

Auftakt zur Serie „Abwechslungsreiche Winterarbeit“

## Monotonie langweilt nicht nur, sie schadet

Jetzt beginnt sie langsam, die nasskalte Jahreszeit. Noch genießen die Pferde die letzten schönen Tage auf der Weide, und das tägliche Training lässt sich abwechslungsreich und spannend gestalten. Doch in den Wintermonaten werden nicht nur Reiter mit Regen, Dunkelheit und Kälte konfrontiert. Auch für die Pferde geht die dunkle Jahreszeit mit weniger Abwechslung und oftmals einer gewissen Eintönigkeit einher.

Im Winter stehen die Pferde meist länger in ihren Boxen. Dazu kommt, dass Reiter und Pferd gefühlt fünf Monate in der Reithalle verbringen, bis es endlich wieder Frühling wird. Doch Monotonie im Training, gepaart mit vielen Stunden in einer Box, führt oftmals nicht nur zu Verhaltensauffälligkeiten wie gegen die Boxenwände zu treten, Zähne an den Gitterstäben zu wetzen, Koppen, Weben oder Teilnahmslosigkeit. Täglich mehr oder weniger das gleiche Trainingsprogramm schadet auch dem Pferdekörper.

Das liegt an verschiedenen Faktoren. Denn auch wenn Pferde inzwischen züchterisch zu Topathleten oder verlässlichen Freizeitpartnern geworden sind und mit Eigenschaften wie Rittigkeit, Springvermögen, Leistungsbereitschaft und herausragenden Grundgangarten ihre Besitzer begeistern, sind ihre Biomechanik, ihr Verdauungstrakt und ihre Instinkte die eines Steppentieres ge-



Auch kleine Reize, wie der Einsatz von Pylonen im Training, verändern den Blickwinkel und bringen Abwechslung. Fotos: privat

blieben. Der Körper eines Pferdes ist immer noch der eines Fluchttieres, welches 16 Stunden am Tag in ruhigem Tempo mit gesenktem Kopf von einem Grasbüschel zum nächsten wandert. Hierbei legen die Pferde am Tag 15 bis 30 km zurück. Ständig wechselnden Umweltreizen ausgesetzt, werden sie permanent mit neuen Situationen konfrontiert.

### Grundbedürfnisse des Pferdes befriedigen

Behält man diese wesentlichen Aspekte im Hinterkopf, wird schnell offensichtlich, dass ein Großteil des verantwortungsvollen Managements eines Pferdes darin bestehen sollte, für seine Grundbedürfnisse nach viel und gleichmäßiger, moderater Bewegung sowie einer kontinuierlichen, energiearmen Futteraufnahme und wechselnden Umweltreizen Sorge zu tragen – auch im Winter. Denn im ursprünglichen Alltag eines Pferdes gab es Monotonie und Langeweile schlichtweg nicht. Und diese Anforderungen lassen sich nicht „wegzüchten“.

Genau wie Menschen reagieren Pferde auf einseitige Belastungen und langes Verweilen in der Box mit Muskelverspannungen und daraus resultierenden Schmerzen. Wer viel Zeit am Schreibtisch oder im Auto verbringt, weiß, wie sich ein verspannter Nacken und ein schmerzender Rücken durch verkrampfte Muskulatur anfühlen. Ausgleichssport, Rückenschule und viel abwechslungsreiche Bewegung sind

nicht nur für Menschen gute Möglichkeiten, um Schmerzen und frühzeitigem Verschleiß vorzubeugen.

Pferde zeigen ihr Unwohlsein beispielsweise durch mangelnde Durchlässigkeit und Losgelassenheit, Taktfehler, indem sie den Schweif schief halten, mit den Zähnen knirschen und „zickig“ sind. Viel mehr Möglichkeiten hat ein Pferd ja auch nicht. Ein verantwortungsbewusster Reiter oder Pferdehalter sucht den Grund hierfür zunächst bei sich selbst, dem Equipment, dem Training und der Haltung des Pferdes.

### Das gesamte Konzept hinterfragen

Es ist durchaus sinnvoll, immer wieder das gesamte Konzept des Pferdemanagements selbstkritisch zu hinterfragen. Denn oftmals sind solche Signale des Pferdes ein deutliches Anzeichen für zu einseitige Belastung mit daraus resultierenden schmerzhaften Verspannungen, Muskelverkürzungen und Schonhaltungen.

Die wenigsten Pferde haben echte Gelenkverrenkungen, ein Großteil leidet unter massiv verspannter Muskulatur und verklebten Faszien. Ein fachlich versierter Physio- oder Osteotherapeut kann hier durch gezieltes Mobilisieren von Muskulatur und Faszien die Schmerzen lindern und die Beweglichkeit wiederherstellen. Genau wie ein Mensch kommt ein Pferd aus dieser „Ver-

spannungsfalle“ allein nicht wieder heraus.

Ein weiterer Baustein im durchdachten Management eines Pferdes sind unterschiedliche Trainingsanreize. Muskeln, Sehnen und Bänder brauchen viele verschiedene Reize, um nachhaltig gesund zu bleiben und unterschiedlichen Beanspruchungen standhalten zu können. Das Ziel eines ausgewogenen Trainings – egal ob für ein Turnierpferd oder den Freizeitpartner – sollte ein gesundes, motiviertes und glückliches Pferd sein.

Es gibt viele Möglichkeiten, auch den Winter für Reiter und Pferde kurzweiliger zu gestalten. Dabei sollte die einzige Abwechslung nicht nur darin bestehen, an einem sonnigen Sonntag statt in der Halle auf dem Platz zu reiten. Ergänzend zur klassischen Dressurarbeit lassen sich eingefahrene Rituale oft schon mit kleinen Veränderungen durchbrechen. Beispielsweise könnte die Aufwärmphase, selbst wenn es an dem Tag reines Dressurtraining sein soll, mit einer bis drei Stangen aufgelockert werden. Trabstangen lassen sich gut in die tägliche Arbeit integrieren, ebenso wie Pylonen, Gassen oder Cavallettis. Aber auch Springgymnastik und Freispringen machen nicht nur Springpferden Spaß.

In den folgenden Ausgaben werden unterschiedliche Möglichkeiten dargestellt, mit Kleinigkeiten das Tages- und auch das Wochentraining abwechslungsreicher zu gestalten. Maïke Schwerdtfeger



Die Pferdephysio- und Manualtherapeutin Maïke Schwerdtfeger kann verspannte Muskulatur und verklebte Faszien lösen. Außerdem engagiert sie sich für vorbeugende Maßnahmen in Haltung und Training.



Monotonie im Training, gepaart mit vielen Stunden in einer Box, führt unter anderem zu Verhaltensauffälligkeiten wie Koppen.

Foto: Maïke Schwerdtfeger