

Fit durch Zugtraining

Das Zugtraining beim Pferd gehört vermutlich zu den eher unterschätzten Trainingsmethoden für den Konditionsaufbau. „Dabei eignet es sich für jede Pferderasse, für jeden Verwendungszweck und im Grunde auch für jeden Reiter“, sagt die Ausbilderin und Buchautorin Sabine Schweickert. „Unterstützt wird allerdings neben den positiven Effekten auch der Aufwand, der aus Sicherheits- und Effektivitätsgründen zu betreiben ist.“ Gutes und sicheres Zugtraining erfordert in jedem Fall zwei Personen und ein Minimum an Ausrüstung“, erklärt Sabine Schweickert, die auf ihrem Hof regelmäßig Fahrpferde ausbildet und trainiert. „Genau deshalb kann man sich allerdings auch gut mit zwei Personen für das Zugtraining zusammenschließen, sich Ausrüstung teilen und gegenseitig unterstützen.“

Wenn Pferde sich gegen Widerstand bewegen sollen, müssen sie das in der Regel erst lernen, sagt Sabine Schweickert: „Wir bringen unseren Pferden ja eigentlich bei, dass sie dem Druck weichen sollen, beim Ziehen müssen sie aber gerade gezielt dagegen arbeiten.“ Eben diese gezielte Bewegung gegen den Widerstand sei es aber, der das Zugtraining nicht nur für Fahr- oder Rükkepferde zu einer wertvollen Trainingsmethode mache: „Durch Zugtraining entwickelt sich vor allem eine kraftvolle und ausbalancierte Hinterhand, zudem fördert es das Verständnis für alternative Hilfen und bei richtiger Handhabung die Gelenkigkeit des Tieres.“ Ein grundlegendes Missverständnis sei, dass es beim Ziehen gegen Widerstand nur um Kraftentfaltung nach vorn ginge: „Auch Fahrpferde müssen in jeder Richtung beweglich sein und

Praxistipp von Sabine Schweickert

Wer sich für das Zugtraining ein Brustblatt von einem Zweispänner zulegen kann, dieses wunderbar mit der mittleren Gurtstrupe (-struppe) eines Vielseitigkeitssattels verbinden. Interessant zu wissen: Die dritte Struppe am Sattel hat ursprünglich die Funktion der Oberblattstrupe am Kammeckel eines Zweispänner-Fahrgeschirrs. Das wissen die meisten Reiter nicht und deklarieren daher die dritte Gurtstruppe am Sattel immer als Ersatzstruppe, falls eine reißt. Bei der Anspannung „à la Daumont“ wird die Kutsche „vom Sattel aus gefahren“. Das heißt, auf jedem linken Pferd sitzt ein Reiter. Die rechten Pferde sind Handpferde und werden mittels eines Führungszügels von den Reitern gelenkt.



Nicht nur für die Kleinen ein tolles Training. Foto: www.slawik.com

bleiben, nur so können sie auf Dauer ohne gesundheitliche Risiken ihre Leistung bringen. Deshalb sollte man Fahrpferde auch reiten und Reitpferde auch ziehen lassen“, empfiehlt die Trainerin.

Wie also einsteigen in das Zugtraining mit dem eigenen Pferd? „Vor allem mit Plan“, sagt Schweickert. Unverantwortlich gefährlich für Mensch und Tier sei, „einfach mal spontan irgendwas irgendwie hinten an das Pferd zu hängen und mit der Zunge zu schmalzen“. Im Gegenteil: „Zum Einstieg nie etwas hinter das Pferd hängen“, warnt Schweickert. Wer sein Pferd noch nie einen Gegenstand habe ziehen lassen, könne im Grunde nicht wissen, wie es reagiert: „Für das Pferd ist ja irgendwann alles neu – die Ausrüstung, die Leinen, die Belastung, die Geräusche.“ Das berge nicht nur große Sicherheitsrisiken, sondern auch die Gefahr, das Pferd im Handumdrehen für das Zugtraining zu verderben: „Wenn einem Pferd einmal etwas von hinten in die Beine geflogen ist, wird es an dieser Art von Training keine Freude mehr entwickeln.“

Aus Sabine Schweickerts Sicht beginnt das Zugtraining deshalb mit einem ordentlichen Brustblatt, Zugsträngen und einer Strangverlängerung. „Die Zugstränge sollten so verlängert werden, dass der Mensch hinter dem Pferd einen Abstand von mindestens zwei Metern hat“. Sie empfiehlt zudem spätestens beim Schleppen von Gegenständen die Verwendung von Patentschähkeln, die sich durch einfachen Zug öffnen und lösen lassen.

Der zweite Trainingspartner übernimmt die Rolle des Longenführers an der Doppel-longe, er „fährt das Pferd vom Boden aus“. Die Hilfengebung kommt also nicht von dem Menschen hinter dem Pferd, sondern vom Longenführer“, erklärt Sabine Schweickert. Er habe die Aufgabe, das Pferd korrekt anzusprechen und zu stellen, während der Partner hinter dem Pferd für das Erzeugen eines sinnvollen und angepassten Widerstands zu-

ständig ist. Das zusätzliche Anhängen von Gegenständen solle man erst erwägen, wenn das Pferd sich an regelmäßiges Zugtraining gewöhnt und sich dabei in unterschiedlichen Situationen bewährt habe. Zudem ist es wichtig, genau auszuwählen, was genau angehängt wird: „Jeder denkt, Reifen seien in jedem Fall ungefährlich“, warnt Sabine Schweickert, „aber davon kann keine Rede sein: Wenn ein Pferd losrennt, können gerade Reifen springen und weit fliegen, im schlimmsten Fall treffen sie dann auch noch das Pferd.“

Ein Mensch hinter dem Pferd habe den Vorteil, dass er auf die jeweilige Trainingssituation – und auch auf ungeplante Situationen – besser und individueller eingehen könne. „Er kann im Zweifel einfach loslassen“, so Schweickert, die aber gerade wegen der Handarbeit ausdrücklich daran erinnert, dass Handschuhe beim Zugtraining Pflicht sind – „und zwar auch für den Longenführer“.

Zugtraining ist Schrittarbeit: „Zu Beginn über zehn bis 15 Minuten, danach mit langsamer Steigerung“, erklärt die Ausbilderin. Auch wenn sich diese Art des Konditionstrainings gerade für solche Pferde lohne, die nicht im Gelände trainiert werden könnten, sei das Zugtraining aber keineswegs auf die Halle beschränkt: „Das kann man prima draußen machen, oder auch richtig im Gelände.“ Wichtig sei jedoch auch hier der Sicherheitsgedanke. In der Praxis stehen viele Variationen zur Verfügung: „Natürlich lassen sich so auch prima Bahnfiguren üben, oder es kann entlang von Pylonen gefahren werden“, so Sabine Schweickert. Das fördere nicht nur die Geschicklichkeit und Beweglichkeit des Pferdes, sondern halte es auch mental wach. Abwechslung ist, wie bei jeder Trainingsmethode, sehr wichtig, ebenso die Haltung: „Wer ordentlich gezogen hat, muss sich im Freilauf auch ordentlich entspannen können“, erinnert Sabine Schweickert. (Nils Michael Becker)

Mehr über **Sabine Schweickert** finden Sie im Internet unter www.fahrtteam-schweickert.de

Lesetipps:

Gine Willrich: „Mit Pferden arbeiten“, BLV, 2000
Michael Koch: „Traditionelles Arbeiten mit Pferden“, Ulmer, 2012

Foto: Andrea Zachrau



Das Fitnessstudio für Pferde

Rehatraining ist nicht mehr nur Ausbildersache: Vielerorts übernehmen Trainingsgeräte die Aufgabe, Pferde während ihrer Rekonvaleszenz wieder fit zu machen. Und der Markt dafür ist recht groß.

Laufband

In vielen Ställen zu finden: Laufbänder werden gern zum gezielten Muskelaufbau eingesetzt. Sowohl Laufgeschwindigkeit als auch -dauer können individuell auf das Pferd abgestimmt werden. Das Laufband ist deswegen eine schonende Trainingsmethode, weil das Pferd ausschließlich geradeaus und gleichmäßig voranschreitet und es so zu keiner Fehlbelastung, beispielsweise in Kurven, kommen kann. Daher ist Laufbandtraining insbesondere für Pferde mit orthopädischen Problemen geeignet. Auch die Laufeigenschaft an sich ist besonders gelenkschonend: So wirbt beispielsweise die Firma Horse Gym 2000 damit, dass der Laufbandboden ihrer Geräte einem natürlich gewachsenen Gras- oder Waldboden gleiche, auf dem die Pferde zu einem gleichmäßigen, planen Abfußen kämen. „Durch diese spezielle Technik wird eine maximale Losgelassenheit und ein sinnvoller Aufbau der Rücken- und Hinterhandmuskulatur erreicht“, erklärt Daniela Fleschhut von Horse Gym 2000. Für Züchter wie Marti-na Neuhaus, die auf ihrem Hagarhof Islandpferde züchtet, ist ein Laufband ein sinnvolles Trainingsgerät für ihre tragenden Stuten: