

Handout Natural Westernriding

A man wearing a white cowboy hat, a light-colored striped long-sleeved shirt, and dark pants is riding a light-colored horse with dark spots. The horse is in motion, possibly trotting or cantering, in a grassy field with trees in the background. The man is looking towards the right of the frame.

Kursvideo 1

**FENA Westerntrainer
Andreas Gruber**

Videokurs Teil 2

Handout zum Ausdrucken und Nachlesen

Handout zu folgenden Themen:

- Die Richtungsänderung
- Die „Magische Acht“
- Das Schenkelweichen

„Hallo und herzliche Willkommen zum zweiten Teil meines Kurses
„Natural Westernriding“.

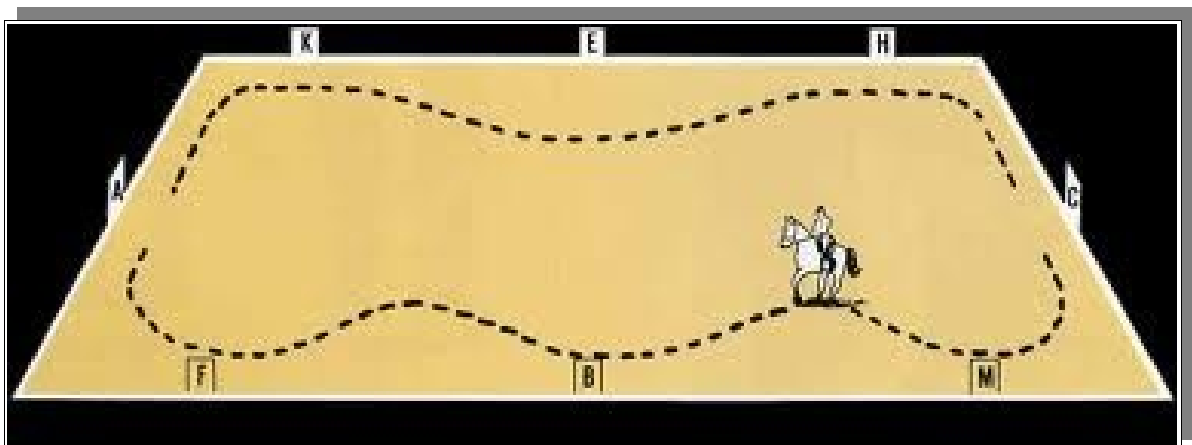
Wie schon im ersten Video sollten Sie zuerst wieder mit dem **Aufwärmen** beginnen.
Ich werde Ihnen noch ein mal die richtigen Hilfen zeigen und erklären, die Sie für die **Richtungsänderungen** benötigen.

Als zweite Übung sehen wir uns dann die Übung „**Magische Acht**“ näher an.

Diese wird Ihnen dabei helfen, eine bessere Balance und Gleichgewicht bei Richtungsänderungen zu erlernen.

Und zum Schluss kümmern wir uns dann um eine weitere gymnastizierende Übung – dem **Schenkelweichen**.

So, nun wollen wir erst noch mal das Aufwärmen wiederholen, den dort beginnt die Basis zu einer guten Kommunikation!



Beginnen Sie im Schritt, wie wir es schon im Test Video besprochen haben.

Reiten Sie auf geraden Linien mehrere Minuten und beginnen Sie dann wieder mit „kleinen Schlangenlinien“.

■

Nach etwa 5 – 10 Minuten können Sie dann die selben Übungen im Trab wiederholen.

Wenn Sie nun auch schon im Galopp einigermaßen geübt sind, sollten Sie auch in dieser Gangart einige Runden absolvieren.

Nun können wir mit der ersten, eigentlichen Übung beginnen:

Die Richtungsänderung:

Wenn wir also z.Bsp.: eine Richtungsänderung wünschen, dann sollten wir daran denken, dass ein Pferd vom Druck weicht, nicht dem Zug nachläuft.

Wir wollen nun einfach eine Richtungsänderung nach rechts ausführen und setzen dazu unser linkes Bein dort ein, wo unser Pferd es am besten versteht.

Direkt dort wo unser Bein am Pferd herunter hängt (Steigbügel, nahe der Schulter) wenden wir gerade soviel Druck an, dass das Pferd ein, zwei Schritte zur Seite weicht.

Sobald dies erfolgt, nehmen wir den Druck wieder weg. So erreichen wir die sogenannte Signalreitweise.

Ein Signal erfolgt also nur solange, wie wir eine Reaktion des Pferdes wünschen.

Der Zügeleinsatz erfolgt auf ähnliche weise, je nach Ausbildungsstand ihres Pferdes.

Bei einem jüngeren Pferd, können Sie also den sogenannten direkten Zügel verwenden, später, mit zunehmender Übung wird dieser direkte, durch den indirekten Zügel ersetzt.

Warum gehen wir diesen Schritt? Nun die einhändige Zügelführung in der Westernreitweise wird notwendig, da wir die zweite Hand ja für andere, eigentliche Arbeiten verwenden wollen.

So, nun gibt es aber auch bei der Richtungsänderung eine richtige und eine nicht so gute Gewichtshilfe, denn sobald Sie auf einer Seite des Pferdes Druck mit dem Bein ausüben, neigen Menschen dazu Ihr Köpergewicht auf die falsche Seite zu verlagern.

Dass verunsichert Ihr Pferd !!

Denn das bringt es aus seinem natürlichen Gleichgewicht und das könnte zu einem Sturz führen. Ein Pferd das zu Sturz kommt wird zur Beute und weil es dass weiß, reagieren viele Pferde mit Fluchthandlungen um aus dieser „gefährlichen“ Lagen zu entkommen.

Ich möchte Ihnen nun zeigen, wie Sie Ihr Körpergewicht so einsetzen, dass Ihr Pferd nicht in diese Gefühlslage kommt. Dies ist dann ein nächster Beweis, dass Sie als Mensch vertrauenswürdig sind!

Wir gehen nun einfach eine Richtungsänderung nach links und wenden dabei die schon vorher beschriebenen Hilfen an und unterstützen diese mit folgender Gewichtsverlagerung:

Sitzen Sie in einer senkrechten Linie in der Wirbelsäule und schieben Sie ihr linkes Becken etwas weiter nach vorne.

Das kommt einer Verdrehung der Hüft gleich und kann auch durch einer gleichseitiges Mitgehen des Schultergürtels unterstützt werden.

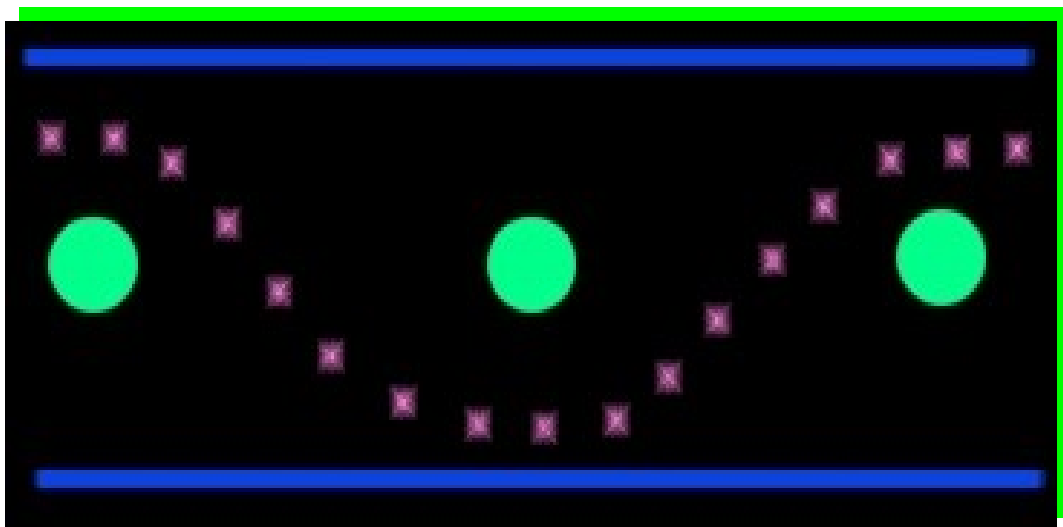
Diesen Bewegungsablauf sollten Sie nun bei jeder Richtungsänderung üben, am besten immer von einer Geraden Linie ausgehend.

Wenn das nun in beide Richtungen funktioniert, üben Sie das nun abwechselnd.

Daraus ergeben sich sogenannte „kleine Schlangenlinien“.

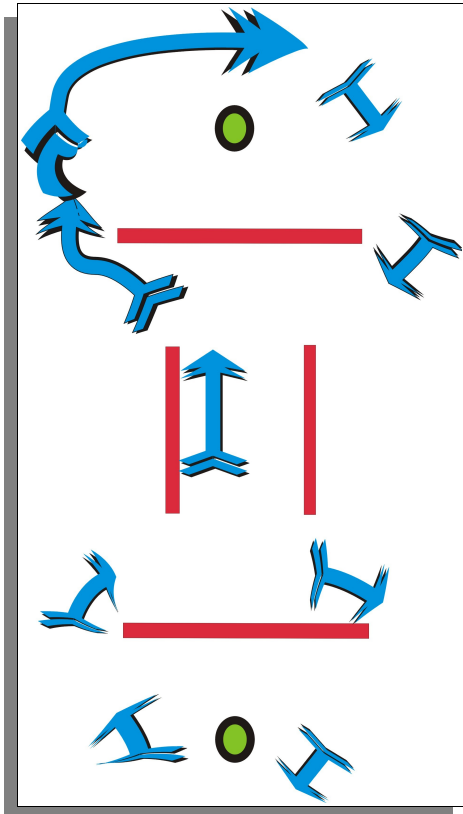
Stellen Sie sich für diese Übung am besten 4 - 6 Pylonen auf einer geraden Strecke auf und verwenden Sie diese ähnlich wie einen Slalom.

Diese Art der unterstützenden Gewichtsverlagerung ist die Basis für Ausbalanciertes Reiten in natürlicher Balance. So nutzen wir die Gesetze der Natur und gewinnen wieder ein Stück mehr Vertrauen von unserem Pferdepartner.



Die „Magische Acht“

Diese Übung wird Ihnen helfen, Ihre Lenkhilfen über die Gewichtsverlagerung und die Schenkelhilfe wesentlich zu vereinfachen!



Starten sie zwischen den beiden mittleren Stangen und reiten Sie vor der Querstange nach links.

Umrunden Sie nun die Pylone und fädeln Sie so, wie Sie das hier sehen, wieder zwischen den beiden Mittelstangen ein.

Verlassen Sie jetzt die zwei Mittelstangen wieder durch den linken, freien Raum vor der Querstange.

Lassen Sie Ihr Pferd nun wieder um die Pylone herum gehen und lenken Sie jetzt wieder durch den freien Raum zwischen die beiden Mittelstangen.



Wiederholen Sie diese Abfolge einige Male, bis Sie feststellen können, dass Ihre Bewegungsabläufe immer harmonischer werden.

Vor allem aber achten Sie darauf, ob Ihr Pferd die optischen Hilfen, also die Stangen auf dem Boden, beachtet.

Wenn es nicht mehr auf diese Hindernisse tritt, sollten Sie sich beide eine kurze Pause gönnen. Diese Pause sollten Sie zwischen den Mittelstangen machen!

So mache Sie diese Zone zur Ruhezone und Ihr Pferd wird versuchen, sich diese Belohnung so oft als möglich abholen, in dem es sich bei den Lenkmanövern konzentriert und bemüht.

Sie haben nun mehrmals den „linken“ Ausgang aus den Mittelstangen benützt und sollten diese Abfolge jetzt auch mehrmals mit dem „rechten“ Ausgang üben.

„Was ist da der Unterschied“, werden Sie sich vielleicht fragen?

Also wenn Sie z.Bsp.: den „linken“ Ausgang benützen, müssen Sie hier die Lenkhilfen für Links anwenden.



Sie gehen dann aber als nächstes nach rechts um die Pylone und müssen anschließend gleich noch einmal nach rechts, um in den Eingang zwischen den Stangen zu gelangen.



Dadurch entsteht eine Intensivierung der Körpersprache in diese Richtung.

Wenn Sie nun diese Übung auch mit dem rechten Ausgang machen, erlernen Sie die Körpersprache auch in die andere Richtung.

Machen Sie diese Übung in der nächsten Zeit etwa 2 – 3 mal pro Woche und Sie werden schon bald immer weniger Schenkel oder Zügelhilfen benötigen!

Das Schenkelweichen:

Ähnlich wie im Video eins, beginnen wir das Schenkelweichen wieder auf der Volte (kleiner Kreis mit 3 – 5 Meter Durchmesser)

Bei der Übung „Biegung“ aus dem voran gegangenen Video ging es darum, nur mit dem Inneren Zügel und dem inneren Schenkel, das Pferd dazu zu veranlassen, seine Schulter und damit die Vorderbeine nach außen zu verschieben.

Nun wollen wir beim Schenkelweichen, das gesamte Pferd seitlich, nach außen zu verschieben.

Wie erreichen wir das?

Beginnen wir wieder auf der linken Seite des Pferdes:

Gehen Sie auf eine Links Volte und beginnen Sie wieder am linken Zügel Zupfimpulse ab zu geben, während Sie Ihr linkes Bein ans Pferd legen.

Nun aber müssen Sie auch noch mit dem rechten Zügel Impulse abgeben.

Dieser, sogenannte Außenzügel sollte dabei direkt am Hals Ihres Pferdes entlang führen.

Achten Sie dabei darauf, dass Sie die Zügelimpulse nicht gleichzeitig, sondern zeitlich versetzt abgeben, da sonst daraus ein Zug entstehen könnte.

Dieser führt dazu, dass sich Ihr Pferd gegen diesen Zug lehnt.

Sehen Sie sich auch hier auch hier wieder mehrmals die Videosequenzen an.

Auch bei dieser Übung verlagern Sie zur Unterstützung Ihres Pferdes, wieder Ihr Gewicht von Innen nach Außen.



So sollte Ihr Pferd mit den richtig ausgeführten Hilfen, mehrere Schritte nach außen, parallel zur alten Voltenlinie aus führen.

Achtung: wenn Sie zuviel am „inneren“ Zügel arbeiten, ist Ihr Pferd zu sehr gebogen und kann dadurch die Übung nicht korrekt ausführen.

Wenn Ihr Pferd nun wieder gut reagiert, müssen Sie es auch wieder belohnen, in dem Sie es wieder auf die Volte „entlassen“.

Wiederholen Sie diese Übung wieder mehrmals auf dieser Seite, bis Sie dass Gefühl haben, dass Ihr Pferd verstanden hat, was Sie von ihm wollen.

Machen Sie diese Übung nun auch wieder auf der rechten Seite.

Wenn Sie nun feststellen, dass sich Ihr Pferd auf einer Seite besser anfühlt, dann sollten Sie auf der anderen Seite das Schenkelweichen einige Male öfter ausführen, damit sich die Körperseiten Ihres Pferdes, so gut es geht, angleichen.

Das ist auch eines der Ziele, die wir mit der gesamten Gymnastizierung des Pferdes erreichen wollen.

Nur ein Pferd, das auf beiden Körperseiten gleich „nachgiebig“ ist, kann „gerade gerichtet“ werden.

Durch diese Geraderichtung und später auch Aufrichtung, erreichen Sie mit Ihrem Pferd die natürliche Balance, die wir dann für höhere Manöver benötigen.

Nur so haben Sie beide die Freude bei Ihren gemeinsamen Ritten, ob Sie nun an Turnieren teilnehmen möchten oder einfach nur einen guten und fairen Umgang mit Ihrem Pferdepartner suchen.

Nun hoffe ich, dass ich Ihnen wieder ein Stück weiter helfen konnte, zu einer besseren Kommunikation mit Ihrem Partner Pferd.

Wie sie ja bereits wissen, erhalten Sie bereits in 10 Tagen, das nächste Schulungsvideo. Dort werden wir dann die folgenden Themen behandeln:

Das Krupp- Herein
Der richtige Angalopp
Die Zirkelarbeit



Bis dahin, |
viel Spaß und Erfolg beim Üben.

Ihr Andreas Gruber