



**Studienergebnis:
Nachhaltigkeit in der
Pferdebranche**

**Mentale Gesundheit:
Zeitmanagement für Rössler**

**Spieglein, Spieglein ...: Welche
Pflegetechnik für mein Pferd?**

**Die Welt der Wahrnehmung
des Pferdes**

**Biomechanische Analyse
bei Pferd und Reiter**



12 **Der Kopf reitet mit**
Nicht nur die körperliche Gesundheit ist wichtig, auch die mentale.



8
Ein Jahr als Präsident
Dank einem tollen Vorgänger und passionierten Kollegen zieht Andreas Gäumann eine positive Bilanz.



22
Wahrnehmung
Wie Pferde hören, riechen, schmecken und spüren sowie sich selbst wahrnehmen.

AKTUELL

- 6** **Keine Peitsche mehr**
Der Galopprennsport Schweiz ist Vorreiter und Vorbild, was das Wohlbefinden der Pferde in Rennen angeht. Ab Juli dürfen die Jockeys keine Peitsche mehr zum Antreiben der Pferde verwenden. Lediglich Korrekturen betreffend Richtung dürfen gegeben werden.
- 7** **Gut abreiten**
Nicht nur an der Prüfung sollen die Pferde zufrieden sein und sich wohlfühlen. Dies soll auch der Fall sein auf dem Abreitplatz, also in der Vorbereitungsphase.

AKTUELL

- 8** **Im Gespräch**
Andreas Gäumann blickt auf ein spannendes und abwechslungsreiches Jahr als Präsident des Zentralschweizerischen Kavallerie- und Pferdesportverbands – kurz ZKV – zurück und spricht über die Herausforderungen der Zukunft.
- 12** **Mentale Gesundheit**
In der heutigen Zeit ist es nicht immer einfach, alles unter einen Hut zu bringen. Unsere Expertin verrät einige praktische Tipps und Tricks, um den Alltag zu meistern.

BLICKPUNKT

- 22** **Wahrnehmung Teil 2**
Pferde nehmen – wie wir Menschen auch – über ganz verschiedene Kanäle die Umgebung wahr. Neben den fünf klassischen Sinnen scheinen sie aber auch noch weitere Sinne zu haben. Im zweiten Teil wenden wir uns nun dem Gehör-, Geruchs-, Geschmacks- und Berührungssinn zu. Auch gehen wir in dem Artikel auf die Propriozeption oder Eigenwahrnehmung der Pferde ein und lassen die Expertin und Tierärztin Selma Latif zu dem Thema zu Wort kommen.

Titelbild:

Porträt von Chiara Voser und ihrer Stute Yasmina (Top Ten im Fotowettbewerb Ende 2022).
© Mélanie Rutsch

Vorschauen mit Bild: blau markiert

Bildquellen auf den jeweiligen Artikelseiten



32 **CC-Unterstützerin ganz persönlich**
 Sie war reine Amateurin und ihr Alltag bestand aus «schaffe, riete, schlafe...».



48 **Pflegeprodukte**
 Wer wissen will, was drin ist, liest Etiketten. Oder legt selbst Hand an.



62 **Alte Hunde**
 Gut umsorgt und passend unterhalten. Wertvolle Zeit mit deinem Vierbeiner.

EPISODEN

- 32** **Horsewoman von A bis Z**
 Doris Weidmann ist wohl den meisten in der Vielseitigkeitsszene bekannt. Früher Meisterschaftsreiterin, setzt sie sich auch heute noch für den CC-Sport ein.
- 36** **Ostschweizer Traberclub**
 Rückblick und Ausblick zum 40. Geburtstag.
- 40** **Abenteuer Transsilvanien**
 Eine «Zeitreise» zu Pferd.

HUMOR

- 46** **Glosse: «Könnte es sein,...»**
 Manchmal kommt «hoher» Besuch vom Amt, nicht immer mit gesundem Verstand...

PRAXIS

- 48** **Pflegeprodukte für Sensible**
 Wir verraten unsere Lieblingsprodukte und sogar einfache Rezepte zum Selbermachen.
- 52** **Top-Thema Nachhaltigkeit**
 Wie steht's eigentlich mit dem ökologischen Fussabdruck von Rösselern? Eine Studie gibt Antwort.
- 56** **Biomechanik**
 Harmonie des Pferd-Reiter-Paares dank Übungen.

HUNDE

- 62** **Oldies but Goldies**
 Wie Hunde am besten gesund und fit altern, erklärt die Autorin dieses Buchauszugs.

IN DIESER AUSGABE

- 3 Editorial
- 20 PR Spezial – Kurse etc.
- 46 Humor/Glosse
- 51 PR Spezial – Pflege
- 61 Für Sie gesehen
- 69 Preisrätsel
- 70 Berichte & Vorschauen
- 74 TV-Tipps
- 76 Agenda
- 77 Marktnotizen/-anzeigen
- 82 Impressum

Kavallo-Kontakte

Redaktion: Tel. 062 886 3395
 redaktion@kavallo.ch

Anzeigen: Tel. 055 245 10 27
 anzeigen@kavallo.ch

Abonnement: Tel. 062 886 3366
 kavallo@kromerprint.ch

Biomechanische Aspekte des Pferd-Reiter-Paares

Ein Pferd mit seinem Reiter im Gleichgewicht und in vollkommener Harmonie ist eine Augenweide. Kein einfaches Unterfangen, denn es spielen viele Komponenten mit. Allein schon die biomechanischen Faktoren beider Lebewesen sind nicht zu unterschätzen. Mit einigem Wissen und ein paar praktischen Tipps können Pferd-Reiter-Paare besser werden.

Text **Brigitte Stebler, Tierphysiotherapeutin mit eidg. Diplom**

Wenn wir uns mit der engen Beziehung zwischen Reiter und Pferd befassen, fallen verschiedene Aspekte auf. Grob gesagt, haben wir folgende wichtige Punkte:

- Wir haben zwei unabhängige Körpersysteme.
- Sie sind unabhängig, aber stehen eng in Beziehung.
- Wir haben unterschiedliche und doch ähnliche biomechanische Voraussetzungen.
- Es treffen zwei unterschiedliche Verhaltensweisen aufeinander.

Zwei unabhängige Körpersysteme

Das Pferd bewegt sich unter dem Reiter und der Reiter auf dem Pferd. Bewegen sich die zwei Individuen miteinander? Oder eventuell gegeneinander? Oder sind sie vollkommen voneinander los-

gelöst und bewegen sich unabhängig voneinander? Was ist unser Ziel?

Wir möchten zwei individuelle Körpersysteme, die miteinander in Balance und Einklang sind und sich miteinander harmonisch bewegen. Sie stören sich keinesfalls, sondern unterstützen sich, ein gemeinsames Gleichgewicht zu finden und sich darin zu bewegen.

Wie ist das möglich? Was sind die Voraussetzungen?

Das Pferd löst seine Vorwärtsbewegung initial durch die Gewichtsverlagerung nach vorne aus der Unterstützungsfläche hinaus. Den Input gibt die eine Hinterhand bzw. die Verlagerung des Kopfs und Halses nach vorne. Die Bewegung geht durch den Körper/

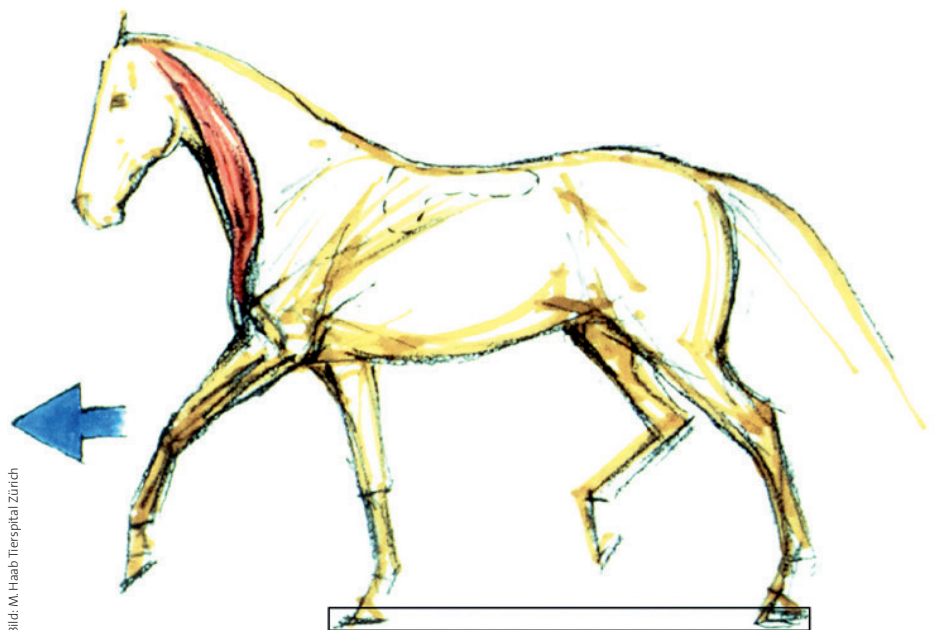


Bild: M. Haab, Tiererspital Zürich

Die Unterstützungsfläche wird durch die vier Hufe auf dem Boden gebildet. Um eine Bewegung einzuleiten, muss das Pferd sein Gewicht nach vorne aus der Unterstützungsfläche herausbringen. Der Schub dazu wird von hinten initiiert.

Rücken hindurch wie eine dreidimensionale Welle. Dadurch wird der Körper des Reiters auch in einer dreidimensionalen Bewegung erfasst. Sein Lenden-Becken-Bereich macht die gleiche Bewegung wie die des Pferdes. Der Rumpf obendrauf muss die Bewegung neutralisieren und in sich stabil bleiben – eine grosse koordinative Herausforderung.

Damit der Reiter diesen Ansprüchen genügen kann, muss er gleich wie das Pferd einerseits genug mobil sein im Lenden-Becken-Bereich und andererseits genug Stabilität im Rumpf aufweisen, damit sich auf diesem der Kopf-Arm-Komplex wieder unabhängig bewegen kann.

Biomechanische Voraussetzungen

Beweglichkeit versus Stabilität ist genau wie beim Pferd ein grundlegender Faktor. Es muss sich im Rumpf stabilisieren und gleichzeitig die nötige Bewegung zulassen. Die Pferdewirbelsäule hat im Schritt den grössten dreidimensionalen Bewegungsausschlag. Das heisst, es gibt eine Bewegung auf und ab der Kruppe und des Widerrists

im Wechsel. Weiter eine horizontale «Schlangenbewegung» mit einem oder zwei Bögen, je nachdem, welches Beinpaar in der Zweibeinstütze Gewicht aufnimmt. Diese Seitwärtsbewegung wird immer von einer Rotation des Brustkorbs begleitet. Diese Wellenbewegung durch den Rücken setzt sich im Hals fort. Das bedingt, dass die Reiterhand den Hals des Pferdes so freilässt, dass er diese Bewegung ausführen kann. Behindern wir diese oder verhindern sie sogar, fehlt dem Pferd der Ausgleich der dreidimensionalen Bewegung und der Schritt verliert stark an Qualität. Der Hals des Pferdes ist seine Balancierstange und seine Kompensation, um sein Gleichgewicht zu halten und sich harmonisch vorwärtszubewegen.

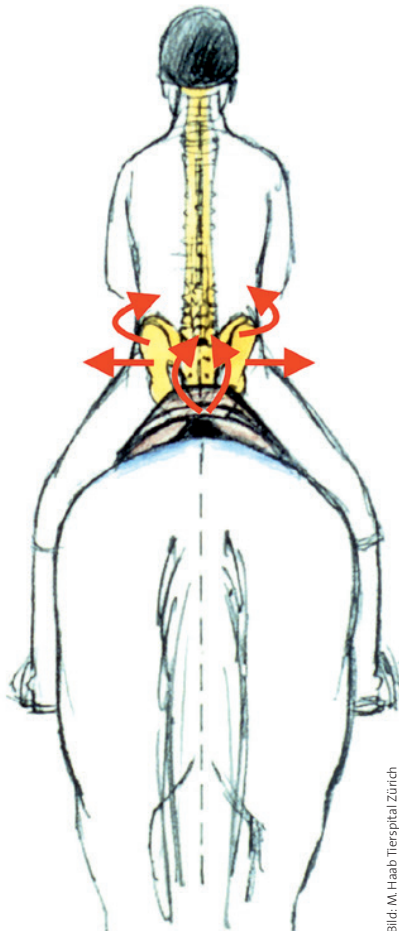


Bild: M. Haab Tierspital Zürich

Das Becken des Reiters macht eine dreidimensionale Bewegung wie die des Pferdes. Es gibt eine Vor- und Rückbewegung, eine Seitwärtsneigung und eine Rotation im Lenden-Becken-Bereich. (links)

Der Pferderücken bewegt sich im Schritt wie eine Welle durch den Raum. Es gibt abwechslungsweise eine C-Biegung oder eine S-Biegung in der Wirbelsäule, je nachdem, welches Beinpaar (das seitliche oder das diagonale) in der Zweibeinstütze stützt. (rechts)

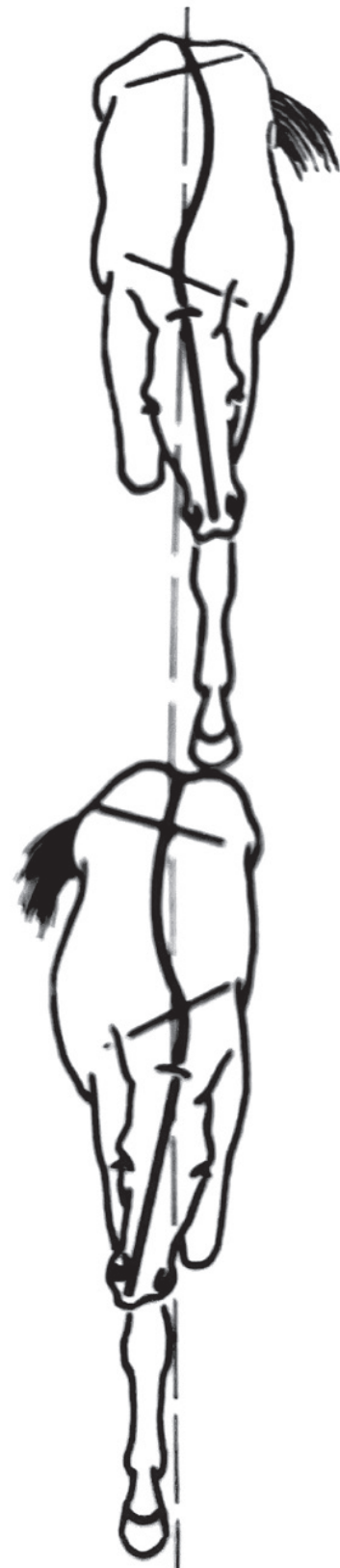
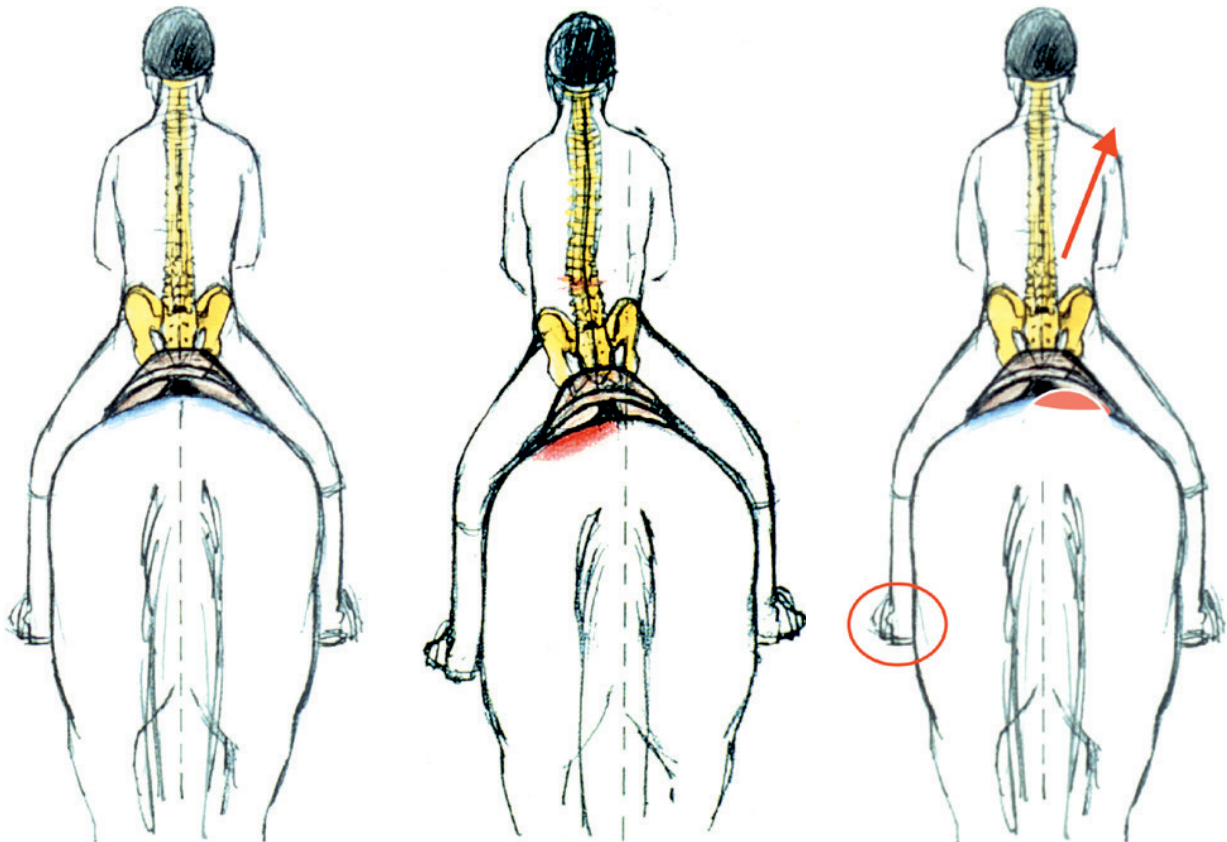


Bild: Nickel, Schummer, Seifert, Lehrbuch der Anatomie





Bilder: M. Haab Tierhospital Zürich

Bedingt durch die dreidimensionale Bewegung des Pferdes und des Reiters gibt es nur im symmetrischen Stand eine gleichmässige Belastung von rechter und linker Gesässhälfte und des Pferderückens. In jeder Phase der Vorwärtsbewegung ergibt sich jeweils eine rechts- bzw. eine linksbetonte Belastung. Je besser die beiden Körpersysteme aufeinander ausgerichtet sind, desto ausgeglichener wird die Gewichtsverteilung von rechts und links. (links)

Wenn der Reiter in seiner Hüfte einknickt, belastet er die gegenüberliegende Seite stärker. (Mitte)

Kippt der Reiter den Oberkörper zur Seite, dann belastet er auf der gleichen Seite das Gesäss stärker. Bitte beachten, dass oft das Fussgelenk auf der Gegenseite deutlich steifer ist oder steifgehalten wird und der Reiter sich durch diesen Fuss in der Bewegung blockiert und sich dadurch zur anderen Seite schiebt. (rechts)

Im Trab sind diese Bewegungen deutlich herabgesetzt und im Galopp gibt es vermehrt die Auf-/Ab-Bewegung und eine einseitig betonte Seitbewegung mit Rotation.

Der Schritt ist die Gangart, die am meisten mobilisierend ist, sowohl für den Pferderücken als auch für den Lenden-Becken-Bereich des Reiters. Dieser muss sich frei bewegen können, um die Bewegung des Pferdes aufzunehmen und zuzulassen. Er darf/sollte sie nicht abblocken und dadurch behindern. Das heisst, sowohl Reiter als auch Pferd – also beide Körpersysteme – müssen möglichst frei beweglich, in sich stabil und in Balance sein. Das wäre die Ideal-situation, die wir verfolgen wollen.

Interaktion des Sattels

Nun gibt es noch einen weiteren Faktor zwischen diesen zwei Systemen: der Sattel. Er kann fördern, behindern

oder neutral sein. Je nachdem, was wir wünschen (Mobilität oder Stabilität), kann der Sattel etwas verändert werden in seiner Ausführung. Natürlich nur innerhalb einer Toleranzgrenze. Grundsätzlich muss er für das Pferd und den Reiter optimal passen. Mit Studien konnte man z.B. aufzeigen, dass die Form bzw. die Ausführung der Pauschen einen erheblichen Einfluss auf die Stabilität des Reiters hat und somit auf die Beweglichkeit des Pferderückens. Harte Pauschen lassen den Pferderücken weniger schwingen als Pauschen, die durch den Druck des Reiters leicht verformbar sind. Die Schwingung im lumbalen Teil des Pferderückens wird grösser und auch die Bewegung der Extremitäten. Dafür sitzt der Reiter ruhiger und in besserer Balance.

Messungen haben ebenfalls aufgezeigt, dass ein Sattel, der zur Seite

A Koordination: Arme verschränken – einmal rechte Hand oben, einmal linke Hand oben.

B Beweglichkeit/Koordination: Schultern rechts – links drehen ohne Kippbewegung des Rumpfes und ohne Mitbewegung des Beckens.

C Beweglichkeit/Koordination: abwechselungsweise ein Knie weiter nach vorne schieben als das andere. Oberkörper bleibt ruhig. Steigerung: wenn rechtes Knie nach vorne geht, geht gleichzeitig rechte Schulter zurück (= öffnen der Seite auf der Linksvolte). Linkes Knie ist hinten und linke Schulter vorne (= schliessen der Seite auf der Linksvolte).

D Beweglichkeit/Koordination: abwechselungswises Anheben des Gesässes möglichst ohne seitlichen Shift.



rutscht, im seltensten Fall durch den Reiter dorthin geschoben wird, sondern viel eher eine Asymmetrie des Pferdes in seinem Bewegungsablauf den Sattel auf eine Seite schiebt. Das heisst, in dem Fall ist das Bewegungssystem des Pferdes zu überprüfen.

Weiter konnte man auch aufzeigen, dass ein Reiter, der in der Hüfte einknickt, mehr Belastung auf der gegenüberliegenden Sitzfläche zeigt. Im Gegensatz dazu hat ein Reiter, der seinen Oberkörper zur Seite kippt, mehr Belastung auf der gleichen Seite. Dieses Kippen wird oft aus dem Fussgelenk der Gegenseite ausgelöst. Der Fuss ist oft starrer im Bügel als auf der Gegenseite. Das zeigt auf, dass der Reiter nicht nur im Lenden-Becken-Bereich mobil sein muss, nein, auch seine Fussgelenke dürfen nicht starr und steif sein. Für mich ist oft der Grund des Übels eines steifen Sitzes in



>>



den Fussgelenken zu suchen. Raus aus den Bügeln und schon sitzt der Mensch deutlich mittiger und lockerer!

Zwei unterschiedliche Verhaltensweisen

Das Pferd als Fluchttier und der Mensch als Raubtier bzw. als Jäger und Sammler haben ganz unterschiedliche Verhaltensweisen. Das Pferd flieht in einer Gefahrensituation und macht sich sofort bereit dazu, wenn es eine vielleicht auch nur gemeinte Gefahr wittert. Der Mensch macht das Gegenteil: Er hält fest, krallt sich bei Gefahr fest an dem, was er in der Nähe hat. Eine Gegebenheit, die wir uns als Reiter immer wieder vor Augen führen müssen. Wir können logisch denken und müssen uns dem Pferd anpassen. Was heisst das im Alltag? Statt festzuhalten, sollten wir uns zum Loslassen entscheiden. Nicht Zügel mit mehr Gripp kaufen, sondern solche, die auch ohne Probleme durch unsere Hände laufen können wenn nötig und dem Pferd den Hals freigeben. Je eingengerter das Pferd sich bei Gefahr fühlt, desto unsicherer wird es und desto stärker sein Fluchttrieb.


Unsere Beweglichkeit, Koordination und Balance können wir mit einfachen Übungen, die wir in den Alltag integrieren können, stark fördern und so das Pferd wesentlich unterstützen in seiner Performance. Die Abbildungen A bis E zeigen eine kleine Auswahl.

Take-home message

Ohne fitten Reiter kein fittes Pferd – beide Körpersysteme müssen zusammen in Balance und Harmonie sein.

Wer mehr zum Thema erfahren möchte, sollte sich den 9. Juni 2024 vormerken. Dr. Russell MacKechnie-Guire aus England, seines Zeichens Doktor der Pferde – Biomechanik und engagierter Forscher auf dem Gebiet

E Beweglichkeit/Koordination: Seitsitz links und rechts.

Interaktion Reiter – Sattel – Pferd, wird in einem Workshop das Thema Horse – saddle – rider interaction: understanding the complexities (Die Interaktion zwischen Pferd, Sattel und Reiter: Verständnis der komplexen Zusammenhänge) im Detail beleuchten. 

Weitere Details finden Sie unter <https://svtpt-tierphysio-congress.ch>

oder



Weitere Information und Therapeutenverzeichnis unter www.svtpt.ch



SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR TIERPHYSIOTHERAPIE®
 FÉDÉRATION SUISSE DE PHYSIOTHÉRAPIE POUR ANIMAUX
 FEDERAZIONE SVIZZERA DELLA FISIOTERAPIA PER ANIMALI
 FEDERAZIUN SVIZRA DELLA FISIOTERAPIA PER BES-CHAS