

**DRESSUR** *Studien* **FAIR** *zum Pferd*  
**CAMPUS**

**Das Praxis-Heft II:  
Junge Pferde**

**Hypermobilität:  
Überbeweglich in  
Körper und Geist**

**Michael Geitner:  
„Keep it simple“  
am Boden**

**Benjamin Werndl:  
„Gleichgewicht steht  
über allem.“**

**Sabine Mosen:  
Reiterhilfen für  
das junge Pferd**

SERIE  
**DAS  
AUGE  
SCHULEN**  
SERIE

Jahrgang XV | ISSN 1860-3963



Das Magazin zur Aus- und Weiterbildung von Reiter und Pferd  
[www.dressur-studien.de](http://www.dressur-studien.de) | [www.fair-zum-pferd.de](http://www.fair-zum-pferd.de)



## **Reiterhilfen für das junge Pferd: Wie die Vokabeln einer Fremdsprache**

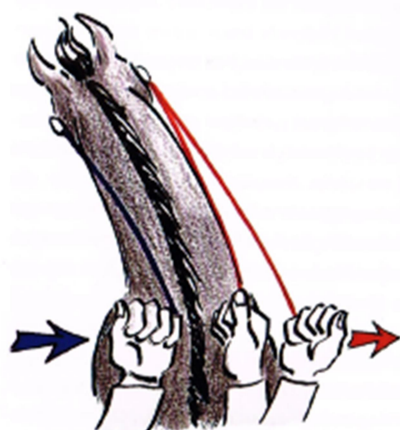
**„Erst müssen Lenkung und Bremse funktionieren, dann kann man das Gaspedal treten.“ So veranschaulicht Sabine Mosen ihre Herangehensweise bei der Jungpferdeausbildung. Sabine Mosen ist Master Instructor der Ecole de Légèreté und bildet Pferde, Reitschüler und andere Reitlehrer nach der Methode von Philippe Karl aus. Die reiterlichen Wurzeln der Pferdewirtschaftsmeisterin Zucht und Haltung liegen in der klassischen Reitweise nach den Prinzipien der FN, doch seitdem sie 1998 mit Philippe Karl in Kontakt kam, ist sie von der Philosophie der Légèreté und ihrem logischen Ausbildungsplan fasziniert.**

Diesen Plan legt Sabine Mosen natürlich auch bei der Jungpferdeausbildung zugrunde. „Grundsätzlich zeichnet die Ecole de Légèreté aus, dass die Hilfen strikt getrennt werden und somit verständlicher für das Pferd sind. Dies entspricht auch wissenschaftlichen Erkenntnissen zum Lernverhalten der Pferde“, erklärt die Ausbilderin. Im ersten Jahr der Ausbildung gehe es hauptsächlich darum, dem jungen Pferd diese Reiterhilfen Schritt für Schritt wie die Vokabeln einer Fremdsprache beizubringen. Neue Hilfen und Lektionen werden zunächst vom Boden aus und dann unter dem Sattel trainiert. Immer wird das junge Pferd an der Longe aufgewärmt und außerdem je nach Bedarf während einer Trainingseinheit zwischen Arbeit an der Longe, am Kappzaum, an der Hand oder unter dem Sattel gewechselt. „Junge Pferde reite ich maximal drei- bis viermal in der Woche, darüber hinaus gehen sie auch mal ins Gelände oder machen nur Bodenarbeit. An den anderen Tagen haben sie frei“, sagt Sabine Mosen.

### **Die Grundschule der Hilfen**

Bevor Sabine Mosen das erste Mal aufsteigt, hat das junge Pferd zunächst an der Longe die grundlegenden Kommandos, die Körpersprache, die Peitsche und alle Ausrüstungsgegenstände kennengelernt. Dies geschieht immer ohne Ausbilder, das Gebiss wird höchstens zusätzlich zum Kappzaum eingeschnallt, damit das Pferd sich daran gewöhnt. Parallel zur Longenarbeit beginnt Sabine Mosen mit der Grundschule der Hilfen durch die Arbeit an der Hand. „Die Biege- und Abkauübungen sind der erste Punkt auf dem Lehrplan. Das Pferd soll Vertrauen zum Gebiss aufbauen und lernen, es zu akzeptieren und im besten Fall zu genießen.“ Im Halten hebt sie das Gebiss leicht in Richtung der Maulwinkel an, um die Zunge zu mobilisieren und das Zungenbein zu lockern. Diese Grundübung ist deshalb so wichtig, weil das Zungenbein durch einen Muskel- und Bänderapparat mit Muskelsträngen verbunden ist, die sich zum Genick, zum Brustbein und bis zur Schulter fortsetzen.

Bei den Übungen im Halten achtet Sabine Mosen auf einen möglichst geschlossenen, ausbalancierten Stand und auf eine natürliche Kopfhaltung mit offenem Genickwinkel. „Wenn das Pferd zu entspannt mit tiefem Kopf dasteht, fordere ich es mit einem Demi-



Arrêt auf, den Kopf etwas zu heben und aufmerksam zu sein. So lernt das Pferd schon die ersten Vokabeln, bevor ich überhaupt aufsteige.“ Wichtig sei schon jetzt, dass jedem Demi-Arrêt ein Descente de Main, also ein Sinkenlassen der Hand zur Überprüfung der Selbsthaltung, folge.

Als Nächstes erarbeitet sie die – vorsichtige – Biegung des Halses im Halten zu beiden Seiten bis maximal 90 Grad, jeweils gefolgt von einer Dehnung in die Tiefe. Gerade bei jungen Pferden verwendet Sabine Mosen gern eine Schenkeltrense, weil sie ruhig im Maul liegt und durch die seitliche Einwirkung die Biegearbeit erleichtert. „Durch das Biegen dehne ich die jeweils äußere Seite und lockere die Muskulatur. Die meisten Pferde nehmen nach der Biegung die Dehnung in die Tiefe dankbar an und lernen so schon im Halten, der Reiterhand in alle Richtungen zu folgen.“ Am Anfang dürfen sich die Pferde so tief strecken, wie sie möchten. In der weiteren Ausbildung begrenzt die Ausbilderin je nach Exterieur die Dehnung: „Ein von Natur aus vorhandlastiges Pferd lasse ich sich eventuell nur bis auf Höhe des Buggelenks dehnen, um die Balance nicht stärker zu stören. Ein Pferd mit sehr hohem Halsansatz – wie zum Beispiel einen Fräsen – lasse ich deutlich weiter in die Tiefe.“

Sitzen die Übungen im Halten, geht es an der Hand in der Bewegung weiter: Die ersten Aufgaben sind Antreten und Anhalten geradeaus, Wendungen und schließlich das Gehen in Biegung, geradeaus auf dem Hufschlag in höherer Position. Nach jeder Übung wird dem Pferd Gelegenheit gegeben, sich zu dehnen, um sicherzugehen, dass es sich nicht verspannt hat und man in der Arbeit mit ihm noch auf dem richtigen Weg ist. „Hiermit trainiere ich die Balance, die Durchlässigkeit und die Beweglichkeit des Pferdes. Ist ein Pferd allerdings schon von Natur aus sehr beweglich und eher hypermobil, mache



ich diese Übung nicht zu oft“, achtet Sabine Mosen auf ein individuell angepasstes Training.

Sobald das Pferd die grundlegenden Zügelhilfen verstanden hat, beginnt die Ausbilderin mit der Arbeit aus dem Sattel. Zunächst wird die Impulsion trainiert, also die sofortige Reaktion auf den aktiven, unsichtbaren Schenkeldruck. **„Hierbei muss ich sehr konsequent sein und darauf achten, dass ich das Bein wirklich nur einmal einsetze und die Hilfe dann gegebenenfalls mit der Gerte verstärke. Reagiert das Pferd, muss ich die treibende Hilfe sofort aussetzen, quasi als negative Verstärkung.“** Darüber hinaus gehören bei den ersten Einheiten aus dem Sattel die gleichen Abkau- und Biegeübungen zum Programm, die bereits im Vorfeld vom Boden aus trainiert wurden.

### Schulung der Flexibilität

Ein wichtiger Punkt auf dem Lehrplan von Sabine Mosen ist die Verbesserung der Flexibilität, womit die Biegsamkeit, die Beidhändigkeit und die Geraderichtung gemeint sind. **„An diesen Punkten arbeite ich mit dem anliegenden und öffnenden Zügel, der Konterbiegung sowie der Schulterkontrolle“**, erklärt sie. Auch der häufige Wechsel zwischen den Gangarten wird jetzt ein wichtiger Bestandteil der Trainingseinheiten: Übergänge zwischen Trab und Schritt, Trab-Galopp- und auch Schritt-Galopp-Übergänge kann sie schon relativ früh abfragen. Galopp-Schritt-Übergänge kommen jedoch erst später, weil sich das Pferd hier im Galopp schon sehr stark setzen muss, damit es in der Parade nicht auf die Vorhand fällt. **„Das Prinzip ‚Balance vor Bewegung‘ ist in der Ausbildung von jungen Pferden und in der gesamten Schule der Légèreté extrem wichtig“**, betont die Ausbilderin. Denn falsch gerittene Übergänge seien ein häufiger Fehler im ersten Ausbildungsjahr: **„Die Paraden werden zu früh mit gerundetem Genick geritten, ohne dass das Pferd schon die entsprechende Balance hat. Dadurch kommt es im Übergang auf die Vorhand.“** Stattdessen müsse das Pferd zuerst lernen, beim Übergang Last auf der Hinterhand aufzunehmen, auch wenn es dabei zunächst vor die Senkrechte komme.

### Schulterkontrolle durch Wendungen in Konterbiegung

Eine sehr wichtige Übung für das Erarbeiten der Schulterkontrolle und der Geraderichtung ist die Wendung mit anliegendem Zügel, betont Sabine Mosen. **„Hierbei wird das Pferd in der Wendung gegen die Bewegungsrichtung gebogen – wie bei einer Kehrtvolte oder später einer Kurzkehrtwendung in Konterbiegung. An der Hand kann ich diese Wendung sowohl von mir weg, als auch auf mich zu einleiten. Dies erfordert schon ein gutes Verständnis der Hilfen.“** Der nächste Punkt auf dem Lehrplan sind die Seitengänge. Diese erarbeitet Sabine Mosen ebenfalls vom Boden aus und beginnt zum Beispiel mit dem Übertreten in der Volte auf vier Hufschlägen, bei dem sowohl die Vorder- als auch die Hinterbeine kreuzen. So wird die Rücken- und Lendenmuskulatur entspannt. Ist das junge Pferd schon etwas weiter fortgeschritten, beginnt Sabine Mosen bei den Übungen, die bisher noch in natürlicher Haltung mit offenem Genickwinkel absolviert wurden, das Genick vermehrt zu runden. **„Beim jungen Pferd muss ich mit der Hand dem**

Maul folgen. Hebt das Pferd den Kopf, weil es irgendwo hinschaut oder sich ausbalanciert, muss ich meine Hand ebenfalls heben. Denn ich will immer mit dem Gebiss auf die Maulwinkel einwirken und nicht auf die empfindlichen Laden, damit das Pferd das Vertrauen in das Gebiss behält und gar keinen Grund hat, sich dagegen zu wehren. Die Hand muss ruhig sein im Bezug zum Pferdemaul, erst später mit fortgeschrittener Ausbildung wird sie ruhig im Bezug zum Widerrist.“

Sobald sich das junge Pferd im Galopp unter dem Reiter gut ausbalancieren kann, übt Sabine Mosen kurze Reprisen im Kontergalopp. „Das junge Pferd kennt ja bereits Wendungen in Konterbiegung in allen drei Gangarten. Deshalb kann ich relativ früh den Außengalopp nutzen, um die Geraderichtung zu verbessern. Bei manchen Pferden kann das schon nach zwei Monaten unter dem Sattel der Fall sein.“ Verstärkungen setzt Sabine Mosen hingegen nicht ein. „Spektakulären Mitteltrab oder Mittelgalopp gibt es bei uns im ersten Jahr gar nicht. Wenn überhaupt wird der Rahmen erweitert und die Schritte, Tritte und Sprünge verlängert werden. Das entfachte Vorwärts muss ich mit leichten Hilfen auch wieder einfangen können.“

Die Beizäumung ist einer der letzten Punkte der Ausbildung im ersten Jahr. **„Natürlich ist es umso besser, je früher ich das Pferd in korrekter Haltung gymnastizieren kann. Aber es muss eben auch dazu bereit sein“, betont Sabine Mosen.** Aus der natürlichen Grundhaltung, losgelassen, das Genick am höchsten Punkt leicht vor der Senkrechten mit mobilem Unterkiefer und der jederzeit möglichen getragenen Dehnungshaltung entwickelt Sabine Mosen kurze Reprisen, in denen sie das Pferd beizäumt (Ramener). „Hier muss ich darauf achten, dass ich dem Pferd die Beizäumung erlaube und es sich nicht vorher hinter der Hand verkriecht“, warnt Sabine Mosen vor einem häufigen Fehler. „Der springende Punkt ist, wer den Kontakt erleichtert – das Pferd oder der Reiter. Gibt das Pferd den Kontakt auf, zeigt dies, dass es die Verbindung zur Hand vermeiden will.“ Grundsätzlich hinterfragt Sabine Mosen bei jedem Ausbildungsschritt und bei jeder Trainingseinheit die Leichtigkeit und überprüft den Grad der Balance, der Entspannung und der Impulsion: „Ein wichtiger Grundsatz bei der Ausbildung nach der Ecole de Légèreté ist, dass die Hilfen vom Pferd immer leicht umgesetzt werden müssen. Ist das nicht der Fall, bin ich einen Schritt zu weit gegangen.“