

Arbeit an der Longe ist eine Arbeit am Gleichgewicht des Pferdes. Ein ausbalanciertes Pferd wie hier kann loslassen und locker über den Rücken schwingen.

FOTO: T. KÖNNERTH



Longieren ohne Ausbinder

Stärken statt Schleudern

„Bewegungstherapie“ auf die Schnelle, das ist es in vielen Ställen. Dabei steckt im Longieren ohne Hilfszügel ein Schatz: Damit können Sie bei Ihrem Pferd Muskeln aufbauen, sein Gleichgewicht schulen, ja, es kann ein sinnvolles Training sein! Klingt vielversprechend.

TEXT: KAROLIN LESZINSKI

Zehn Minuten Schleudern bitte. Einmal linksherum, einmal rechtsherum. Beim Wäschewaschen eine sinnvolle Angelegenheit, klar. Beim Longieren? Gift für den Pferdekörper. Sinnlos für Seele, Geist und Muskulatur. Geht aber auch anders. Longieren ohne Ausbinder muss nicht gleich „Laufen lassen an der langen Leine“ bedeuten. Es kann ein gutes Training für das Pferd sein, von dem am Ende auch der Reiter profitiert. Mit dem Schleudergang hat das dann nichts mehr zu tun, eher mit Gleichgewichtsschulung, Dehnung und Losgelassenheit.

„Ich möchte den maximal positiven Trainingseffekt herausholen, aber auch, dass es dem Pferd seelisch gut geht. Und das geht am besten ohne Ausbinder“, findet Babette Teschen, die landauf und landab Menschen und Pferde im Longieren schult. „Ein Muskel braucht die Möglichkeit, in maximaler Anspannung und Entspannung zu arbeiten. Er muss sich bewegen können, er muss, wenn er ermüdet ist, eine Chance bekommen, sich wieder zu entspannen“, erklärt sie.

Dann kann er auch perfekt arbeiten. „Die Haltung, die die Pferde mit Hilfszügeln oft einnehmen, ist eine Ausweichhaltung. Viele Pferde gehen hinter der Senkrechten, rollen sich ein und trainieren dadurch die Muskulatur, die wir gerade nicht trainiert haben wollen“, sagt Teschen. Das heiße nicht, dass jedes Pferd mit Hilfszügeln schlecht laufe und es nicht gute Anwender gebe, „aber ich kenne für mich einen schöneren Weg. Deswegen sind Ausbinder für mich überflüssig.“

Ein Platz zum Ja sagen

Das sind sie auch für die Dressurausbilderin Mireille den Hoed. Das war mal anders: „Früher longierte ich das Pferd zweimal fünf Minuten linksherum und zweimal fünf Minuten rechtsherum. Ich longierte mit Schlaufzügeln, machte sie an der Innenseite kürzer, damit das Pferd nach innen schaute. Dann ließ ich das Pferd zügig um mich herum traben. Die eine Seite ging gut und sah ‚schön‘ aus, aber auf der anderen Seite lief das Pferd nicht zu meiner Zufriedenheit,

war nach außen gestellt – und ich war frustriert.“ Der Dressurtrainer Antoine de Bodt brachte sie damals auf die Idee, dass ein Pferd durchaus auch ohne Ausbinder vorwärts-abwärts traben könne – seither arbeitet sie ihre Pferde nur noch unausgebunden.

Grundvoraussetzung zum Longieren ist neben einer guten Beziehung zwischen Mensch und Pferd der Ort des Geschehens. Es ist ganz ein- >

UNSERE EXPERTINNEN



FOTO: PRIVAT

Babette Teschen

Die Steckenpferde der Pferdetrainerin aus Lüneburg: Bodenarbeit, Longieren sowie ihr Selbstlernkurs „Der neue Longenkurs“.

www.wege-zum-pferd.de



FOTO: WWW.ARIDNL

Mireille den Hoed

Die Dressurausbilderin leitet im niederländischen Lienden ein Reha- und Trainings-Zentrum für Pferde und bietet Kurse in Longenarbeit an. www.taktacademy.nl



FOTO: T. KONNERTH

Babette Teschen bei der Slalom-Arbeit. Eine ihrer liebsten Übungen, um beim Pferd Biegung und damit die Balance zu fördern.

fach: Ein ordentlicher Arbeitsplatz macht zufriedene, konzentriert arbeitende Mitarbeiter. Das ist beim Pferd nicht anders als beim Menschen. „Ich brauche einen Platz, wo das Pferd entspannen kann, wo es ‚ja sagen‘ kann“, sagt Babette Teschen. Das heißt auch: es ist völlig zweitrangig, ob dieser Arbeitsplatz die Reithalle ist, der Reitplatz, der Round Pen oder eine Wiese. Hauptsache, das Pferd kann sich dort gut konzentrieren. „Mit unerfahrenen Pferden kann man in den Round Pen gehen. Ich persönlich bevorzuge den großen Platz, weil ich von Anfang an mit dem Pferd wandern und Bahnfiguren gehen möchte, um die Arbeit möglichst abwechslungsreich zu gestalten und in die Kommunikation über die Körpersprache zu kommen.“

Die Wahl der Ausrüstung

Mireille den Hoed nennt einen weiteren Vorteil gegenüber dem Longierzirkel: „Ein Pferd in Balance zu bringen ist im Longierzirkel fast nicht möglich. Dort klebt es gerne an der Bande. Und wenn es nach innen fällt,

ist zu wenig Platz um es nach außen zu steuern.“ Auf dem Reitplatz lässt sich flexibel und gezielt an einzelnen Zielen arbeiten. Dazu später mehr.

Man braucht selbstredend nicht viel zum Longieren ohne Ausbinder: Eine Longe, eine Longierpeitsche, eine Bogen- oder Fahrpeitsche, um das Pferd auf kürzerer Distanz zu arbeiten. Aber was kommt an den Kopf? Da sind sich Ausbilder nicht ganz einig. Außer in einem Punkt: Das Halfter ist raus, will man das Pferd vernünftig arbeiten. „Das Halfter wirkt diffus am Kopf“, erklärt Babette Teschen. „Ich kann damit nicht korrekt einwirken, es führt in der Regel immer zum Verwerfen des Kopfes, zum Überstellen des Halses oder zu keinerlei Genickreaktion.“ Sie ist eine Verfechterin des Kappzaums, sagt aber auch sehr klar, dass bei diesem der Grat zwischen sanftem Ausbildungsmittel und Folterinstrument ein schmaler ist und das hängt

nicht nur mit dem Kappzaum selbst zusammen, sondern auch mit dessen Anwender (siehe Kasten S. 25). Er braucht ein feines Händchen um nicht zu schaden.

Auf Trense am Gebiss zu longieren möchte Babette Teschen nicht empfehlen, durch die seitliche Einwirkung würden die Pferde oft eher den Unterkiefer verschieben statt sich im Genick zu stellen. Außerdem: „Das Pferde Maul ist mir heilig“, sagt sie klar.

Mireille den Hoed sieht das ganze weniger strikt. Sie arbeitet, „die erfahrenen Pferde auch mit Gebiss, dann befestige ich die Longe mit einem Kletterhaken am Trensenring und dem Nasenriemen“. So verhindert sie ein Durchziehen des Gebisses durchs Maul. „Wenn ein Pferd nicht ans Gebiss gewöhnt ist oder gebisslos geritten wird, würde ich es auch nicht mit Gebiss longieren. Dann benutze ich oft ein Knotenhalfter. Das verwende ich auch, wenn das Pferd damit besser oder feiner reagiert. Auch mit dem Kappzaum kann man fein arbeiten, er wirkt aber nochmal anders – jede Zäumung hat eine andere Einwirkung auf das Pferd.“ Es sei vor allem wichtig, das zu verwenden, womit man selbst und das Pferd am besten zurechtkomme.

Das Aufwärm-Programm

Wir wollen beim Kappzaum bleiben und erklären, wie man das Pferd mit ihm an der Longe arbeiten kann. Die Longe wird dabei immer im mittleren Ring befestigt. So hat man eine präzise Einwirkung auf das Genick des Pferdes und ein Handwechsel ist jederzeit ohne Umschnallen möglich.

Babette Teschen nutzt die ersten Minuten an der Longe gerne, um dem Pferd erst mal ihre Hilfengebung näherzubringen, die sie später auf Distanz anwenden möchte. Zum Beispiel: Wenn es einen Impuls am Kappzaum spürt, soll es im Genick antworten, es

TIPP

Fangen Sie auf der Seite an, die dem Pferd leichter fällt. „Ist das Pferd noch sehr unausbalanciert, wechsele ich oft die Hand und lasse es nach jeder Verbesserung im Schritt entspannen“, sagt Mireille den Hoed.

soll sich stellen. Teschen nennt diese Übung „Führen in Stellung“. Sie fragt damit ab, ob das Pferd in der Lage ist, auf beiden Händen den Hals zu biegen und sich in der Ganasche hohl zu machen. Sie geht dabei neben dem Pferd am Kopf, legt ihre freie, dem Pferd zugewandte Hand an den Hals und gibt mit der äußeren Hand mittig am Nasenriemen des Kappzaums den Impuls in Form einer leichten Drehbewegung. „Wie wenn ich ein leicht verschlossenes Schraubglas vorsichtig aufdrehe, ich will also nichts aufknacken, sondern sanft einwirken. Durch dieses Drehen am Eisen des Kappzaums komme ich viel besser ans Genick. Zupfe ich nur am Strick, stellt das Pferd eher den Kopf einfach nur rein“, beschreibt Babette Teschen im Detail. Bei dieser Übung fragt sie auch ab, ob das Pferd das Gewicht von der inneren Schulter nimmt. Wenn das der Fall ist, „dann drängelt es, tritt mir gleich auf die Füße. Nur wenn das Pferd den Hals biegen kann, kann es das Gewicht von der inneren Schulter nehmen. Ein Betonhals wird immer eine fixierte Schulter zur Folge haben“, erläutert Teschen.

Biegt sich das Pferd noch nicht im Hals, massiert sie diesen mit der freien Hand und berührt das Pferd an der Schulter, um ihm zu verdeutlichen, dass es die Last von der inneren Schulter nehmen soll. „Funktioniert das auf der einen Hand noch nicht, würde ich zunächst auf die andere Hand wech-

seln und es dort versuchen auszulösen.“ Oft bringt auch die Massage auf der anderen Seite erst den erwünschten Erfolg.

Zwei bis drei Minuten pro Seite genügen der Ausbilderin, „auch wenn das Pferd noch nicht perfekt loslässt“, danach lässt sie es auf einem größeren Radius locker traben, damit es sich entspannt. Anschließend wiederholt sie die Übung entweder oder arbeitet an einem anderen Detail. „Die schöne Laufmanier besteht aus verschiedenen Details, die ich nach und nach verbessern will. Die Biegung, die Balance und die aktive Hinterhand, also der Schwung. Ich versuche nie zu lange an einem Detail zu arbeiten. Dazwischen lasse ich das Pferd entspannen für die Psyche, für die Zusammenarbeit, für die Kommunikation. Das kann ein bisschen über den Platz wandern sein oder locker traben oder galoppieren.“

Frage des Gleichgewichts

Es gibt zwei Arten von Gleichgewicht: das horizontale Gleichgewicht, bei dem das Pferd so von hinten unter den Schwerpunkt tritt, dass es nicht auf der Vorhand läuft; und das vertikale Gleichgewicht, bei dem die linke und die rechte Seite gleichmäßig viel Last tragen. „Auf den Vorderbeinen können bis zu 160 Kilogramm Unterschied sein, da kann man sich vorstellen, was das mit dem Körper macht“,



FOTO: WWW.WARDNL

Mireille den Hoed mit einem losgelassen, schwungvoll in Dehnungshaltung trabenden Pferd. Hier ist die Longe nur am Gebiss eingehakt, besser ist es, sie zusätzlich am Nasenriemen zu befestigen.

Darauf kommt es beim Kappzaum an



FOTO: WWW.WARDNL

Ausbilderin Babette Teschen arbeitet ihre Pferde an der Longe auf Kappzaum. Ausschließlich. Aber sie sagt auch sehr deutlich: „Einen weichen Kappzaum mit weichen Hilfen verwendet, empfinde ich als sehr pferdefreundlich. Einen scharfen Kappzaum, an dem noch dazu gezogen und gestraft wird, empfinde ich als tierquälerisch.“

Auf dem Markt gibt es vom Billigzaum bis zur Luxusvariante alles: den Kappzaum aus Nylon, Polyamid oder verschiedensten Lederarten, mit schmalen oder breitem, vorgeformtem oder weichem Nasenriemen, mit beweglichem Kappzaumeisen oder ohne. Vor allem sollte er weich gepolstert sein. „Der Pferdekopf ist unglaublich fragil, wir haben viel Knochen mit ganz wenig Fleisch, er ist hoch schmerzempfindlich, hat viele Nervenaustrittspunkte und Blutgefäße nah an der Oberfläche. Bei vielen Kappzäumen liegen Schnallen ohne Polsterung auf Knochenästen oder drücken mit harter Kante in den Ohransatz“, erklärt sie, „Ist ein Kappzaum scharf oder drückt, führt das eher dazu, dass die Pferde dem Kontakt ausweichen und ich so nicht in die korrekte Anlehnung komme und damit nicht die korrekten Hilfen fürs Genick geben kann.“ Umso wichtiger ist es, den Kappzaum vor dem Kauf am eigenen Pferd zu testen. Denn das A und O ist, dass er passt. Das Nasenteil sollte je nach Kopfgröße ein bis drei fingerbreit unter dem Jochbein sitzen und am Nasenrücken anliegen. Der Zaum muss insgesamt so sitzen und fest verschnallt werden können, dass er weder in die Augen rutscht noch am Kopf scheuert oder zu Druckstellen führt.



Zwei typische Bilder von Disbalance: Das Pferd driftet hier über die äußere Schulter ab. Zu viel Stellung im Hals bringt das Pferd aus dem Gleichgewicht ...

FOTO: WWW.ARNOLDI.NL



... Hier fällt das Pferd auf die innere Schulter, mit Kopf und Hals gleicht es das Ungleichgewicht nach außen aus, um nicht umzufallen.

FOTO: WWW.ARNOLDI.NL

sagt Mireille den Hoed. Überbelastungen sind die Folge. Ein Pferd, das sich wie ein Motorrad in die Kurve legt, ist nicht im vertikalen Gleichgewicht. Vielmehr soll es „wie eine Eisenbahn auf Schienen durch die Kurven laufen“, sagt Babette Teschen. Dann belastet es beide Seiten gleichmäßig.

Ohne Biegung keine Balance – lautet die schlichte Formel. Volten und daraus einen großen Zirkel entwickeln – ähnlich dem Zirkel-verkleinern-und-vergrößern – ist eine gute Übung.

Auch um dem Pferd die Gertenhilfe näher zu bringen. Ziel ist: „Wann immer ich mit der Gerte in Richtung Schulter zeige, nimmt es das Gewicht von der inneren Schulter“, erklärt Teschen. „Das übe ich zunächst beim Führen, so wie ich es beim Aufwärmen mit der Hand gemacht habe: In dem Moment, wo ich ein ‚Zirkel vergrößern‘ führe, tippe ich das Pferd an der Schulter an.“ Hat das

Pferd das verstanden, wird es die Hilfe auch auf größerer Distanz bei anderen Lektionen umsetzen können.

Eine weitere Übung, die Babette Teschen besonders gerne einsetzt, um an Biegung und Gleichgewicht zu arbeiten: der Slalom. Dafür stellt sie Pylone in eine Reihe und longiert das Pferd hindurch. Um die Wendung zu sich einzuleiten, gibt sie einen Impuls an der Longe, und zeigt mit der Peitsche

zur Schulter, damit das Pferd wieder nach außen abwendet. Durch den ständigen Richtungswechsel, kommt das Pferd aus alten Mustern und seinem Ungleichgewicht heraus.

Teschen setzt die Gerte auch als biegende Hilfe in der Schenkellage ein, quasi als Schenkelaussetzer. Sie bringt den Pferden die Hilfe in den Seitengängen bei. Das kann das Übertreten sein oder das Schulterherein oder bei weiter Fortgeschrittenen das Travers, Renvers oder die Traversale. „Während ich das Pferd in den Seitengängen führe und es sich biegt, lege ich die Gerte an die Rippe.“ Das überträgt sie später auf die größere Distanz. Ziel: Sobald die Ausbilderin auf die Schenkellage zeigt, soll sich das Pferd mehr in der Rippenpartie biegen.

mich dynamischer. Ich will, dass mein Pferd aktiv läuft, also laufe ich aktiv mit. Ich laufe ohnehin die ganze Zeit. Es gibt nur eine Situation, in der ich stehe: Wenn mein Pferd stehen soll.“ Eine Art zu longieren, gänzlich anders als in den Richtlinien der Deutschen Reiterlichen Vereinigung beschrieben, laut denen der Longenführer zentriert auf einer Stelle bleiben sollte.

Ein Spiel mit hohem Ziel

Dreimal pro Woche, empfiehlt Babette Teschen in der anfänglichen Lernphase, das Pferd an die Hilfen zu gewöhnen und diese zu verfeinern. Dazwischen könnte ein Ausritt oder bei einem jungen, noch ungerittenen Pferd ein anderes Entspannungsprogramm für Abwechslung sorgen. Später ist das Longieren einmal pro Woche eine sinnvolle Ergänzung im Trainingsalltag des Pferdes. Und keinesfalls zu unterschätzen, sagt Mireille den Hoed: „Es ist hochbelastend für das Pferd. Länger als eine halbe Stunde würde ich nicht longieren, bei einem jungen Pferd können auch zehn Minuten schon ausreichen.“

Unausgebunden Longieren – mit System und etwas Mühe, ist es ein wertvolles Programm für das Pferd. Ein Spiel, mit dem es seinen Körper besser kennenlernt. Ein Spiel, das die Muskulatur stärkt, die es auch beim Reiten braucht. So ist es am Ende viel mehr als „Bewegungstherapie“ mit Schleuder-Gefahr. ■

TIPP

Rennt das Pferd an der Longe, rät Mireille den Hoed: „Der Grund dafür kann mangelnde Balance sein. Deshalb nicht am Pferd ziehen, dadurch verstärkt man nur die Disbalance. Besser man gibt mehr Longe, damit es sein Gleichgewicht findet.“

Mehr Schwung bitte!

Beide Trainerinnen arbeiten die Pferde auf dem Zirkel, ganze Bahn, Hufschlagfiguren und lassen sie Lektionen gehen. Und wenn es darum geht, die Hinterhand zu aktivieren und den Schwung zu verbessern, bieten – wie beim Reiten – Übergänge von Gangart zu Gangart und von Tempo zu Tempo eine sinnvolle Lösung, oder auch kleinere Hindernisse oder Cavaletti. „Meine Energie ist dabei meine wichtigste Hilfe“, sagt Babette Teschen. „Möchte ich mehr Ruhe, nehme ich meine Energie raus, entspanne mich im Körper, atme tief in den Bauch. Will ich mehr Energie, richte ich mich mehr auf, bewege