



Modern-Riding-Newsletter



April 2014/Jahrgang 11/Ausgabe 1

Editorial

Liebe Freunde des Pferdes, herzlich willkommen zum Newsletter 2014! Wir wünschen Euch eine fröhliche, sonnige Osterzeit und wunderschöne Tage mit Euren Vierbeinern im Frühling.

Der hat ja zum Glück dieses Jahr schon sehr früh eingesetzt, inzwischen ist es auch wieder länger hell, und so können wir endlich wieder abends noch Ritte in die Natur genießen, ohne gleich von Fliegen und Mücken „belästigt“ zu werden ;-).

Im letzten Newsletter hatten wir Euch unter dem Titel „Neue Wege beschreiten“ innovative Bodenhindernisse vorgestellt. Heute möchten wir dieses Angebot durch ungewöhnliche Bahnfiguren ergänzen, die man nicht nur reiten, sondern durchaus auch in der Bodenarbeit gemeinsam mit dem Pferd abgehen kann. Außerdem findet Ihr einen Tipp zum geführten Reiten.

An dieser Stelle möchten wir uns auch einmal für die vielen Rückmeldungen bedanken, die uns im vergangenen Jahr schon zum Newsletter erreicht haben. Bitte macht weiter so, wir freuen uns sehr darüber, von Euch dieses Feedback zu erhalten.

Wir wünschen Euch viel Vergnügen mit dem ersten Newsletter 2014,

liebe Grüße,

Eure Susanne und Iris

Die nächsten Termine mit Susanne:

9. Mai, 10 - 16 Uhr:

[Sattelseminar](#) in Schönermark, Anmeldung unter claudia_jung@arcor.de

18. Mai, ganztägig:

Individueller Trainingstag in Stolzenhagen, Anmeldung unter michaela.august@gmx.de

16./17./18. August, ganztägig:

[Bodenarbeit](#) in Schönermark, Anmeldung unter claudia_jung@arcor.de

Nähere Infos zu den Terminen findet Ihr auf Susannes Internet-Seite www.modern-riding.de



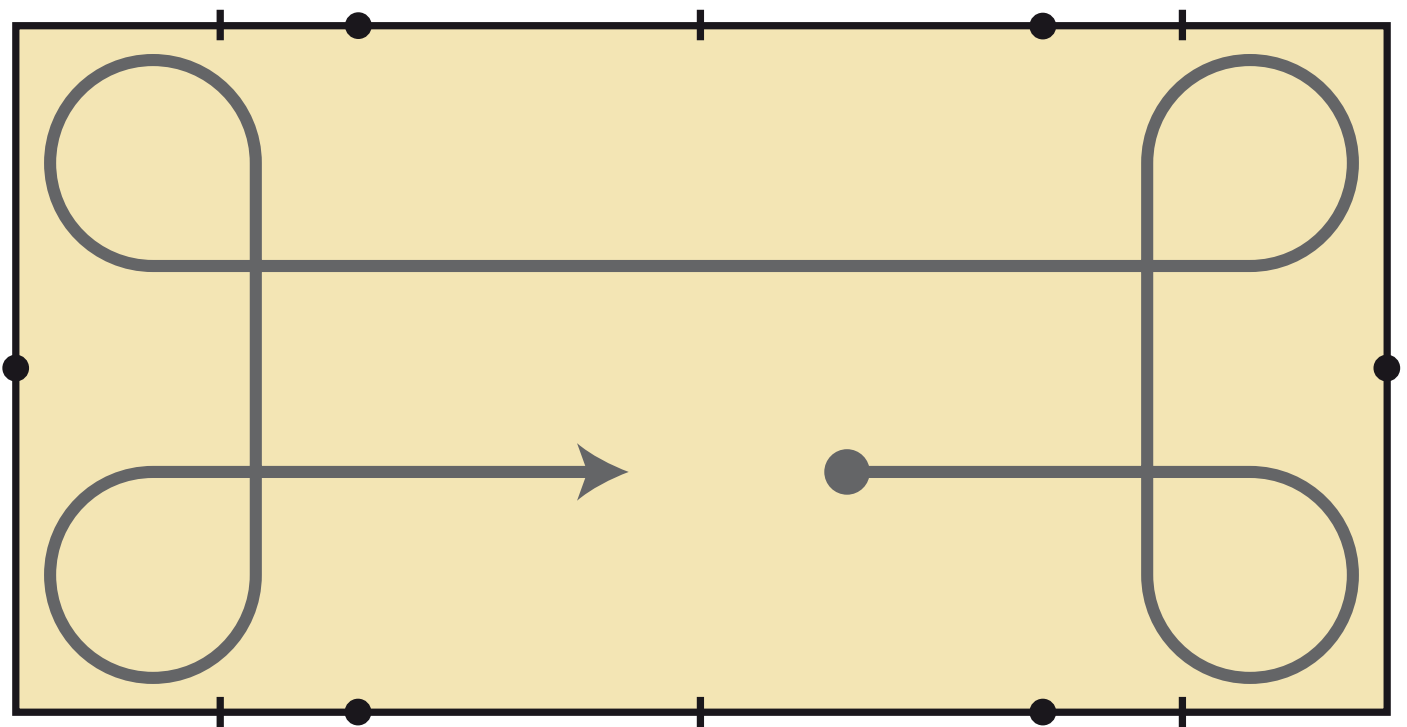
Neue Wege beschreiten - Teil 2

Nachdem wir Euch im [Dezember-Newsletter](#) neue Bodenhindernisse vorgestellt haben, möchten wir Euch heute animieren, ein paar ungewöhnliche Bahnfiguren auszuprobieren, mit denen man ebenfalls Abwechslung in die Arbeit bringen kann.

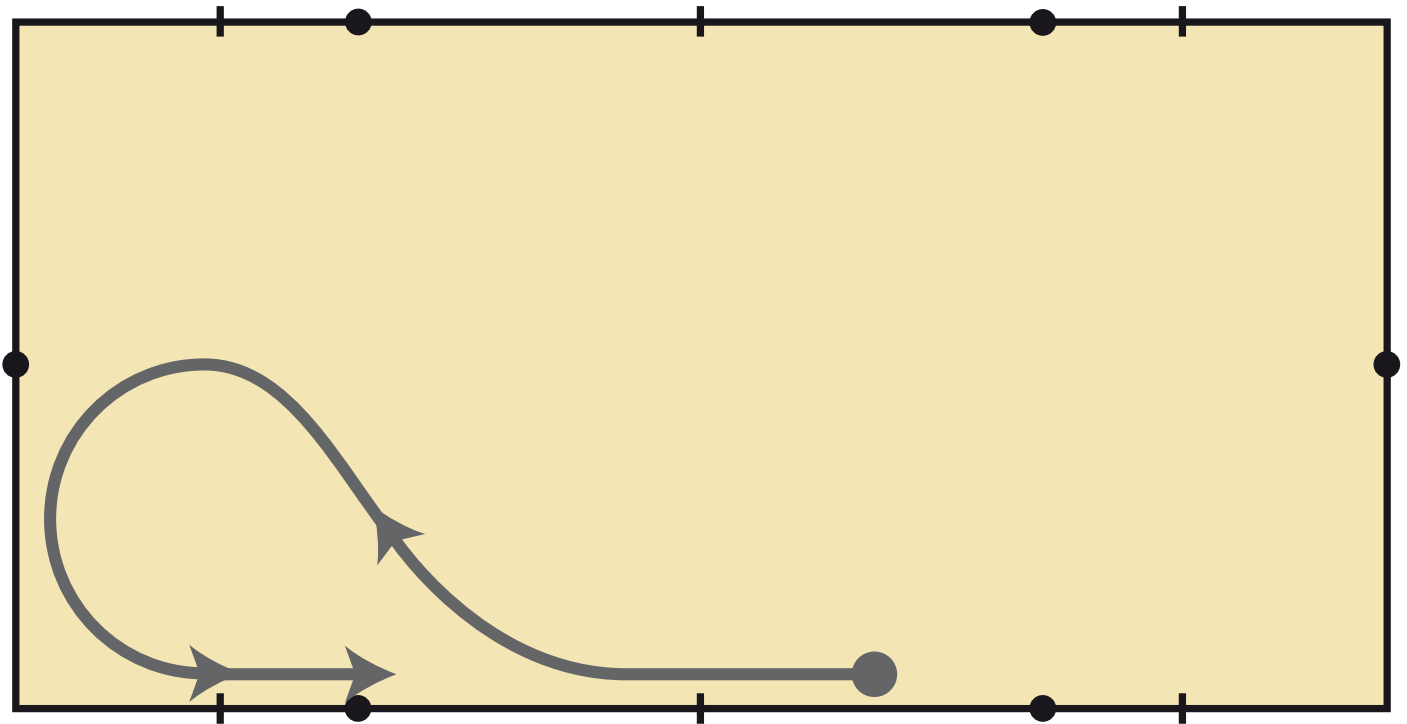
Seid Ihr schon mal ein „Sofakissen“ geritten? Oder habt die Hand mit einem „In die Ecke kehrt“ gewechselt? Reitet Ihr am Ende etwa gern „Kreuz und quer“? Diese Bahnfiguren, die so nicht in den Lehrbüchern stehen, helfen uns dabei, ausgetretene Hufschläge zu verlassen und zu schauen, wie unsere Pferde auf unsere Hilfen reagieren.

Für ein Sofakissen reitet man zunächst ganze Bahn auf dem vierten oder fünften inneren Hufschlag. In einer der Ecken geht man auf eine Volte nach außen, wobei die Bahnbegrenzung gerade unerfahrenen Pferden Orientierung und Halt geben kann. Nach und nach kann man nun in jeder Ecke eine Außenvolte reiten, so dass sich im Reitplatzsand das Muster eines viereckigen Sofakissens mit (Volten-)Zipfeln an allen Ecken ergibt.

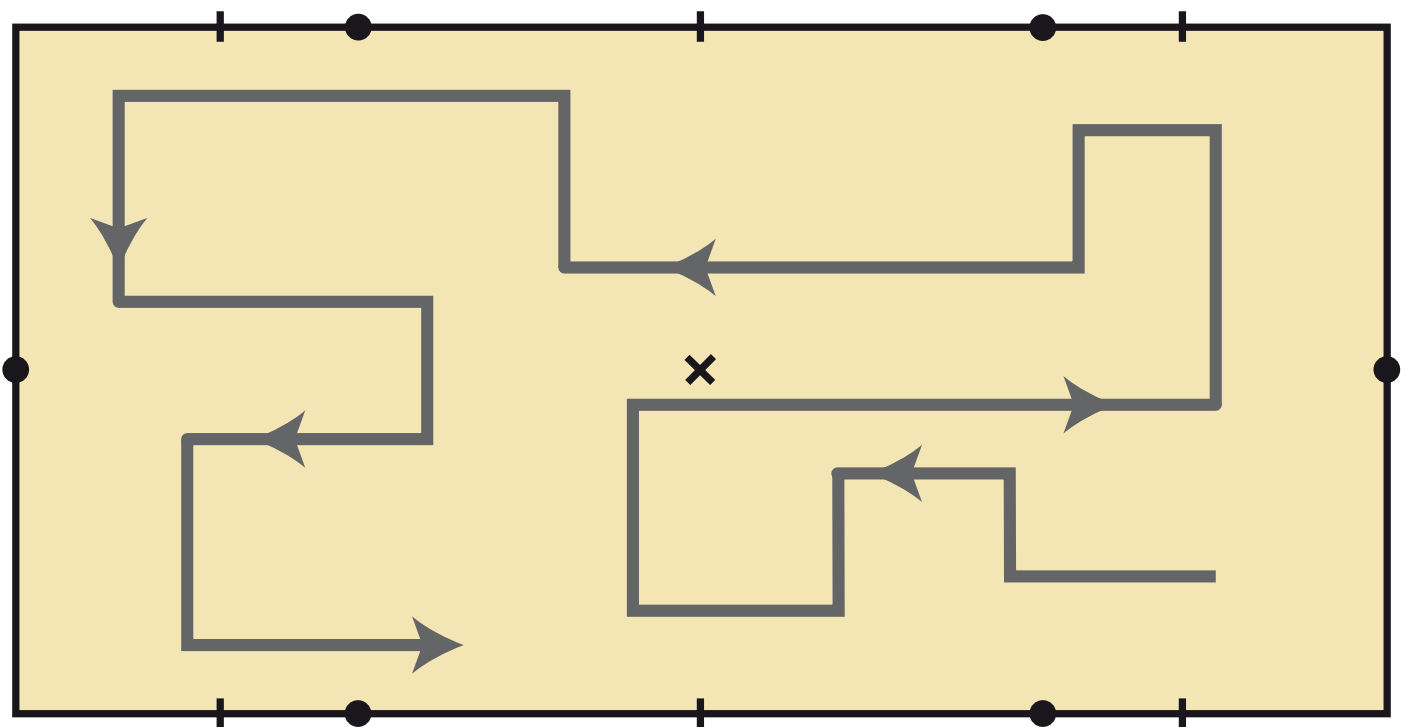
Das sieht dann ungefähr so aus:



Statt die Hand mit einem aus der Ecke kehrt zu wechseln, kann man auch in die Ecke kehrt reiten. Dazu biegt man am Mittelpunkt oder zwischen Mittel- und Wechsellpunkt der langen Seite nach innen ab und reitet das aus der Ecke kehrt quasi verkehrt herum, indem man die Wendung in die Ecke verlegt. Das Bild dazu findet Ihr auf der nächsten Seite!



Beim „Kreuz und quer“ kann man feststellen, ob das Pferd aufmerksam ist und an den Hilfen steht, denn hierbei geht es darum, den gesamten Reitplatz ohne ein bestimmtes Muster zu nutzen. Das könnte zum Beispiel so aussehen, dass man in der Mitte der kurzen Seite auf die Mittellinie abbiegt, aber schon nach wenigen Schritten einfach im rechten Winkel wieder auf die lange Seite zureitet, nach zwei Tritten wieder abwendet, eine Volte einflechtet, ein paar Meter danach geradeaus reitet, zweimal hintereinander in die gleiche Richtung abbiegt und all so was. Dadurch ergibt sich ein total willkürliches Muster im Sand, vielleicht so:



Aber bei dieser Bahnfigur sind Eurer Phantasie keine Grenzen gesetzt!

Versucht doch mal, diese ungewöhnlichen Bahnfiguren zu reiten und schaut, was dabei passiert. Kommt Euer Pferd Euren Hilfen ohne Zögern nach, oder ist es unwillig, den Hufschlag an unbekannter Stelle zu verlassen? Bleibt es sogar irritiert stehen? Kann es die neuen Figuren ausbalanciert absolvieren, oder wird eine Gerade plötzlich krumm und eine Volte ein Ei? Wie fühlen sich die Übungen für Euch im Sattel an? Wie leicht oder schwer fällt es Euch selbst, die Bahnfiguren rechtzeitig und vorausschauend zu planen und zu beginnen? Was fühlt sich anders an? Wir wünschen Euch viel Spaß und freuen uns auf Eurer Feedback!

Aus Sicherheitsgründen empfehlen wir, die neuen Bahnfiguren am besten auf einem leeren Platz oder in einer leeren Halle auszuprobieren, oder sich mit Mitreitern abzusprechen, damit es nicht zu Kollisionen kommt. Die normalen Bahnregeln haben ja immerhin ihren Sinn auch in der Unfallvermeidung! (ilu./sus.)

Sich bewegen lassen

Meist versuchen wir beim Reiten, unsere Pferde zu bewegen, indem wir ihnen als aktiver Teil im Sattel unsere Wünsche mittels verschiedener Hilfen klarmachen. Da es aber sehr aufschlussreich sein kann, auch mal passiv im Sattel zu sitzen, möchten wir Euch anregen, Euch mal von Euren Pferden bewegen zu lassen. Bitte sucht Euch dazu einen Helfer, der Euer Pferd führt, so dass Ihr Euch ganz auf Euch selbst konzentrieren könnt. Nehmt die



Füße aus den Steigbügeln und lasst die Beine locker hängen, es kommt nicht darauf an, zu lenken, anzutreiben oder das Pferd sonst

irgendwie zu beeinflussen. Wer sich traut, kann auch die Arme locker an den Seiten herunterhängen

lassen. Wer unsicher ist, hält sich besser mit einer oder beiden Händen am Sattel fest. Atmet tief ein und aus und bittet dann Euren Pferdeführer, loszugehen. Nun spürt in Euch hinein. Was fühlt Ihr da? Wie bewegt Euch Euer Pferd? Ist das, was Ihr spürt, gleichmäßig? Merkt Ihr plötzlich, dass Ihr Euch irgendwo im Körper verspannt? Könnt Ihr locker in der Bewegung, die das Pferd vorgibt, mitgehen? Bleibt die Bewegung unterwegs in Eurem Körper irgendwo hängen? Schlenkern vielleicht Eure Arme oder Beine? Wackelt der Kopf? Spannt mal die Gesäßhälften fest an. Wie fühlt sich die Bewegung nun an? Setzt Euch bewusst in den Stuhlsitz und schaut, was dann passiert. Macht ein Hohlkreuz. Könnt Ihr damit immer noch locker die Bewegung des Pferdes mitgehen? Es ist unglaublich interessant, was man alles erfahren kann, wenn man sich mal nicht um Antrieb, Lenkung und Bremse des vierbeinigen Partners kümmern muss. Viel Spaß dabei! (ilu./sus.)

Sicherheits- und Haftungshinweis

Da wir hier Tipps für Übungen geben, lässt es sich leider nicht vermeiden, etwas zur Sicherheit und Haftung zu sagen. Pferde sind Lebewesen, die manchmal unvorhersehbar reagieren, daher ist es zweckmäßig, immer entsprechende Ausrüstung zu tragen (Helm, Handschuhe, Sicherheitsweste), wenn man mit ihnen umgeht. Wenn Ihr unsere Übungen nachmacht, handelt Ihr auf eigene Gefahr und eigenes Risiko, jedwede Haftung der Newsletter-Ersteller ist ausgeschlossen. Wenn Ihr unsicher seid, lasst Euch bitte von anderen helfen, bevor es zu einem Unfall kommt. Vielen Dank! (sus./ilu.)

Impressum

Herausgegeben von Susanne Salzmann, Hubertusstr. 97, 13589 Berlin

Tel. 0173 89 79 401

susanne@modern-riding.de

Redaktionelle Mitarbeit:

Iris Luchs

iris_luchs@yahoo.de