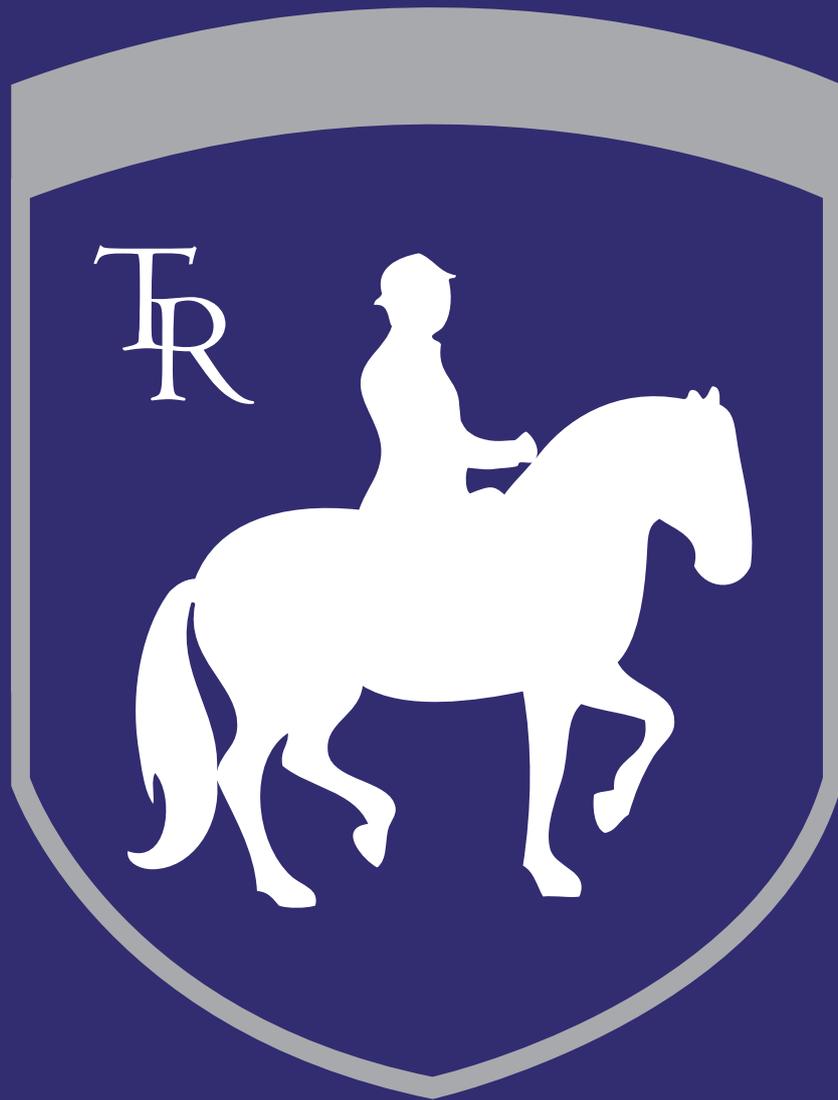


Navigiert Sie
an Ihr Ziel.



RITTER DRESSAGE

Reitbahngrundlagen und
aufbauende Übungen
Reibahn Navi 1.2



Willkommen zum Reitbahn Navi 1.2 - Ihr mobiler Co-Trainer

Wir präsentieren hier eine Zusammenstellung von Übungen mit Grafiken und kurzen Erläuterungen, die Sie mit in die Reitbahn nehmen können, um sich Anregungen für das Training zu holen. Es werden nach und nach weitere Übungen folgen, die teils speziell lektionen- oder themenbezogen sind, oder das Pferd allgemein geschmeidiger machen, besser gerade richten und ausbalancieren.

Die alten Meister entdeckten bereits sehr frühzeitig, dass das präzise Reiten von Hufschlagfiguren die Grundlage des Gleichgewichts und der Geraderichtung und damit der Bearbeitung der Hinterhand darstellt und am Anfang jeder gymnastisch wirksamen Arbeit stehen muss.

In Kombination mit Übergängen und Seitengängen sind die Hufschlagfiguren eines der wichtigsten Hilfsmittel, die dem Reiter bei der Ausbildung seines Pferdes zur Verfügung stehen. Wir verwenden dabei gebogene Linien wie Volten, Zirkel und Schlangenlinien, sowie Rechtecke, Quadrate, Dreiecke und Ovale. Bei komplizierteren Übungen wird das Pferd am besten zuerst im Schritt mit der Linie und dem „Arbeitsraum“ vertraut gemacht.

Danach kann man die Basisübung durch bestimmte Hilfenkombinationen wie Seitengänge usw. anreichern. Ist das Pferd in der Lage, die Übung im Schritt gut auszuführen, probiert man sie im Trab. Beherrscht das Pferd die Übung im Trab, reitet man sie im Galopp.

Die meisten Übungen kann man individuell an jedes Pferd anpassen, indem man entweder bestimmte Elemente weglässt oder hinzufügt. Auf diese Weise kann man die gleiche Übung in einer einfachen Version mit einem E-Pferd im Schritt und in einer herausfordernden Version mit einem S-Pferd im Galopp reiten. Die Übungen, die ich hier im Reitbahn Navi vorstelle, sollten Sie als Vorschläge und Anregungen ansehen. Reiten Sie die Übungen ein paar Mal so wie ich sie beschreibe, aber scheuen Sie sich nicht, eigene Varianten und Alternativen zu entwickeln, indem Sie mit den einzelnen Bestandteilen spielen. Beim Experimentieren macht man sehr interessante Beobachtungen, die das Verständnis der Zusammenhänge sehr stark fördern.

Es gibt verschiedene Arten von Übungen:

- Testen von bestimmten Fähigkeiten
- Allgemeine Geschmeidigmachung
- Gezieltes Gymnastizieren einzelner Muskelgruppen
- Vorbereitung bzw. Verbesserung von Lektionen
- Verbesserung des Gleichgewichts und des Körperbewusstseins des Pferdes
- Erklärung bestimmter Hilfen und Bewegungsabläufe

Die Übungen fungieren gleichzeitig als diagnostische und als therapeutische Hilfsmittel. Einerseits zeigen sie uns wo das Pferd Defizite in der Ausbildung besitzt, beispielsweise ein Muskel steif oder schwach ist, dem Pferd noch das nötige Körpergefühl fehlt, oder es an Koordinationsvermögen mangelt. Andererseits verbessern die Übungen auch genau diese Defizite.

Vom ersten Anlongieren der jungen Remonte bis hin zum Olympiapferd gibt es eigentlich nur sechs Elementaranforderungen, die das Pferd erfüllen soll: **Vorwärtsgehen, Halten, Biegen, Wenden, Übertreten, Rückwärtsrichten.**

Daher bestehen auch die Übungen im Reitbahn Navi aus verschiedenen Kombinationen dieser Anforderungen. Manche Übungen enthalten nur zwei oder drei dieser Elementaranforderungen, andere enthalten mehr. Die Anzahl der Grundbausteine ist sehr begrenzt, aber die Zahl der möglichen Verknüpfungen und Kombinationen ist nahezu unendlich.

In der gymnastischen Dressurarbeit – und somit auch beim Reitbahn Navi – spielt das Biegen in der Bewegung eine zentrale Rolle, weil dadurch sowohl die Geraderichtung, Losgelassenheit, der schwingende Rücken, als auch Schwung und Versammlung erzeugt und gefördert werden.

Die Biegearbeit unterteilt sich in drei Phasen:

1. Biegen und Wenden
(Ecken, Volten, Zirkel, Schlangenlinien)
2. Übertreten mit Biegung gegen die Bewegungsrichtung
(Vorhandwendung in der Bewegung, Schenkelweichen, Schulterherein)
3. Übertreten mit Biegung in die Bewegungsrichtung
(Hinterhandwendung, Passade, Pirouette, Travers, Renvers, Traversale)

Diese Punkte sollte man bei der Arbeit, sowohl im Sinne der Gesamtausbildung des Pferdes, als auch im Verlauf einer Trainingseinheit berücksichtigen.

Alle Dressurlektionen und Übungen mobilisieren bestimmte Muskelgruppen und Gelenke im Pferdekörper, die ich hier in einer Liste zusammengestellt habe. Wer diese Zuordnungen kennt, kann spezifische Übungen entwerfen, um gezielt einzelne Körperteile zu bearbeiten:

- **Hals/Genick:** Abbiegen/Abbrechen, Mühle
- **Schultern:** Ecken, Volten, Achten, Hinterhandwendung/Passade/Pirouette, ganzer Travers, Bügeltritt
- **Rücken:** gebogene Linien, Seitengänge, Bügeltritt
- **Hüften:** Seitengänge, Vorhandwendung in der Bewegung, Bügeltritt, Rückwärtsrichten
- **Kniegelenke:** Tempo verstärken

Allgemeine Tipps zur Anwendung von Übungen und Lektionen

Beobachtet man in einer Übung oder Lektion einen Fehler oder ein Problem, unterbricht man dieselbe. Man reitet neue Übungen, die dem Pferd die Beweglichkeit, Geschicklichkeit oder das Verständnis beibringen, um die Probleme zu meistern. Keine Übung oder Lektion ist so wichtig, dass man sie nicht unterbrechen könnte, um eine Korrektur- oder Erklärungsübung zu reiten.

Zum Abschluss reitet man noch einmal die ursprüngliche Übung, um zu sehen, ob das Pferd die Übung nun besser ausführen kann. Stellt sich eine Übung als zu schwierig heraus, kann man eine leichtere Variante reiten oder eine leichtere Übung die dasselbe Thema anspricht.

Will man ein Hinterbein speziell bearbeiten, bringt man es durch einen Seitengang unter den Körper, dann belastet man es z.B. durch eine engere Wendung und/oder durch Anhalten in dieses Bein.

Nachdem das Pferd eine Übung erfolgreich absolviert hat, kann man entweder die Hand, Gangart, den Standort, das Thema wechseln, eine Pause machen oder die Arbeit beenden. Man sollte aber nicht den Standort wechseln bevor das Pferd sich kooperativ gezeigt hat, sonst könnte das Pferd daraus die falschen Schlussfolgerungen ziehen und ungehorsam werden. Jede Übung dient als Vorbereitung für weitere Übungen, ähnlich den Sprossen einer Leiter. Es macht daher Sinn, wenn man schwierige Übergänge oder Lektionen vorbereitet.

Durch die geschickte Auswahl von Übungen wird das Pferd in die Balance gebracht, in der es die anvisierte Lektion am besten ausführen kann.

Jede Übung hat bestimmte Auswirkungen auf Gang und Haltung des Pferdes. Diese Wirkungen haben ein „Verfallsdatum“. Man darf also nicht zu viel Zeit zwischen den einzelnen Elementen in einer Folge von Übungen verstreichen lassen.

Ansonsten verfliegt die nützliche Wirkung des vorangegangenen Teils der Übung und man muss von vorne anfangen. Ebenso sollte man von vorne anfangen, wenn während einer Sequenz von Übungen ein Fehler passiert, da man den kumulativen Effekt der einzelnen Bestandteile ausnutzen möchte.

Nach einer Übung muss man immer bilanzieren, in welche Richtung sie schwerer war und in welche Richtung sie eine größere Verbesserung gebracht hat.

Inhaltsverzeichnis

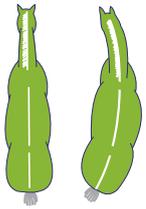
Kreise & Volten	10
Variationen aus Zirkeln und Volten mit und ohne Seitengänge	
Ovale	31
mit und ohne Seitengänge	
Quadrate, Rechtecke, Dreiecke	42
mit und ohne Seitengänge	
Kombination von Seitengängen	50
auf geraden und gebogenen Linien	
Traversalen	71
mit vorbereitenden Übungen und zur Verbesserung	
Bügeltritte	79
für Trab und Galopp	

Legende



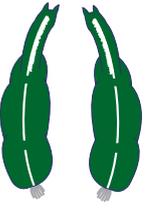
Rote und Blaue Linien:

Zeigen den zu reitenden Weg an.



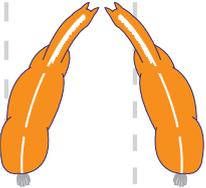
Hellgrünes Pferd:

Die grünen geraden und gebogenen Pferde zeigen das Pferd im Vorwärts oder Rückwärts an.

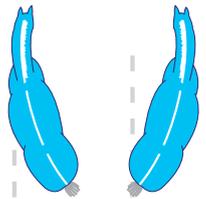


Dunkelgrünes Pferd:

Zeigt das Pferd beim Übertreten, Vorhandwendung und Hinterhandwendung an.

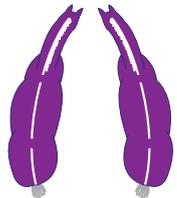


Oranges Pferd: Zeigt das Pferd im Schulterherein / Konterschulterherein.



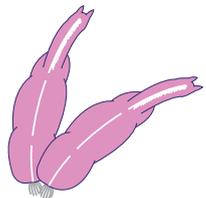
Hellblaues Pferd:

Zeigt das Pferd im Kruppeherein (Traver) / Renvers.



Violettes Pferd:

Zeigt das Pferd in der Traversale.

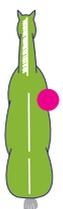


Rosa Pferd:

Zeigt das Pferd in einer Pirouette oder Passade.

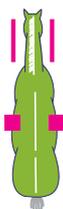


Gelbe / Blaue Kreise: Kegel / Pylonen



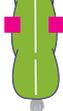
Magenter Punkt:

Zeigt einen Bügeltritt an wenn dieses Bein gerade am Boden ist.



Magenter Strich:

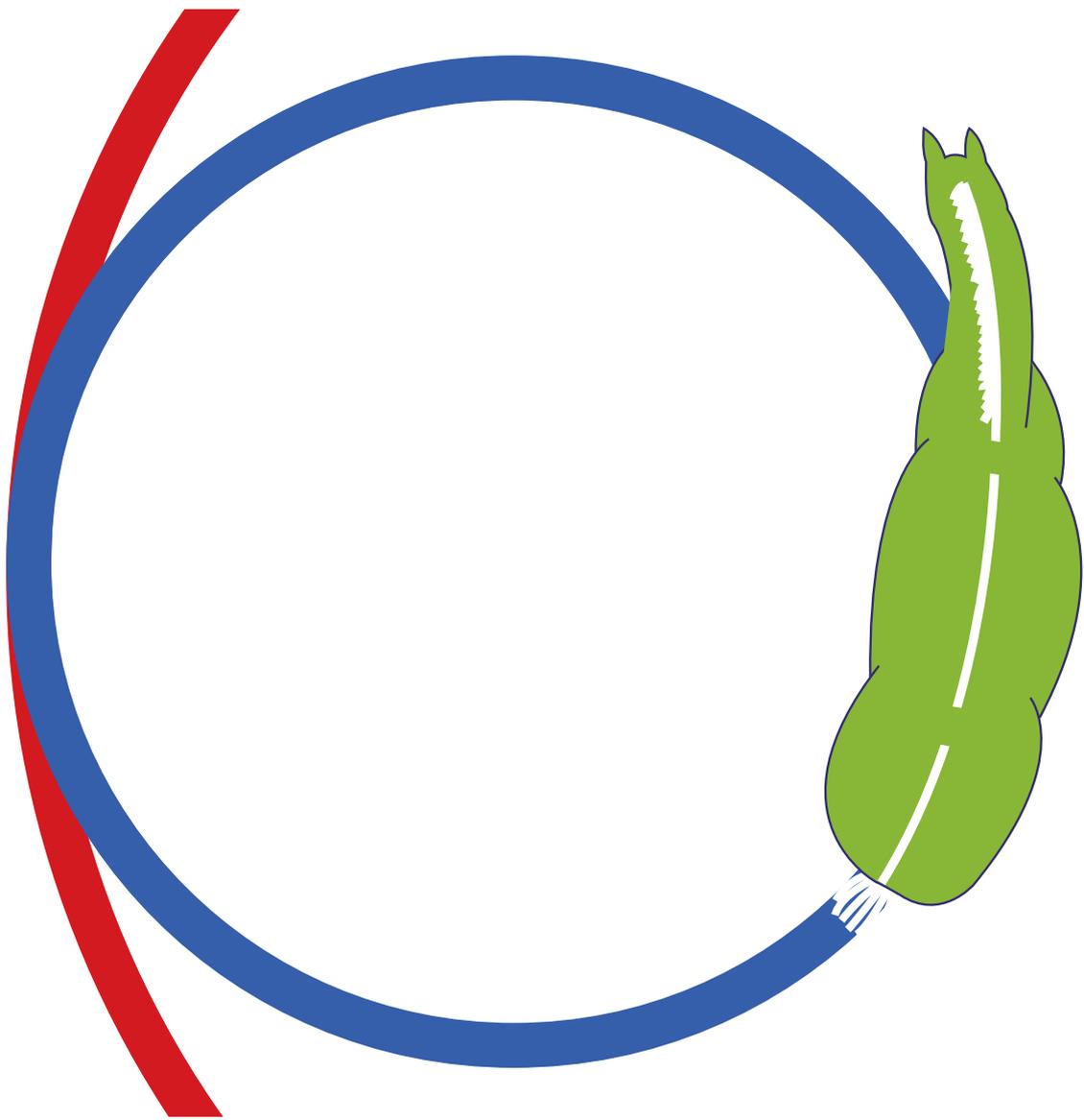
Zeigt eine Parade oder Zügelhilfe an.



Magenter Quadrat:

Zeigt eine Schenkelhilfe/treibende Hilfe an.

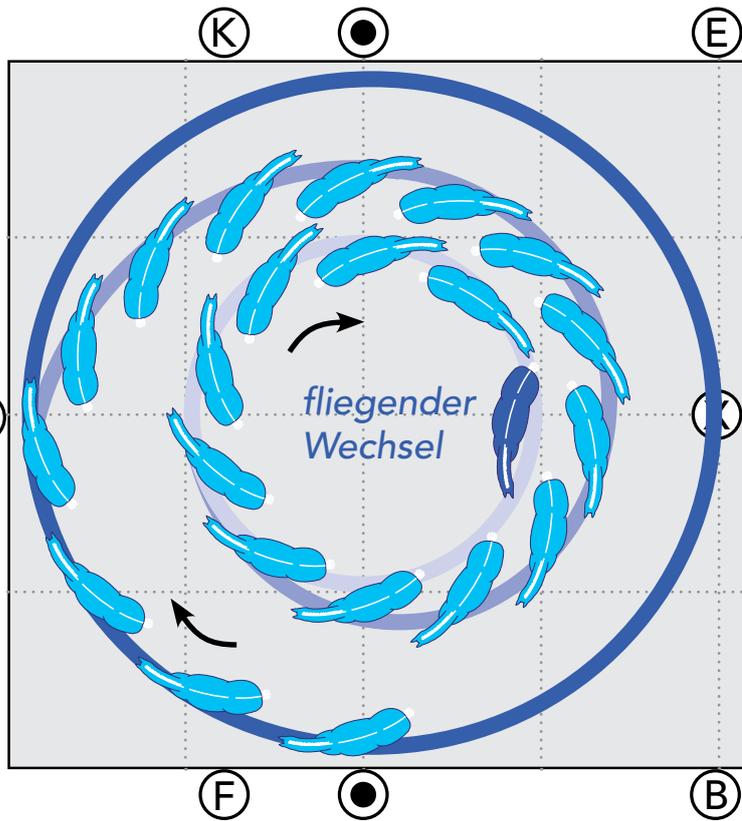
Kreise & Volten



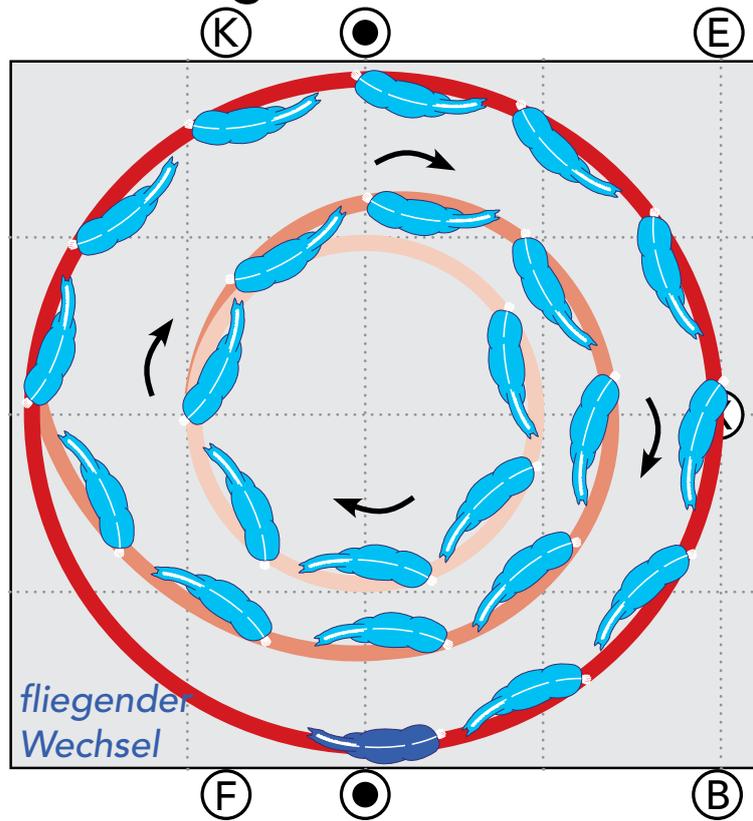
Variationen aus
Zirkeln und Volten
mit und ohne Seitengänge

Zirkelverkleinern/vergrößern im Galopp

Zirkelverkleinern



Zirkelvergrößern

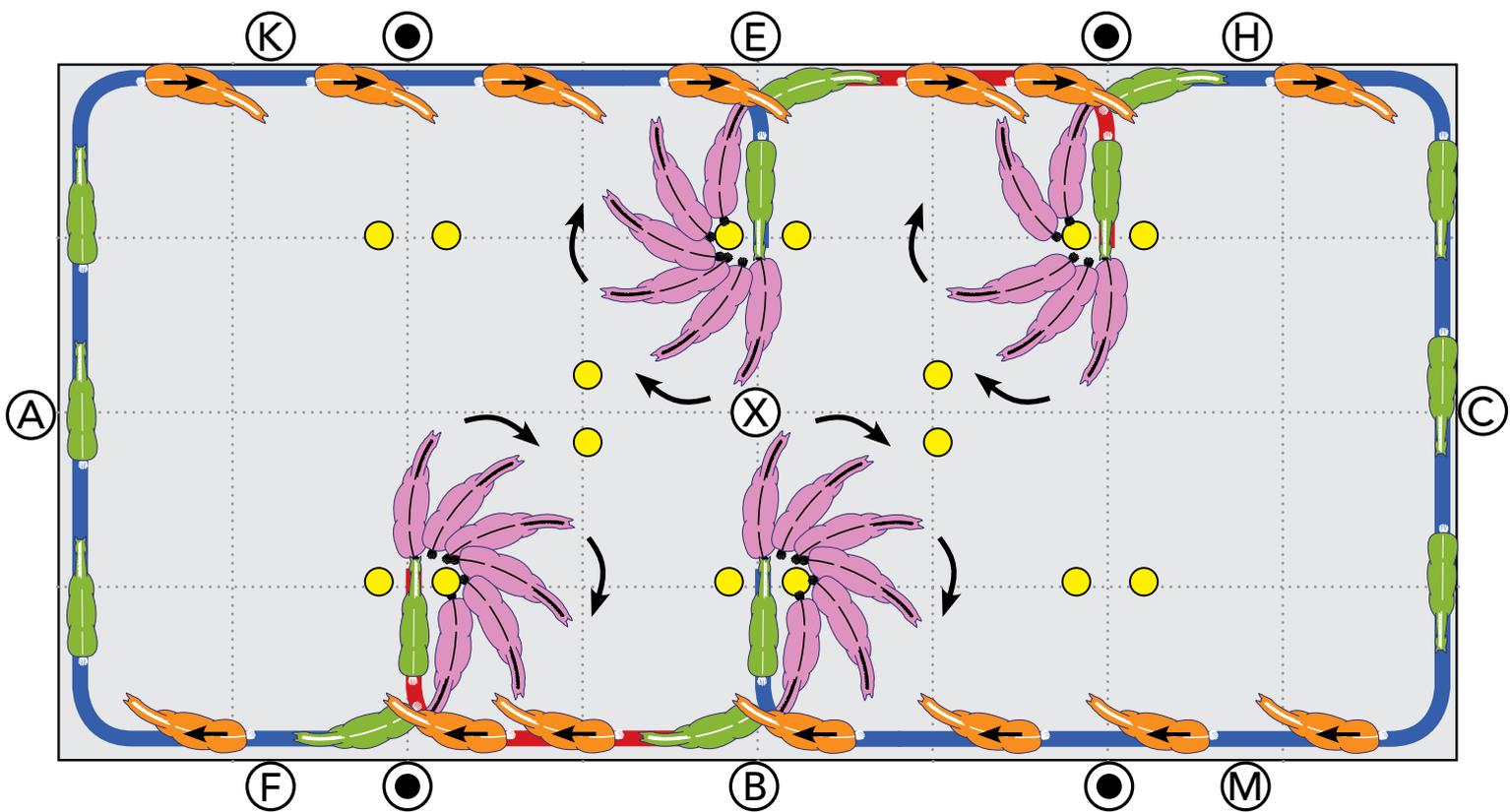


Bei dieser Variante des Zirkel Verkleinerns und Vergrößerns reitet man das Verkleinern in Kruppeherein Stellung und das Vergrößern in Renvers Stellung. Im Galopp ist diese Übung besonders interessant, da man nach dem Zirkel Verkleinern auf einer Volte einen fliegenden Wechsel zum Kontergalopp reitet. Dann vergrößert man den Zirkel im Kontergalopp in Renvers Stellung. Auf dem 1. Hufschlag angekommen reitet man einen fliegenden Wechsel zum Handgalopp und die Übung kann von vorne beginnen.



Tipp

Denken Sie beim Verkleinern und Vergrößern des Zirkels an Traversalen auf gebogenen Linien. Die Kruppe darf nicht seitlich ausfallen, da die Übung sonst ihren Zweck verfehlt.



Für diese Übung kann man sich auf den Viertellinien mit Kegeln Tore aufstellen, die 10 m entfernt sind, d.h. also gegenüber den Zirkelpunkten und gegenüber von E und B. Die Kegel der Tore sollen jeweils etwa eine Pferdebreite auseinander stehen.

Man reitet z.B. auf der rechten Hand im Schulterherein an der langen Seite entlang und wendet bei E im rechten Winkel ab. Sobald das Pferd das Kegeltor passiert hat, reitet man eine 180 Grad Passade nach rechts um den rechten Kegel herum. Anschließend kehrt man auf der rechten Hand an die lange Seite zurück und setzt das Schulterherein fort. Am Zirkelpunkt wird wieder rechtsum abgewendet und um den rechten der beiden Kegel eine Passade geritten.

Den Handwechsel könnte man bequem vornehmen, indem man nach einer Passade auf der linken Hand weiter reitet. ➤

Copyright © 2016 Dr. Thomas Ritter und Alexandra Gaugl

Autoren: Dr. Thomas Ritter und Alexandra Gaugl

Idee & Entwicklung: Alexandra Gaugl

Grafik, Satz und Layout: Alexandra Gaugl

Logo: Alexandra Gaugl

Texte, Bilder und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt.

Die Inhalte dürfen weder im Ganzen noch als Abzüge

abgetreten, verkauft, vermietet, verteilt, verliehen,

angepasst, verarbeitet, vervielfältigt, lizenziert oder in

sonstiger Weise übertragen und genutzt werden.

Ausnahmen sind nur durch eine vorherige schriftliche

Genehmigung von Dr. Thomas Ritter und Alexandra Gaugl

möglich.

www.klassische-reitkunst.com

www.equestrian-mobile-guides.com

<https://www.facebook.com/equestrian.mobile.guides>

Haftungsausschluss:

Dr. Thomas Ritter und Alexandra Gaugl sowie alle anderen

an diesem Medium direkt oder indirekt beteiligten

Personen lehnen für Unfälle oder Schäden jeder Art, die aus

den in diesem Medium dargestellten Übungen entstehen

können, jegliche Haftung ab.