



## Zum Nachdenken übers Training/ Muskelaufbau

Das Ziel ist ein möglichst optimal trainiertes Pferd unter oder auch neben sich zu haben. (schreibe ich – Pferd - ist immer auch das Pony gemeint☺!)

Die Natur hat uns das Laufwunder Pferd geschenkt, es ist optimal gebaut um optimale Leistung zu bringen, doch müssen wir uns fragen – für welche Leistung ist der Körper des Pferdes überhaupt gemacht?

In erster Linie um durch Ernährung, Fortpflanzung und Flucht zu überleben. Es hat dieselben existenziellen Bedürfnisse wie der Mensch (Ernähren= Essen & Trinken/ weiterführende Existenz durch Nachwuchs). Aber braucht es auch Wärme oder ein Dach über dem Kopf?

Es ist nicht wie wir, um sich sicher zu fühlen, braucht es kein Dach über dem Kopf oder viel Geld auf der Bank, es braucht keine Versicherungen, keinen Kündigungsschutz noch ein abschliessbares Stalltor. Es braucht nur seine Artgenossen welche im Herdenverband durch eine klar geregelte Rangordnung, die nach strengen Verhaltensregeln bestimmt wird. Das gibt ihm Sicherheit, nicht getötet zu werden, wobei es nicht den Tod an sich fürchtet, sondern die oftmals damit verbundenen Angst- und Schmerzzustände. Die Herde gibt dem Pferd Zugehörigkeit (bei uns - ein Verein). In der Herde findet es Kommunikation, Partner-/Freundschaften, den Hengst oder die Stute zur Fortpflanzung (bei uns - die Liebe). Es braucht keine Wertschätzung wie wir, aber es braucht Respekt von anderen Tieren, denn es bringt ihnen gegenüber auch grossen Respekt entgegen, oftmals mit Furcht gepaart, da man ja nie weiss, ob „der einem zum Fressen“ gern hat☺.

Bestimmt braucht es um psychisch gesund zu bleiben auch Freiheit (sich frei zu bewegen), frische Luft, Sonnenlicht, genügend gutes Essen, frisches Wasser, saubere Unterbringung, die Möglichkeit sich mit den passenden Kameraden zu tummeln (=Sozialkontakt) und eine gewisse Unabhängigkeit wie wir sie auch haben!

Auch Selbstverwirklichung kennen Pferde nicht, aber trotzdem haben sie ihre Individualität und einen gewissen Sinn für Gerechtigkeit, denn sie tun nie etwas (Böses oder Gutes) mit Absicht. Es wird ihnen so antrainiert, sie werden auf unsere Kommunikation abgerichtet oder - nennen wir es schöner - ausgebildet.

Da wären wir wieder beim Trainin und einmal mehr stellen wir fest, dass das Pferd nicht zum Reiten oder dem menschlichen Zeitvertreib zuliebe da ist!

Doch weshalb gehe ich so intensiv darauf ein, welche Bedürfnisse das Pferd hat? Ganz einfach, es soll uns klar machen, dass wir selbst die alleinige Verantwortung übernehmen müssen. Wenn wir uns das Pferd zum Zeitvertreib halten, es ist nicht einfach zum Gebrauch da, sondern es soll seinen Bedürfnissen gerecht von uns gehalten und gepflegt werden. Ist unser Pferd verletzt, krank, physisch oder gar psychisch angeschlagen, liegt es in der Hand der Menschen. Der Pferdebesitzer ist der Anwalt für sein Pferd! Die Verantwortung liegt beim Besitzer und ich als Trainerin sehe mich in der Verantwortung, Euch nach meinem besten Wissen und Gewissen zu informieren, Euch Vorschläge zu unterbreiten wie Euer Pferd noch gesunder und zufriedener wird.

Da das Pferd von Natur aus neugierig und sehr aufmerksam ist, gerade was Mimik angeht, ist es einfach ihm unsere „Sprache“ (=menschliche Kommunikation mit dem Pferd) zu lernen. Zudem ist es ein sehr intelligentes Wesen, welches schon fast ein unheimliches Gespür für unsere Launen, unsere Aura, ja unsere Gefühle und die Energiewellen des Universums hat (es nimmt zum Bsp. Schallwellen und Ultrarotwellen wahr).

Diese Dinge wirken sich positiv wie auch negativ auf das Lernverhalten aus. Können wir das Pferd gut lesen (=verstehen, was das Pferd denkt, macht, sieht, hört, uns sagen will) so ist es einfach und es geht relativ schnell bis ein Pferd, das von uns gewünschte Verhalten/Bewegung zeigt. Wir müssen das Lernverhalten des Pferdes kennen. Ist die Kommunikation des Menschen schon schlecht, fehlt das Verständnis fürs Pferd, so hat dieses auch schnell begriffen wie es sich anstrengenden oder langweiligen Lektionen entziehen kann!

Um ein Pferd zu trainieren braucht es nicht nur enormes Wissen über das Verhalten des Pferdes, sondern noch viel mehr über die Anatomie des Pferdekörpers. Ein guter Trainer weiss über seinen Schützling mehr als der Auszubildende über sich selbst. Nur so ist ein vollumfänglicher Erfolg gewährleistet. Hinzu kommen immer noch die Individualität, die individuellen anatomischen, psychischen Gegebenheiten sowie die äusseren Einflüsse. Dies sind Krankheit, Unfall, der Einfluss Dritter, Umwelteinflüsse jeglicher Art sowie unser eigenes Befinden!

Nun jedoch genug der appellierenden Worte an Eure wissensdurstigen Hirne. Auf zum Muskeltraining, welches für Physis und Psyche wohl eines der wichtigsten Trainings überhaupt ist!

Danke - auch im Namen der Pferde - fürs Lesen,



Eure Rosi

