



# Winter ade! Fit in die neue Saison!

Der Winter liegt hinter uns. Die langen Abende in der dunklen Jahreszeit laden dazu ein, sich der Planung der neuen Saison zu widmen. Die ersten Turniertermine werden veröffentlicht, sodass hier schon fleißig geplant werden kann. Jahresurlaube werden eingezeichnet, die vielleicht ganz im Zeichen der Pferde stehen sollen, zum Beispiel für eine Wanderfahrt. Aber egal welches Ziel Sie als Gespannfahrer verfolgen, ob Turnier- oder Breitensport, am Anfang allen Strebens steht das Frühjahrstraining der Pferde.

## Die Pferde im Winter

Wer bei schlechter Witterung auf eine Halle zurückgreifen kann, darf sich glücklich schätzen. Die Pferde können in regelmäßiger Arbeit bleiben, d.h. Bodenarbeit, Longen- und Doppellongentraining, sowie das Reiten, können eingebunden werden. So ist es möglich die Pferde nicht nur in Kondition zu halten, sondern sie zu gymnastizieren und vorhandene Defizite zu korrigieren. Der Fahrer, der in der Winterzeit keine Halle zur Verfügung hat, ist klar im Nachteil. Je nach Wetterlage sieht es mit dem Training meist sehr bescheiden aus. Ist also keine Möglichkeit vorhanden, die Pferde zu arbeiten, darf man seinem Pferd gerne auch mal eine Auszeit gönnen. Das heißt aber noch lange nicht Boxenruhe. Das Pferd ist ein Bewegungstier. Schön wäre ein ganztägiger Koppelgang, denn dieser hält die Pferde in einer gewissen Grundkondition. Auch wenn sich die Pferde nur mäßig bewegen, so wird doch den ganzen Tag über der Bewegungsapparat leicht beansprucht und dadurch auch gekräftigt. Durch ausgedehnte Schrittausfahrten an schönen Wintertagen können wir die Grundkondition noch mehr fördern.

## Der Frühling naht

Die Tage werden langsam länger und die ersten warmen Sonnenstrahlen geben uns neue Motivation, mit dem Training unserer Pferde zu beginnen.

Doch was bedeutet Training überhaupt? Auf was müssen wir achten? Wie gestalten wir das Training? Und welche Möglichkeiten bieten sich?

## Gesundheit der Pferde

Bevor wir mit dem eigentlichen Training beginnen, sollten wir unseren Partner Pferd durchchecken, d.h. den Allgemeinzustand des Pferdes überprüfen. Wie ist der Gesamteindruck? Fühlt es sich rundum wohl? Wie sehen Hufe und gegebenenfalls der Hufbeschlag aus?

Dies alles ist mindestens genauso wichtig wie die Kontrolle der Zähne durch einen Tierarzt. Zahnprobleme beeinflussen die Kooperation des Pferdes und schlagen sich auf die Anlehnung, also die Verbindung zwischen Fahrerhand und Pferdemaul, nieder. Impfungen und Wurmkuren in regelmäßigen Abständen durchs Jahr hindurch sollten selbstverständlich sein und überprüft werden. Ebenso müssen anderweitige körperliche Beschwerden vor Trainingsbeginn klar ausgeschlossen



werden. Die Fütterung sollte entsprechend der Arbeit und Futtermittelverwertung des Pferdes angepasst werden. Eine sehr gute Raufutterqualität ist das A und O. Hinzu kommt noch die leistungsgerechte Kraftfuttergabe. Steigert man die Leistung, muss auch die Kraftfuttermittellation überdacht und entsprechend gesteigert werden. Sicherlich hat jeder hier seine eigene Philosophie und Futtermarke auf die er schwört. Nur als Hinweis: Ein guter Hafer enthält alle wichtigen Inhaltsstoffe, die ein Pferd braucht. Ansonsten gilt „Das Auge füttert mit!“ Das heißt, dass jedes Pferd seine individuelle Ration erhalten muss. Nicht zu vergessen wäre gerade im Frühjahr noch der Fellwechsel! Dieser muss unbedingt in die Pferdefütterung mit einbezogen werden, da er enorm viel Energie kostet. Hier wirken sich kaltgepresste Öle positiv zur Unterstützung des Fellwechsels aus. Und noch etwas: Futtermittelstellungen müssen langsam erfolgen. Ist das Pferd also rundherum gesund und gut versorgt, können wir mit unserem Training beginnen.

## Das Basis- und Aufbaustraining

Um ein Pferd leistungsgerecht zu trainieren, muss jedes Pferd individuell betreut werden. Das Trainingsprogramm sollte auf das einzelne Pferd abgestimmt sein und es muss genügend Zeit eingeräumt werden, um keine Überbelastung hervorzurufen. Das Training sollte also mit Sinn und Pferdeverstand angegangen werden.

## Was passiert beim sogenannten Training?

Im Training, gerade beim Aufbaustraining, werden Skelettmuskulatur, Bewegungsapparat und Kreislauf durch die Übungseinheit belastet. Diese Belastung stellt eine kurzfristige Überbelastung dar, auf die der Körper mit einem sogenannten Trainingsreiz reagiert. Um diesen Trainingsreiz zu erhalten, werden die Einheiten kontinuierlich leicht gesteigert. Der Organismus des Pferdes stellt sich darauf ein. Besser gesagt, er verändert sich. Das Pferd bekommt mehr Kondition. Das Leistungsvermögen, also Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Schnelligkeit, erhöht sich. Pferde müssen so trainiert werden, dass sich Muskeln und Sehnen in einem guten Verhältnis zueinander aufbauen. Wir wollen nicht, dass sich die Muskeln zu schnell entwickeln und die dann im Verhältnis dazu schwachen Sehnen dies nicht aushalten. So können Lahmheiten entstehen! Während des Trainings sollte man also beobachten können, dass



Um erfolgreich ein Turnier fahren zu können, muss das Pferd gut trainiert sein