienen als Stützmuskulatur für die bis zu 30 cm langen Dornfortsätze im Bereich des Widerrists. Ohne Streckung und Dehnung des gesamten Rückens verkümmern die Trapezmuskeln, drückende Sättel zerquetschen sie regelrecht.

Der Trick zur Wiederherstellung ist die ultimative Dehnung durch Bogenspannung.
Bogenspannung erreicht man am besten durch Schritt am langen oder hingegebenen Zügel ohne Gebiss. Muskeln werden passiv gedehnt während sie sich aktiv zusammenziehen. Deshalb benötigen Muskeln Platz - auch unter dem Sattel, den nur Bäume gewährleisten können - sowie die Möglichkeit zur Entspannung durch Dehnung. Die nötige Entspannung kann aber nicht erzwungen werden, weshalb Reiter lernen sollten, Entspannung zuzulassen.

Die meisten Reiter denken nicht an Entspannung und Dehnung, deshalb haben ja fast alle Pferde sichtbare Rückenschäden. Dabei sind Entspannen und Dehnen die wichtigsten Voraussetzungen für Gesundheit und

Leistungsbereitschaft. Das wird Ihnen jeder Sportler bestätigen. Hier werden Grundbedürfnisse vernachlässigt, was nichts anderes als Tierquälerei ist.

Der reiterliche Aspekt

Gesunde, artgerechte Biodynamik kann niemand erzwingen, man muss sie zulassen.

Wer mit Bogenspannung anfängt, hört unter Versammlung auf. Wer nicht, der nicht!

Die reiterliche Verantwortung besteht darin, die natürlichen Bedürfnisse von Pferden zu kennen und zu befriedigen. Da die meisten Pferde Magengeschwüre haben und Rückenschäden aufweisen, werden die meisten von uns den Bedürfnissen unserer Pferde wohl nicht gerecht. Eine wenig gestörte Biodynamik ist die Voraussetzung für die physisch und psychisch notwendige Dehnungshaltung, die wiederum die notwendige Voraussetzung für eine natürliche, selbstverständliche, geschenkte Versammlung ist. Die meisten Reiter halten Versammlung für etwas, was nicht von selbst geschieht, sondern erzwungen werden muss. **Versammlung ist ebenfalls ein biomechanisches Grundbedürfnis**. Sie entsteht deswegen ohne Zwang ganz von selbst, sofern Sattelung und Reiter dies zulassen.

Wer sein Pferd bereits in der Box ausbindet, es nach dem Aufsitzen gleich aufnimmt um es in eine unnatürliche Haltung zu zwingen, wird niemals ein williges gesundes Pferd haben, das sich gerne reiten lässt. Reitkunst geht ganz anders. **Reitkunst fängt damit an, sein Pferd nicht zu stören.** Reitkunst heißt zuhören, einfühlen und sanft entwickeln - nicht einfach nur dominieren und den reiterlichen Willen aufzwingen. Ein guter Reiter benötigt kaum Zügel, wird niemals riegeln und er ist sich bewusst, dass das Pferd einen klopfenden zappelnden Reiter, der wahllos irgendwelche „Hilfen“ gibt, niemals als angenehm empfinden kann. Reitkunst hat auch mit Zurückhaltung und Passivität zu tun. Erst einmal erspüren, was das Pferd vermitteln möchte, ist ein sehr erstrebenswerter, ehrenwerter Grundsatz. Nehmen Sie Ihrem Pferd nicht durch Zwänge Würde und Anmut. Seien Sie selbst sanfter und anmutiger. Um die Noblesse eines Pferdes zu erreichen, dürfen wir plumpen Menschen ordentlich üben.

Ansehen - erfahren - begreifen

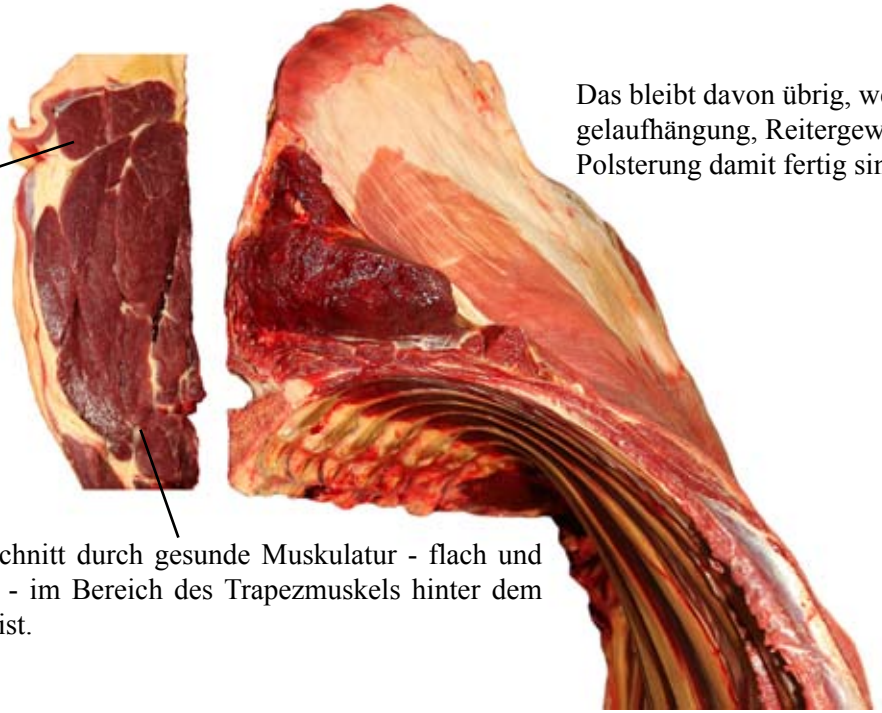
Am besten sehen Sie sich die Veränderung eines Pferderückens selbst in aller Ruhe an. Kitzeln Sie einem Pferd mit den Fingern hinter der Gurtlage den Rücken hoch. Betrachten Sie die Dehnung der Kleinen Trapezmuskeln. Wenn sich die Wirbelsäule anhebt, dehnt diese Bewegung die Kleinen Trapezmuskeln. Erleben Sie die Umfangsvermehrung durch die Dehnung - ähnlich wie bei einem Bizeps. Plötzlich verschwinden die Kuhlen hinter den Schulterblättern, sie gehen ohne Übergang in den Rücken über. So sieht die Schulterpartie eines versammelt galoppierenden Pferdes mit gesundem Rücken unter dem Sattel aus. Auf diese Weise muss ein aufbauend zu reitender Sattel angepasst sein.

Beim Aufwölben seines Rückens wird das Pferd vermutlich auch Kopf und Hals nach vorne dehnen. Diese Dehnung des Nackenbandes ist für das Aufwölben des Rückens unerlässlich. Falls kurze Zügel diese Dehnung nicht zulassen, kann sich der Rücken nicht genügend oder gar nicht anheben.

Der kleine dicke Müller trägt den Mehlsack auf seinem Becken. Er wölbt den Rücken auf, der Last entgegen und kippt diese Rücken abwärts Richtung Becken. Diese Last nutzt er aber auch zur Aufrichtung indem er sich mit dem Tragarm daran festhält und hochziehen lässt. Der andere Arm wedelt zwecks Gleichgewicht.

Wäre die Last noch schwerer, würde der Müller den Sack mit beiden Händen umfassen, um seinen Oberkörper vom Gewicht nach oben ziehen zu lassen. Die Beugung des Oberkörpers erzeugt die nötige Balance, der Winkel variiert deshalb je nach Bedarf. Der Schwerpunkt liegt oberhalb seines Beckens, er ist der Dreh- und Angelpunkt des kleinen dicken Müllers und seiner Last. Der kleine dicke Müller stemmt den Mehlsack mit der Schwerkraft. Ähnlichkeiten mit anderen Mehlsäcken wären reiner Zufall.

Gelbes Nackenband, in viel Fett eingepackt, darunter wunderbare intakte Muskulatur im Bereich des Widerristes. (nicht gerittener kräftiger Warmblüter, 11 Jahre) - Längsschnitt



Das bleibt davon übrig, wenn Kopfeisen, Steigbügelaufhängung, Reitergewicht und ungenügende Polsterung damit fertig sind!

Längsschnitt durch gesunde Muskulatur - flach und flächig - im Bereich des Trapezmuskels hinter dem Widerrist.

Längsschnitt durch die großen Gewicht überleitenden Muskeln. Longissimus im Bereich der Hüfte vor dem Becken.

Gesunder Longissimus im vorderen Bereich des kräftigen Warmblüters. - Längsschnitt

Dornfortsätze und Querfortsätze der Lendenwirbelsäule. Die großen Muskeln zwischen diesen Knochen bilden den Schwerpunkt und Dreh-und-Angelpunkt des Pferdekörpers.

(stark verkleinert)

Beispiele zum Nachmachen und Einfühlen

Die junge Frau trägt einen schweren Rucksack auf ihrem Rücken. Um die Schultern zu entlasten haben moderne Trekking-Rucksäcke sog. „Hüftflossen“. Diese übertragen 60%-70% des Rucksackgewichtes über die Beckenknochen direkt auf die Beine, die dieses Gewicht in den Boden ableiten.

Passende Sättel erfüllen eine ähnliche Funktion wie Tragegurte und Hüftflossen. Sie helfen dem Pferd das Reitergewicht aufzunehmen und mittels „hinterer Hebebühne“- damit sind die kräftigen Muskeln der Hinterhand gemeint - auf die Hinterbeine zu übertragen, die das Gewicht dann auf den Boden ableiten.

Da Pferderücken waagrecht sind, das Reitergewicht nach dem Gesetz der Schwerkraft aber senkrecht nach unten zieht, sind Pferderücken komplizierte Wunderwerke aus Knochen, Sehnen, Muskeln und Bändern, die nur unter einer bestimmten Grundspannung ermüdungsfrei arbeiten können.

Ein Bierkasten auf Vorhand, Mittelhand und Hinterhand

Der Bierkasten wird mit den Schultern getragen (die sich allerdings nicht mehr bewegen können). Die nach unten strebende Last wird über die Arme auf den Boden abgeleitet.

Die Mittelhand tut sich am schwersten. Erlahmt die Kraft, zwingt die Last den Rücken ins Hohlkreuz.

Die Last liegt ergonomisch richtig auf dem Becken über den Beinen. Die Last erscheint leicht, zum Halten ist deutlich weniger Muskelkraft nötig.

Ergonomisches Tragen von Lasten

Die junge Frau trägt die Last nicht ergonomisch, sondern äußerst Bandscheiben schädlich. Auf ein Pferd übertragen könnte man es so beschreiben: Kopf und Hals nach oben weggestreckt, den Rücken weg gedrückt. Von vorne nach hinten mit unpassendem Sattel gerittenes Pferd.

Bogenspannung = ergonomisches Tragen

Soll eine Last aufgenommen werden, muss Bogenspannung aufgebaut werden: Rücken hoch, Kopf tief. Sinkt der Rücken nach unten, geht der Kopf hoch.

Reiterliche Aspekte:

Nennen Sie diese Haltung wie Sie möchten:

- Bogenspannung
- ergonomische Dehnungshaltung
- biodynamisch sinnvolle Haltung
- Öffnung der Dornfortsätze nach oben

Diese Haltung ist ein körperliches Grundbedürfnis von Pferden und damit reiterliche Pflicht.

Ein elastischer Rücken, der sich ungehindert nach oben bewegen kann und darf, ist die höchste reiterliche Priorität, die unabdingbare Grundvoraussetzung jeder Lektion. Nur über diese Dehnung kann klassische Versammlung entstehen. **Wer mit Bogenspannung anfängt, hört mit Versammlung auf**. Ein Pferd mit festem Rücken ist invalide und muss entsprechend mobilisiert werden. Antworten und Anleitung finden Sie hoffentlich in diesem Buch.

Mehr zum Thema im Kapitel „Der grüne Bogen“.

Kinetik - Hebefunktion - Emotion

Worauf sitzen wir?

Reiter sitzen weder auf dem Widerrist noch auf den Schulterblättern und auch sonst nicht auf der Wirbelsäule, auch nicht hinten auf den breiten Dornfortsätzen – hoffentlich. Damit ist das Gerede über den einen geraden Dornfortsatz ziemlich überflüssig. Es ist egal, ob sie nach vorne oder nach hinten zeigen, wir reiten hoffentlich nicht drauf.

Funktionierende Biomechanik = Bogenspannung

Reiter sitzen auf einem sehr komplexen System aus Muskeln und Bändern rechts und links entlang der Wirbelsäule. Diese Bänder erzeugen den schwingenden Rücken, der relativ ermüdungsfrei arbeiten kann. Dazu benötigt dieses System eine bestimmte Grundspannung (Tonus). Diese Spannung wird als Bogenspannung bezeichnet. Sie ist die Voraussetzung für Rücken schonendes Reiten und für die verschiedenen Grade von Versammlung. Je stärker ein Pferd versammelt ist, desto höher wölbt es den Rücken auf – dem Reitergewicht entgegen – und desto mehr Gewicht übernimmt es auf die Hinterhand, unter vermehrter Hankenbeugung.

Die meisten gymnastischen Übungen sollen bekanntlich dazu dienen, diesen aus Bändern und Muskeln bestehenden Apparat elastisch und kräftig zu erhalten. Nur auf einem schwingenden Rücken kann der Reiter gut sitzen, nur schwingende Pferderücken können als gesund angesehen werden und dies auch bleiben. Pferde wurden von der Natur mit einer kräftigen, weil muskulösen hinteren Hebebühne ausgestattet. Deren kräftige Kontraktionen treiben es vorwärts und übertragen das Eigengewicht des Pferdes sowie das Reiter- oder Zuggewicht über die Hüfte auf die Beine und diese auf den Boden.

Dressur und gymnastische Übungen sollten eigentlich kein Selbstzweck sein, sondern den Pferdekörper elastisch erhalten, das Selbstbewusstsein von Pferden stärken sowie die beiderseitige Kommunikationsfähigkeit ausbauen. Da wir es mit denkenden, fühlenden, Schmerz empfindenden Lebewesen zu tun haben, sollten wir uns an der Natur der Pferde orientieren. Dazu müssen wir aber die natürlichen Bedürfnisse kennen! Diese werden in den folgenden Kapiteln erklärt.

Ein Pferd ohne Reiter bewegt sich anders als ein Pferd mit Reiter. Ein freilaufendes Pferd hat im Schritt eine gerade Oberlinie, Rücken und Hals bilden eine Waagerechte, während ein Pferd unter dem Reiter eine nach oben gebogene Oberline aufweisen sollte. Es muss Bogenspannung aufbauen, um das Reitergewicht ergonomisch in den Boden stemmen zu können. Wie tragen Sie einen Kasten Bier? Sie bauen Bogenspannung auf, Ihre Muskeln in den Oberschenkeln kontrahieren dabei kräftig.

Aufrichtung

Aufrichtung ist das Produkt aus Bogenspannung, Hinterhandeinsatz und Emotion.

Sie kann nicht erzwungen werden. Obwohl heute sehr viele Reiter viel zu viel Gewicht auf „Zügelhilfen“ legen, Haltung und Aufrichtung erzwingen wollen, kann das NIEMALS FUNKTIONIEREN. Pferdekörper sind nicht gemacht, um von vorne nach hinten „geritten“ (gezerrt) zu werden. Aufrichtung entsteht von hinten nach vorne und fast von selbst. Die beste Basis bilden eine korrekte Sattelung und Reiter, die ihre Pferde nicht permanent stören, die nicht zappeln, klopfen, zerren. Wie viele Reiter geben im Sekundentakt sich widersprechende Hilfen? Hauptsache man ist aktiv und tut was! Wie soll sich bei dieser Unruhe, trotz Geklopfe und Geschiebe Erhabenheit entwickeln?

Mehr zum Thema im Kapitel „Der rote Bogen“.

Wilde Mustangs am Strand von North Carolina (Atlantik U.S.A.) bei ihrer Physiotherapie

Bitte betrachten Sie dieses Foto genau:

Ein Jungtier läuft neugierig voran, während die erfahrenen Herdenmitglieder Augen und Ohren zur Seite und nach hinten gewandt haben. Die weite Rundumsicht sorgt für das benötigte Sicherheitsgefühl, die Tiere können sich entspannen.

Deshalb sind die Hälse lang, der Bandapparat ist leicht gedehnt und somit locker leicht gespannt – genau richtig um im Schritt Hals und Kopf schwingen sowie die Seele baumeln zu lassen!

Der Betrachter erkennt eine Herde von 5 Stuten und einem Hengst. Alle haben gute Hufe, gerade Beine, schöne Rücken. Der Hengst, trägt herrliche Attribute seiner Männlichkeit: Kurzes glänzendes Fell, Hals und Kruppe sind deutlich kräftiger bemuskelt als die der Stuten, sein Fundament ist schwerer. Er sichert die Gruppe mit entspanntem aber wachem Ausdruck nach hinten und zu einer Seite hin ab.

Bis auf die Möglichkeit zur Futteraufnahme sind alle Bedürfnisse der Herde erfüllt:
Viel Platz, weite Sicht, Sonne und Wind, akustische und visuelle Eindrücke ihrer Umwelt. Die Gruppe kann ihr natürliches Bedürfnis nach Bewegung stillen. Pferde sind ausgesprochene Lauf- und Fluchttiere. Sie fühlen sich in der Weite bei gleichmäßiger Bewegung besonders wohl und benötigen deshalb viel Platz, sehr viel Platz.

Wer diese Tiere gesund und glücklich erhalten möchte, muss deren natürliche Bedürfnisse möglichst umfassend befriedigen: Herdenleben, Raum zur Bewegung, Luft, Licht, Eindrücke, freie Sicht. Pferdekörper sind für 20stündige Bewegung konzipiert, nicht für Boxenhaltung, nicht für die ganzjährige Aufnahme von getrocknetem Gras und auch nicht für erzwungene unnatürliche Bewegungen bei fatal blockierender Verbiegung und Verspannung von Kopf, Hals und Rücken. Entspannung entsteht durch ungezwungene Bewegung, niemals durch erzwungene.

Wenn Sie das nächste Mal an einem steifen Hals oder Nacken leiden, dann erzwingen Sie am besten schleunigst Entspannung und Endzündungsfreiheit Ihrer menschlichen Minimuskeln. Dasselbe gilt für akuten Ischias oder Rheuma. Das praktizieren wir doch täglich bei unseren Pferden. Geht doch! Oder vielleicht doch nicht? Vielleicht möchte Ihr Körper Ruhe, Wärme, Massagen und danach kleinste feinste Bewegungen ganz nach Empfinden und ihr Kopf angenehme Ablenkung durch Sonne, Wind und Vogelstimmen? Sie wissen das alles?

Wilde Mustangs am Strand von North Carolina in der für Pferde typischen physiologischen Haltung. Der Kopf wird immer vor der Senkrechten getragen und relativ tief. So ein Pferdekopf ist sehr schwer, ihn ständig hoch zu halten wäre Kraftverschwendung. In dieser Haltung kann der komplexe Muskel- Bandapparat bestens schwingen – so sieht die ideale gesunde Bewegung ohne Reiter aus, in der bestmöglich ausgewogenen Mischung aus Spannung und Dehnung der gesamten Oberlinie zwischen Nacken und Sprunggelenken. Sobald ein Pferd eine Last auf seinem Rücken stemmen muss, muss sich die Haltung entsprechend verändern.

Hengst hinter seinen Stuten.
Wie würden Sie die Bewegung des Pferdes beschreiben?
Relaxter Hengst schlurft wenig spektakulär hinter seiner Stute her? Hengst in physiologischer Haltung im Schritt? Hengst beim bestmöglichen Rückenaufbautraining? Irgendetwas müssen diese Pferde richtig machen, sonst hätten sie Senkrücken. Dass dieser Hengst auch anders kann, beweist die tragende Stute vor ihm: Stolztrab, einen Hengsthals aufwölben, perfekte Hankenbeugung zur Levade usw. Ich möchte eine weitere Frage aufwerfen: In welchem Verhältnis stehen die spektakulären Bewegungen zu den unspektakulären in bester Dehnungshaltung? 10% zu 90%?

Wer sein Pferd nicht daran hindert, sich seinen Bedürfnissen entsprechend zu bewegen, fängt reiterlich auf einem Niveau an, welches durch knebeln, zerren und knechten nicht zu erreichen ist. Losgelassenheit ist ein Muss, die natürliche Versammlung ist ein Muss und ein gefühlvolles Miteinander sowie das Eingeständnis, dass der menschliche Partner sehr viel mehr lernen muss als das Pferd. Wer Reiten nicht als Handwerk ansieht und Pferde nicht als Gebrauchsgegenstand zum Ausleben seines Selbstdarstellungs- und Geltungsbedürfnisses wird niemals irgendwelche Zwangsmaßnahmen ergreifen. Der wird den Kopf seines Pferdes nicht auf die Brust zerren und mit den Beinen klopfen. Wer Umgang mit Tieren pflegt, muss auf sie eingehen lernen und ihre Bedürfnisse möglichst artgerecht befriedigen. Wir haben sehr viel mehr zu lernen als unsere Pferde!

Natürliche Dehnung

Selbstversuch: die eigenen Bänder fühlen

Das funktioniert am besten beim Spazieren gehen. Einfach den Kopf nach unten fallen lassen, das Gesicht zum Boden und die Dehnung fühlen. Jetzt kreisen Sie mit Ihren Schulterblättern und hören Ihre verspannten Sehnen krachen. Je länger Sie diese Übung ausführen, desto angenehmer wird sie. Schließlich ist diese angenehme Dehnung der hinteren Muskeln und Bänder weit hinunter bis in die Brustwirbelsäule spürbar.

Stellen Sie sich vor, Sie hätten einen so langen Hals wie ein Pferd und es wäre deshalb eines Ihrer Grundbedürfnisse dieses komplexe empfindliche System täglich durch artgerechte Bewegung entsprechend zu lockern und zu dehnen. Der menschliche Hals ist sehr viel kürzer, seine kleinen Muskelchen sind deswegen sehr viel leichter zu entspannen als ein Pferdehals. Wer schon einmal einen steifen verspannten Hals hatte, weiß, dass dies sehr unangenehm ist und dass man mit einem steifen Hals schlecht große Bewegungen aufführen kann. Am besten helfen uns kleine sanfte entspannende Bewegungen, Wärme und Massagen. Nur uns?

Entspannen, dehnen, versammeln

Die Dehnungsphasen der gesamten Oberlinie sind eine von der Natur vorgegebene Notwendigkeit – ein natürliches Grundbedürfnis von Pferden.
Je länger und muskulöser so ein hochgezüchteter Pferdehals ist, desto höher sind seine entsprechenden Ansprüche. Wer ein gesundes Pferd mit einem guten Rücken haben möchte, muss diese Bedürfnisse in vollem Umfang befriedigen. Da diese physiologische Dehnung und Mobilisierung im Schritt am langen Zügel (mit richtiger Sattelung und Zäumung) am aller einfachsten zu erreichen ist, besteht hier aus sehr vielen Gründen ein ganz essentielles Bedürfnis. Ausnahme: Sie verfügen über eine Kilometer lange Hangkoppel und reiten nicht mehr.

Schritt am langen Zügel ist die wichtigste reiterliche Pflicht! Schritt reiten ist gut für die Seele, das Pferd kann sein Bedürfnis nach Bewegung mit langem Hals befriedigen und seine Balance selbst finden. Pferde, die nur beigezäumt und gezügelt geritten werden, haben keine Chance, die Last auf ihrem Rücken so aufzunehmen, wie es ihnen am leichtesten fiele.

Was ist schlimm daran, im Schritt am langen Zügel die Seelen von Ross und Reiter baumeln zu lassen? Etwas Besseres kann man seinem Pferd nicht bieten. Schritt am langen Zügel mobilisiert die Biodynamik am einfachsten und effektivsten.

Bei uns standen früher an der Stirnseite der Reithalle folgende Worte: Losgelassenheit, Takt, Anlehnung. Man könnte es auch anders formulieren: zuerst muss sich das Pferd entspannen und dehnen, das fördert raumgreifende, taktreine Bewegungen sowie die mentale Gehfreude und daraus resultiert die gewünschte Versammlung. Neben der körperlichen Ebene darf die psychische Ebene nicht vergessen werden. Wenn ich möchte, dass mein Pferd sich freudig und kraftvoll präsentiert, dann muss ich es entsprechend motivieren. Wessen Pferd wie „Graf Gox“ tänzeln soll, dessen Pferd muss sich auch so fühlen!

Der Lustgewinn durch Reiten entsteht auch bei den Reitern nicht nur durch das Naturerlebnis und durch die hoffentlich enorme Muskelkraft unter sich, die man körperlich erfühlen darf, sondern in ganz erheblichem Maß durch die mentale Verbundenheit. Reiten ohne Herzebene äußert sich durch gefühlloses Dominieren: Sporen, riegeln, Sporen, riegeln. Dieses hartherzige Durchsetzen und Dominieren bringt keine reiterlichen Früchte, es offenbart nur menschliche Abgründe. Zwang, Gewalt und Schmerz können kein Pferd dazu bewegen, sich zu entspannen und Gehfreude zu entwickeln.

Meine schönsten unvergesslichsten Ritte ergaben sich meist unverhofft. Dann habe ich irgendwo auf der Welt ein Pferd getroffen, das ja zu mir gesagt hat – ganz einfach und spontan, ohne jeden Druck, der genau diese Verbundenheit sofort zunichte gemacht hätte. Das Beste, was einem Reiter passieren kann, sind nicht die Turniererfolge, sondern diese ganz intimen Erlebnisse von Verbundenheit. Wenn man sich

auf ein Pferd setzen darf, welches signalisiert: „Ich mag Dich! Was wünscht Du Dir?“ und deine Wünsche freudig erfüllt.

Pferde sind denkende fühlende Wesen mit einer großen Seele. Sie sind meist unvorstellbar leidensfähig und geduldig. Leider sind sie uns auf Gedeih und Verderb ausgeliefert. Pferde sind keine Ware und keine Maschinen, weshalb diese Ausschweifungen in ihr Gefühlsleben meiner Meinung nach in ein Fachbuch gehören.

Die große hintere Hebebühne von Equiden

Praktische Beispiele

Während der vergangenen 20 Jahre habe ich die Erholung vieler Pferderücken beobachtet. Das Anheben der Wirbelsäule zurück in eine gesunde Stellung geschieht immer von hinten nach vorne. Die hinteren großen kräftigen Muskeln ziehen die Wirbelsäule des Pferdes über das Rückenband langsam nach oben.

Auslöser dieser positiven Entwicklung ist ein Arbeitsimpuls für die Muskulatur, der nach der unbedingt nötigen Mobilisierungsphase ohne Reiter durch Berghochlaufen und oder Longieren, Massieren, Osteopathie, durch eine entsprechende Sattlung und das Reitergewicht gesetzt wird.

Dabei gilt, dass Pferde das Reitergewicht sehr viel leichter aufnehmen können wenn die große Auflagefläche des Sattels dessen punktuellen Druck auf ihr empfindliches Gewebe minimiert, wenn sich die Schultern frei bewegen können und wenn der Rücken durch einen wirksamen dicken Stoßdämpfer geschützt wird. Da sich die großen tragfähigen Muskeln im hinteren Bereich des Rückens und auf der Kruppe befinden, ist dort die Tragfähigkeit deutlich höher als vorne.

Es ist einfach zu beobachten, dass Pferde das Gewicht des Reiters deutlich leichter aufnehmen können, wenn es weiter hinten platziert ist. Dann können Pferde den Rücken besser aufwölben und ihre Hinterhand entsprechend einsetzen. Sind die Schulterblätter durch Sattel, Reitergewicht oder ungenügende Polsterung blockiert, können Pferde diese schmerzhafte Blockade nur mit dem Wegdrücken des ganzen Rückens beantworten.

Wer sein Pferd nicht stört, wird es nicht daran hindern, sein natürliches Bedürfnis nach physiologischer Grundspannung zu befriedigen.

Wer sein Pferd nicht stört, wird Bogenspannung geschenkt bekommen. Für ein richtig gesatteltes, einfühlsam gerittenes Pferd ist die jeweils nötige Bogenspannung selbstverständlich und angenehm. Diese Spannung entsteht durch die Dehnung von Kopf und Hals, also von vorne nach hinten. Sie ist Voraussetzung für Versammlung, die von hinten nach vorne entsteht. Wenn sich die Kruppe durch Hankenbeugung absenkt, zieht die breite Rückenfaszie die Wirbelsäule nach oben.

Bogenspannung entsteht von vorne nach hinten
Versammlung entsteht von hinten nach vorne

Ein Eselchen in Versammlung

Dieser Beduine reitet seinen Esel, wie tausende Generationen vor ihm. Nämlich so, wie der Esel ihn am besten tragen kann. Er sitzt auf vielen Auflagen weit hinten, vermutlich sitzt er ruhig und stört sein Reittier nicht weiter. Das Eselchen nutzt seine hintere Hebebühne. Es stemmt den Reiter mittels aktiver Hinterhand sowie Spannung im Rücken. Dadurch richten sich Vorhand und Hals auf. Der Esel läuft versammelt.

Das Eselchen macht einen erstaunlich entspannten Eindruck, obwohl es eine für seine Verhältnisse schwere Last trägt. Würde sich der Beduine weit vor Richtung Schulter setzen, würde er ihm den Rücken verbiegen.

Bepacktes Muli

Im Gegensatz zu den wilden Mustangs hat dieses Muli keine guten Hufe. Sie sind viel zu flach, was in einer Gebirgsregion ziemlich fatal erscheint. Das Muli zieht seine Nüstern viereckig, ein Zeichen von wenig Begeisterung. Es schleppt die Ausrüstung für moderne Bergtouristen, bepackt wie seit Jahrtausenden: die Last bedeckt den gesamten Rücken und sogar die Kruppe. Andernfalls könnte es die Last nicht tragen.

Wo sitzt Trajan?

Wo sitzt der Römische Kaiser auf seinem Hengst?

Er sitzt so nahe wie möglich auf dessen „hinterer Hebebühne“, damit das Pferd Trajan viele 1000 Kilometer tragen kann. Der Reiter verteilt sein Körpergewicht über seine stark angewinkelten Oberschenkel auf die langen flachen Rückenmuskeln, weg von der Wirbelsäule, fast wie ein guter moderner Bocksattel. Ein Bocksattelbaum, wie früher bei Armeesätteln üblich und heute für moderne Westernsättel weiterentwickelt, belastet ähnlich. Der „Bock“ hebt den Reiter weg von der Wirbelsäule. Er hebt ihn darüber. Keiner traut sich heute so weit hinten zu sitzen, weil er als Tierquäler beschimpft würde, dabei sitzen die Tierquäler vorne auf der Schulter!

Römermuseum Ruffenhofen (Bayern)

Der Esel Maxl

Maxl ist ein freundlicher 17jähriger Esel mit einem Stockmaß von 106 cm. Er ist gesund und fit, weil er viel Bewegung hat. Seine Reiterin Lara wiegt 30 kg, sie setzt sich einfach ohne Sattel auf seinen Rücken, reitet mit ihm weg vom Hof, kehrt irgendwann um und lässt ihn nach Hause galoppieren. Das macht beiden großen Spaß.

Wenn sich die kleine leichte Lara auf den vorderen Rücken setzt, biegt sich die Wirbelsäule des Esels deutlich nach unten. Maxl kann ihr Gewicht auch in der Bewegung nicht mit unter Bogenspannung gehaltenem Rücken tragen.

Das ändert sich aber schlagartig, sobald Lara ihre 30 kg weiter hinten auf den großen Muskeln platziert! Die Spannung ist da und sie bleibt! Seit die Reiterin generell weiter hinten sitzt, hat sich der gesamte Rücken positiv verändert, er ist deutlich gerader und kräftiger geworden. Diese Tatsache gilt ausnahmslos für alle Pferdeartigen! Was müssen wir daraus schließen?

Lara sitzt vorne, wo die meisten Reiter ihre Sättel auflegen würden. Maxl kann Laras Gewicht nicht stemmen, auch nicht in der Bewegung, deshalb lässt er seinen Rücken durchhängen. Dadurch entsteht mit der Zeit ein matter durchhängender Rücken.

Sobald Lara weiter hinten sitzt, verändert sich der Rücken sofort deutlich. Jetzt bringt Maxl die Kraft auf, Laras Gewicht mittels seiner großen Muskeln aufzunehmen und über sein Skelett ergonomischer in den Boden abzuleiten.

Bitte beachten Sie die Spannung des Nackenbandes!

Seit Lara generell beim Reiten weiter hinten sitzt, hat sich die Rückenlinie sofort nach oben verändert, soll heißen, deutlich verbessert. Der Rücken von Maxl wurde schnell gerader und breiter. Die Aufnahmen entstanden bereits nach einer deutlichen Verbesserung der Oberlinie, weil wir warmes Wetter abwarten mussten, bevor der Winterpelz geschoren werden konnte.

Beispiel völlig ignorierter biodynamischer Notwendigkeiten

Wie man es dem Pferd schwer macht, obwohl es viel leichter ginge

Die von mir beschriebenen biodynamischen Abläufe sind keine Erfindung meinerseits. Sie sind von der Natur so festgelegt und waren eigentlich immer bekannt. Es mutet schon seltsam an, dass im Zeitalter der Computer-Simulation das Grundlegendste zum Thema richtig satteln vergessen scheint bzw. wissentlich völlig ignoriert wird, während ein Römischer Kaiser richtig sitzt (Seite 18).

Jedenfalls habe ich als Kind in den 60ger Jahren noch gelernt, dass ein Pferdekörper wie ein Kran funktioniert, wie denn auch sonst? Früher waren Baumwolldeckchen auf einem Pferderücken undenkbar, ebenso kurze, weit vor gelegte Sättel, die Pferde auf die Vorhand bringen, ebenso wie rund gezogene Hälse mit festgehaltenem Genick. Ist das Genick blockiert, ist der ganze Körper blockiert - was jeder Reiter, jede Reiterin leicht am eigenen Genick und Körper feststellen kann. **Ist das Genick nicht frei und nicht der höchste Punkt des Pferdes, stimmt etwas Wesentliches nicht.**

Reiter/innen können das Pferd unterstützen, sich selbst sowie das Reitergewicht in Balance nach den Gesetzen der Schwerkraft zu tragen oder sie machen es dem Pferd fast unmöglich, seine Aufgaben ohne Schmerzen und körperliche Schäden zu erfüllen. Jeder Reiter und jede Reiterin hat die Wahl. Entscheiden Sie sich!

Das folgende Beispiel ist ein Musterbeispiel für die falsche Entscheidung! Lesen Sie, was Pferde ruiniert.

Weshalb das derzeit praktizierte Englische System niemals funktionieren kann.

Wie entstehen die Löcher hinter den Schulterblättern?

Die erste Aufnahme zeigt einen geöffneten 30 Jahre alten Springsattel einer bekannten deutschen Marke. Die Sitzfläche des Sattels zeigt nach unten, das V-förmige Kopfeisen ist gut zu sehen, die schlimmste Fehlentwicklung seit es Sättel gibt! Sehen Sie die Steigbügelaufhängung, die direkt am Kopfeisen hängt und die Gurtstrupfen dahinter, die dieses Konstrukt hinter die Schulterblätter zwicken?

Sobald der Reiter in den Bügeln steht, lastet das ganze Reitergewicht auf diesem Kopfeisen. Zwischen dem Pferd und diesem Eisen befinden sich ungefähr 2 cm Polster im Sattel und oft nur eine Baumwollsteppdecke.

Wie können mitdenkende, mitfühlende Menschen so etwas erfinden, bauen oder reiten? Die Definitionen: „im Pferd sitzen“ oder „so nah wie möglich am Pferd sitzen“ sind an Ignoranz nicht mehr zu überbieten.

Bitte stellen Sie sich vor, wie es sich für ein Pferd anfühlen muss, wenn dieses Ding mit dem potenzierten Reitergewicht beim Aufkommen nach dem Sprung hinter die Schultern knallt.

Bitte stellen Sie sich vor, wie eine übergewichtige Reiterin oder ein großer schwerer Reiter in der Halle endlose Bahnen auf so einem Konstrukt ziehen und dabei bei jedem Schritt in einen Sattel mit wenig Auflagefläche ohne Stöße dämpfende Unterlage plumpsen, direkt auf empfindliches Gewebe oder Knochen.

Weshalb gibt es so viele Reiter die darauf bestehen solche Folterdinger ohne Stöße dämpfende Unterlagen zu reiten? Die bunten Steppdeckchen mit den schönen Rändern passend zum Ohrenhäubchen wären 10fach übereinander gelegt gerade richtig.

Die Steigbügelaufhängungen gehören entweder durch einen guten elastischen Kunststoffbaum gezogen, wie bei den Flexbäumen aus elastomeren Kunststoffen, mit denen sich nicht nur Westernsättel sondern auch Klassische Dressursättel, Barocksättel und Springsättel bauen lassen oder gleich über die Sitzfläche gezogen (in das Sitzpolster versenkt).

Man sagt Pferden nach, dass sie sich ihren Schmerz nicht anmerken lassen, weil sie Angst haben, aus der Herde ausgestoßen zu werden. In der Wildnis wäre das ihr Todesurteil.

Typischer Rücken eines englisch gerittenen Pferdes. Der Sattel hat sich tief in die Muskeln eingegraben. Die Wirbelsäule ist nach unten deformiert. Einige Dornfortsätze stoßen zusammen und reiben aneinander.

Wenn unsere Sättel und unser Gewicht die Wirbelsäule nach unten drücken, stoßen die Dornfortsätze zusammen, das nennt man „Kissing Spines“. Diese schmerzhafte Krankheit sollte man besser „Terribly Aching Spines“ nennen. Bei der derzeitig gebräuchlichen Reitweise und Sattelung sind massivste, sehr schmerzhafte Schäden vorprogrammiert.

Ein Pferderücken, der so aussieht, ist fest, verspannt und entzündet. Besonders im Bereich der Lendenwirbelsäule sind solche Rücken regelmäßig vermehrt warm. Kein Pferd, dessen Rücken so aussieht, kann seinen Rücken aufwölben. Es ist völlig ausgeschlossen, dass ein Pferd, das so aussieht, seinen Reiter biodynamisch korrekt nach den Gesetzen der Schwerkraft tragen kann, was für dessen körperliche Unversehrtheit wichtig wäre.

Leider sind die Reiter hierzulande derart an den Anblick deformierter Rücken mit zu wenig Muskulatur gewöhnt, dass sie solche Pferde als normal und gesund ansehen. Auge und Empfinden sind auf diesen Anblick programmiert, es gibt ja kaum gesunde Pferde zum Vergleich. Hat ein junges Pferd noch einen geraden kräftigen Rücken ohne Löcher hört man immer wieder, dass „Fachleute“ die fehlende Sattellage beklagen. Wo soll denn der Sattel einrasten? Aua! Rückenschäden wären einfach vermeidbar! Wir müssten ja nur so satteln, dass die Pferde eine Chance haben, unser Gewicht aufzunehmen. Selbst so ein schwer geschädigtes Pferd kann oft wieder mobilisiert und gesund geritten werden.

Die Lösung ist immer die gleiche:

Westernsattel mit Platten auf der Unterseite, wenn möglich mit Flexbaum, so viele Polster und Stoßdämpfer wie möglich und dann ab ins Gelände am langen Zügel. Kein Gebiss, keine reiterlichen Einwirkungen. Das Wort „Hilfen“ ist das reiterliche Unwort schlechthin. Welche Hilfen von Reitern sind hilfreich? In dieser ersten Mobilisationsphase keine!

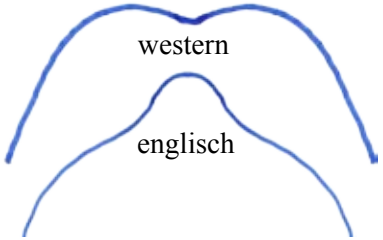
Die Mobilisationsphase dauert solange, bis der Rücken elastisch ist. Solange kann das Pferd nur Schritt am langen Zügel gehen ohne gesundheitliche Schäden davon zu tragen.

Das Kopfeisen mit der Steigbügelaufhängung zwickt hinter den Schulterblättern und behindert deren Rückwärtsbewegungen. Sobald der Reiter in den Bügeln steht, überträgt das Kopfeisen das Reitergewicht auf wenige cm². Die Ursache der tiefen Löcher hinter den Schulterblättern, wie das vorhergehende Foto verdeutlicht.

Ein so gesatteltes Pferd muss den Rücken wegdrücken, weil die Schultern schmerzen. Es muss das Reitergewicht über die Vorhand in den Boden ableiten. Es ist gezwungen sich in einer Schonhaltung über die Reitstunde zu retten: Rücken tief, Hinterhand steif nach hinten gestreckt und das alles bei senkrechter Kopfhaltung, damit der Reiter nicht zerrt und straft.

Völlig ungeeigneter Sattel von schräg hinten

Der schmale Wirbelkanal des Sattels bewirkt seitliche Last auf den ca. 7 cm breiten Dornfortsätzen. Der Wirbelkanal legt Breite und Form des Rückens fest. Weil die kleinen runden Polster viel zu hohen Druck auf die Muskeln ausüben, deren Durchblutung, Dehnen und wieder Kontrahieren im Takt der Hinterbeine behindern, verursachen derartige Polster Muskelschwund (Muskelatrophie). So wird der Rücken seitlich immer abschüssiger bis die Wirbelsäule immer deutlicher hervortritt. Ein besonders großes Problem bei traditionellen spanischen Sätteln. Sie erzeugen extrem dünne, messerartig kantige Rücken mit hoch hervorstehenden Dornfortsätzen. Bei korrekt Western gerittenen Pferden versinkt die Wirbelsäule dagegen zunehmend in dicken Muskelpaketen bis sie in einer Grube liegt. Es entsteht ein völlig anderes Profil wie die Zeichnung verdeutlicht.



Zum Pfeil auf dem hinteren Rücken:
Hier befinden sich die riesigen Muskeln (siehe Längsschnitt auf Seite 10), die das Gewicht von Reiter und Pferd auf die massiven Beckenknochen übertragen. Diese wiederum leiten das Gewicht auf die Beinknochen der Hinterhand ab, die es ihrerseits in den Boden ableiten. Was uns alle trägt, sind unsere Knochen, nicht die Muskeln. Muskeln bewegen, nehmen auf und übertragen, während die großen extrem belastbaren Bänder ziehen, halten, bündeln - wie bei einem Kran.

Aus diesen biodynamischen Erwägungen heraus, hat man früher Trachtensättel mit ausladenden, flach und fest gepolsterten Trachten gebaut. Je näher sich das abzuleitende Gewicht an der Überleitungs- bzw. Ableitungsstelle befindet, desto schneller und einfacher ist dieses Gewicht zu „tragen“ (siehe Foto Kapitel: Der rote Bogen, Seite 1). Deshalb sitzen Esel- und Kamelreiter so weit hinten.