

RIDE

WITH A SMILE

DAS MAGAZIN FÜR PFERDEMENSCHEN, DIE
DIE WELT DER PFERDE SCHÖNER MACHEN WOLLEN

NEUES BEI RIDE WITH A SMILE

2024 wird GROSSARTIG!
Schau rein, was in nächster Zeit
entstehen wird!

DAS RICHTIGE GRUNDTEMPO IST DER ERSTE SCHLÜSSEL ZUM GESUNDEN PFERD

Das richtige Grundtempo bzw. der Takt wird
leider sehr unterschätzt, dabei ist es das
Fundament für alle weiteren Schritte.

Ann Katrin Querbach

Ausgabe 1/24


In dieser Ausgabe

- 1 Das richtige Grundtempo** Seite 4

Das richtige Grundtempo wird leider sehr unterschätzt, dabei ist es das Fundament für alle weiteren Schritte.
- 2 NEU** Seite 7

2024 wird großartig! Schau mal rein, was es Neues gibt.
- 3 Demnächst** Seite 11

Du erhältst einen kleinen Ausblick über die nächsten online Seminare, denn der März beginnt schon mit dem richtigen Takt. ;)

The background of the page features a soft-focus bokeh of warm, golden light spots. In the lower half, a hand is shown holding a glowing, cracked sphere that resembles a crystal or a piece of amber, with intricate, vein-like patterns on its surface.

Schärfe deinen Blick für ein gesunderhaltendes Pferdetraining und deine individuelle Expertise

Denn gesunderhaltendes Pferdetraining beginnt mit der Analyse der individuellen Bewegungsstrategie, der Symmetrie der Achsen und dem darauf angepassten Trainingsplan des Pferdes.

PFERDETRAINING MEETS INNOVATION

**Wenn du bereit bist,
statt dem Prinzip „One fits all“,
individuelle Lösungen
im Pferdetraining zu erarbeiten,
dann bist du hier genau richtig.**

Denn du bist nicht zum Pferdemenchen geworden, um immer der gleichen Anleitung zu folgen, weil man das eben so macht, sondern um die individuellen Bedürfnisse des Pferdes zu erkennen und daran angepasst dein Training zu gestalten.

DAS RICHTIGE GRUNDTEMPO

Der Takt und die psychische und physische Losgelassenheit des Pferdes stehen in direktem Zusammenhang.

Ohne die Losgelassenheit kann das Pferd seinen Takt nicht verbessern. Der Takt sollte gleichmäßig, rhythmisch und raumgreifend sein.

Damit sich der Takt des Pferdes verbessert, hilft es zunächst die Pferde zu lockern und Verspannungen zu lösen. Lockere zunächst dein Pferd am langen Zügel und wölbe die Lende deines Pferdes auf. Die Muskulatur zwischen Schulter und Genickpartie und die Lendenmuskulatur sind die wichtigsten Muskelpartien für einen gleichmäßigen Takt und die physische Losgelassenheit des Pferdes, die leider viel zu häufig durch falsches Reiten verspannen ..

Für junge - aber auch für ältere Pferde, die noch nicht so weit ausgebildet sind - ist der erste Punkt der Ausbildungsskala sehr wichtig. Erst wenn der Takt in allen Gangarten gleichmäßig ist, kann es weitergehen. Bei jeder Trainingseinheit sollten dem Takt und der Losgelassenheit genügend Zeit eingeräumt werden. Gerade in der Aufwärmphase sollten die Pferde genügend Zeit bekommen ihre Balance zu finden. Es ist auch eine großartige Zeit, um das Pferd zu beobachten. Benutzt es noch die gleiche Strategie wie gestern, um sich auszubalancieren? Fühlt es sich harmonisch an oder gibt es kleine oder große Blockaden im Körper? Mit der genauen Beobachtung ergibt sich sofort, welche Themen in dieser Trainingseinheit im Fokus stehen.



Foto: Jasmin Annegret Hübner

Zum Beispiel kannst du erkennen, welchen Schulter- oder Beckengürtel du stärken solltest.

Gehen wir mal davon aus, dein Pferd schaut immer auf der rechten Hand leicht nach außen. Der ein oder andere würde nun sagen, dass er das Pferd also nach innen stellen sollte, um das zu korrigieren. Uns zeigt es nur, dass der äußere Schultergürtel schwächer ist und das Pferd seine Balancestange - den Hals - benutzt, um in Balance zu kommen. Auch erkennt man gut, welcher Beckengürtel schwächer ist. Das Pferd wird auf dieser Seite das Becken mehr abkippen oder mit diesem Bein weiter nach außen treten. Ein junges Pferd sollte dabei nicht gestört werden. Für ältere Pferde kann das Training dementsprechend gestaltet werden.

Noch ein paar Tipps, um den Takt und den Raumgriff in den Gangarten zu verbessern:

Im Schritt:

Die Hüfte des Reiters beschreibt eine liegende Acht im Schritt. Somit bewegen sich abwechselnd die linke und die rechte Hüfte nach vorne. Gib nun gleichzeitig und gleichseitig den Zügel nach (z. B.: die linke Hüfte geht vor, gleichzeitig gibt die linke Zügelhand nach - und andersherum). Als Hilfestellung kannst du die Ellenbogen etwas an den Körper nehmen und zunächst am langen Zügel den gesamten Unterarm mit der Hüfte vorschieben. Der Raumgriff verbessert sich, die Schulter des Pferdes wird freier, der Rücken schwingt.

Im Trab:

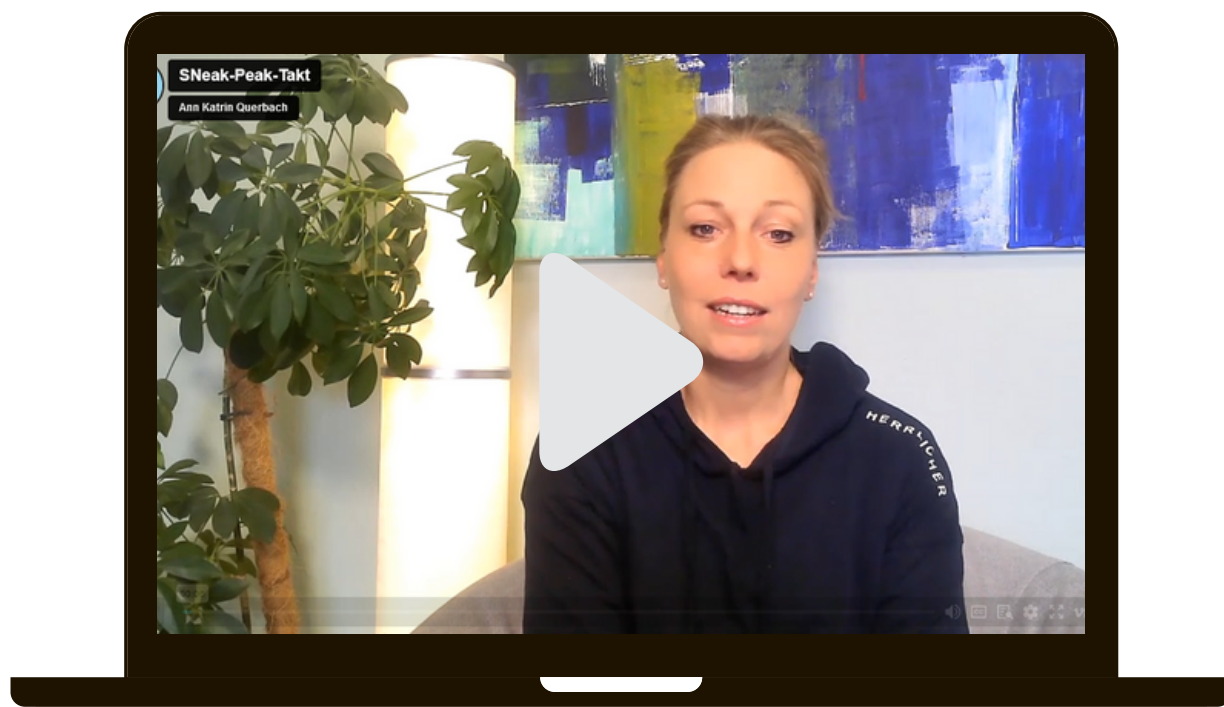
Trabe dein Pferd in einer Vorwärts-Abwärts-Dehnungshaltung (Achtung: die Nase darf nicht tiefer als das Buggelenk des Pferdes sein) leicht. Reguliere den Takt über das gleichmäßige Aufstehen und Einsitzen. Das Pferd sollte sich deinem Rhythmus anpassen. Achte darauf, dass der Oberschenkel und das Knie locker am Sattel sind und sich der Unterschenkel am Pferdebauch befindet. Stehe nur wenig auf, und sitze tief ein, wenn du das Pferd ruhig traben willst. Stehe energischer auf, wenn das Pferd schneller werden soll. Auf einer gebogenen Linie kannst du gerne auf dem falschen Fuß leichttraben, um das innere Hinterbein im richtigen Moment zu unterstützen.

Im Galopp:

Damit ein korrekter, gleichmäßiger Galopp zustande kommt, sitzt der Reiter bei jedem Sprung an den äußeren Zügel heran. Das bedeutet die Hüfte des Reiters wird durch die Bewegung des Pferdes nach vorne geschoben, dabei verkürzt sich der Abstand von der Hüfte zu der äußeren Hand des Reiters. Zeitgleich treibt der innere Schenkel mit und der innere Zügel gibt nach. Somit öffnet sich die Innenseite und gibt dem Pferd Platz, mit seiner inneren Schulter vorwärts-aufwärtszuspringen und die Einbeinstütze am äußeren Hinterbein verlängert sich. Lies dazu auch "Halbe Parade und ganze Parade". Bei Westernpferden hilft der äußere Schenkel zusätzlich zum annehmenden äußeren Zügel, um später das Pferd auch ohne Zügeleinwirkung setzen zu können.

1

Video zum Thema Takt



[Video anschauen](#)



NEU

**Demnächst wird
etwas richtig
TOLLES
entstehen!**

Sei dabei und blicke
hinter die Kulissen.

SPECIAL TRAINING

**Am 27.02.2024
um 18 Uhr**

"BEHIND THE SCENES"

SCHAU HINTER DIE KULISSEN

Dieses Special Training ist nur für Abonnenten von RIDE WITH A SMILE. Komm in die Facebook Gruppe und du wirst dazu mehr erfahren.

--> Mehr dazu auf der nächsten Seite.

NEU

Sehen wir uns
bei Facebook?

DIE GRUPPE
WIRD ENDE
FEBRUAR
GEÖFFNET!

DIE
Facebook Gruppe
RIDE WITH A
SMILE

DAS
PASSWORT
IST:
SMILE

Nach dem Special Training ist die
Gruppe für alle Pferdemenschen,
die ein gesundes Pferd haben
möchten.

Demnächst

08.03.2024

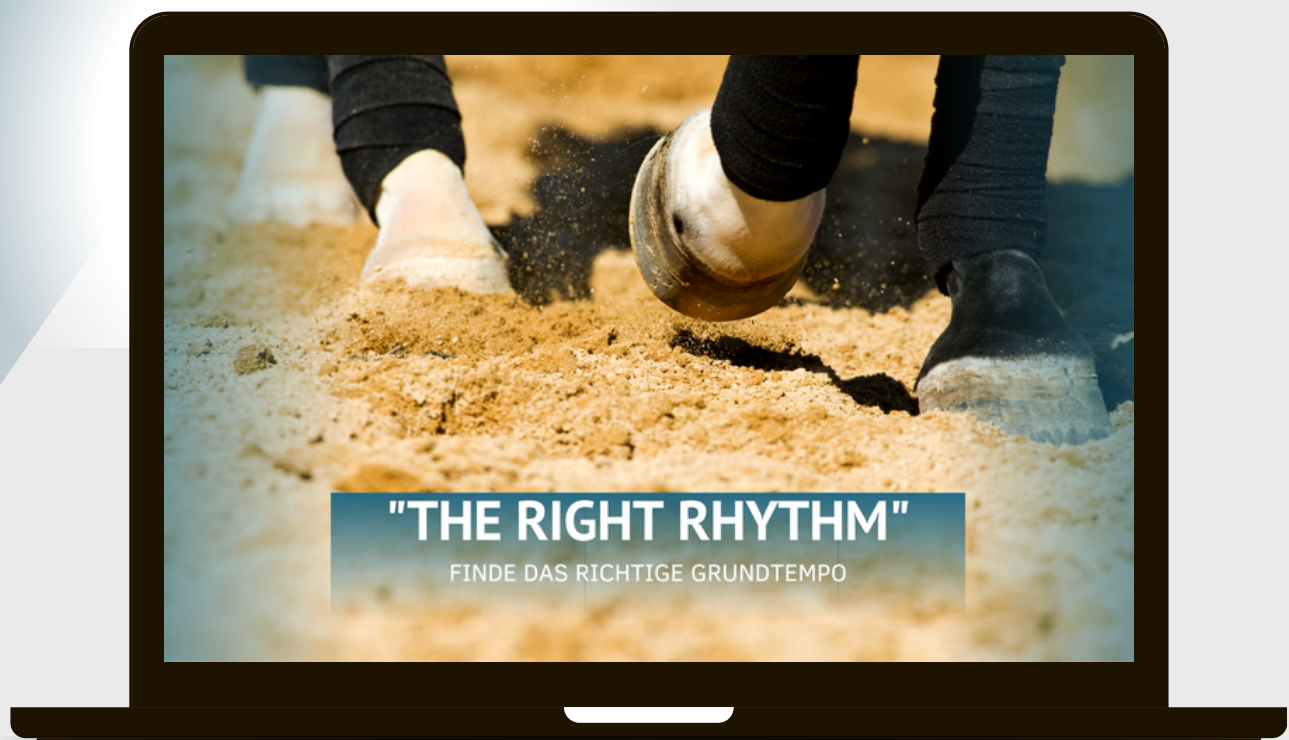
18 - 20 Uhr

THE RIGHT RHYTHM

FINDE DAS RICHTIGE GRUNDTEMPO

DIESE
MASTERCLASS
IST FÜR ALLE
KOSTENLOS!

In dieser kostenlosen Masterclass besprechen wir warum das richtige Grundtempo so wichtig ist und warum es uns hilft Trainingsprobleme erst gar nicht aufkommen zu lassen oder wie wir schon bestehende teilweise damit sogar beheben können.



Da bin ich dabei!



NEU

>> zum Podcast



DER NEUE PODCAST

MIT SINAH SCHÄFER UND
ANN KATRIN QUERBACH

RIDING (R)EVOLUTION



RIDE 10
WITH A SMILE

Demnächst

27.02.2024

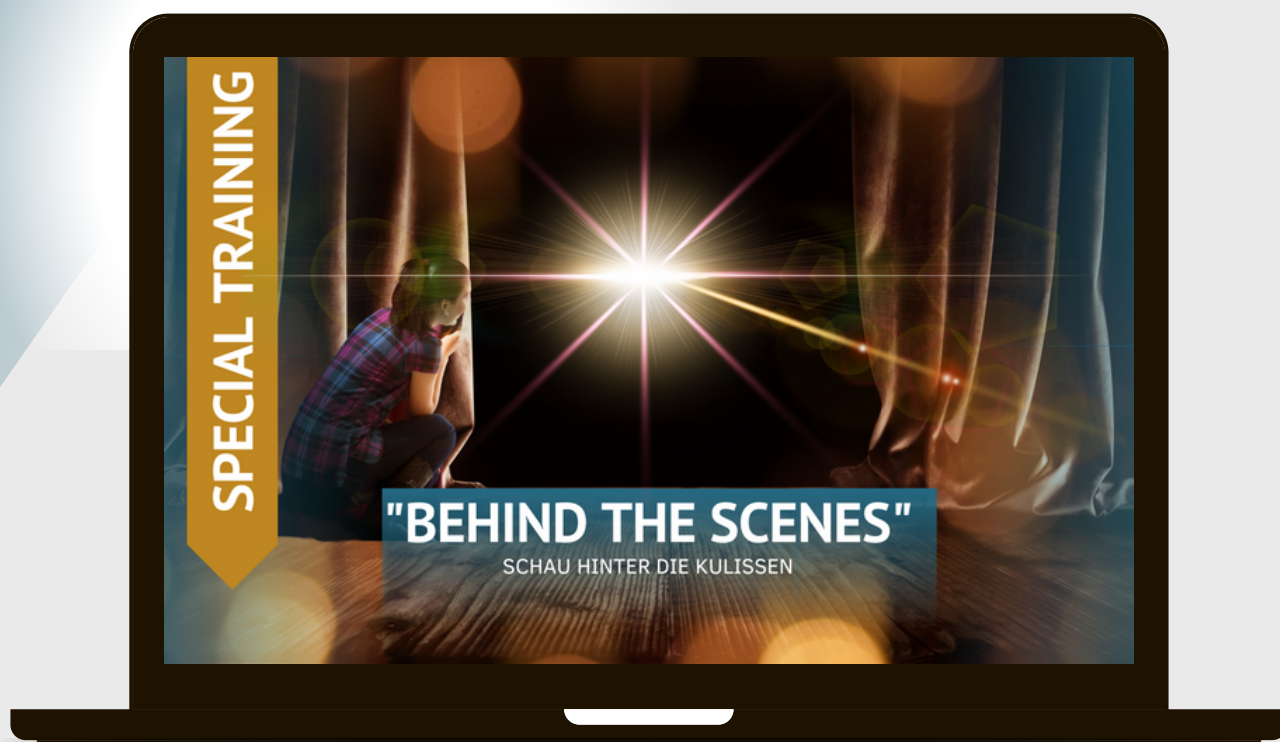
18 - 19 Uhr

BEHIND THE SCENES

SCHAU HINTER DIE KULISSEN

Für alle
RIDE WITH A
SMILE Abonnenten
kostenlos!

2024 ist der Beginn von etwas ganz Besonderem. Ich entwickle gerade hinter den Kulissen mehrere tolle Kurse und du hast nicht nur die Möglichkeit hinter die Kulissen zu schauen, sondern auch aktiv mit deinem Pferd mitzuwirken! Denn ich habe für März und April noch ein paar Überraschungen vorbereitet. Mehr dazu am 27.02.!



DAS
PASSWORT
IST:
SMILE

Bist du neugierig?

Dann komm in die Facebook Gruppe
RIDE WITH A SMILE



RIDE 11
WITH A SMILE

Demnächst

02.03.2024

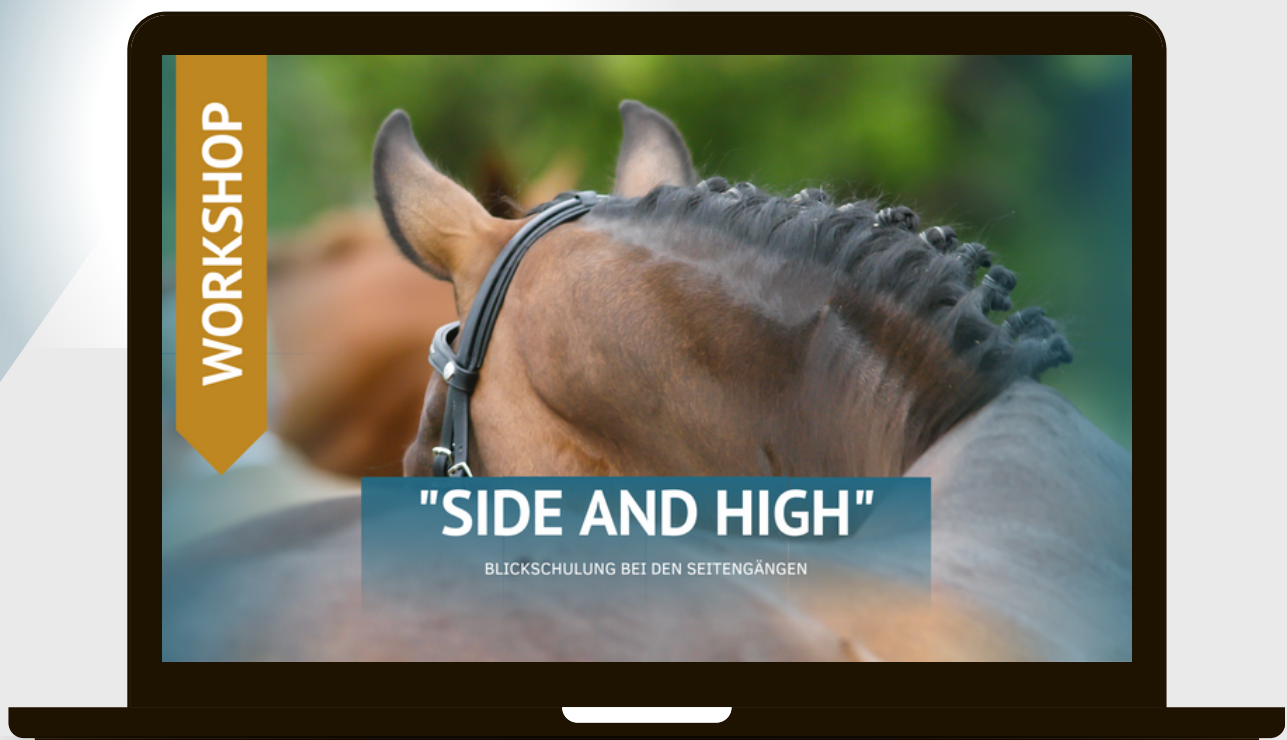
14 - 17 Uhr

Dieser Workshop
ist für alle
Traveller*
kostenlos!

SIDE AND HIGH

BLICKSCHULUNG BEI DEN SEITENGÄNGEN

In diesem Workshop nehmen wir die Seitengänge mal genauer unter die Lupe. Welcher Seitengang ist für welches Bewegungsmuster sinnvoll und wann sollten wir keine Seitengänge in unser Training einbeziehen.



- Traveller sind Teilnehmende von Golden Moments.

Du interessierst dich für das Thema und möchtest auch gerne bei dem Workshop dabei sein?

Dann schreib mir eine E-Mail an:
info@horse-training-and-more.de



Demnächst

29.03.2024

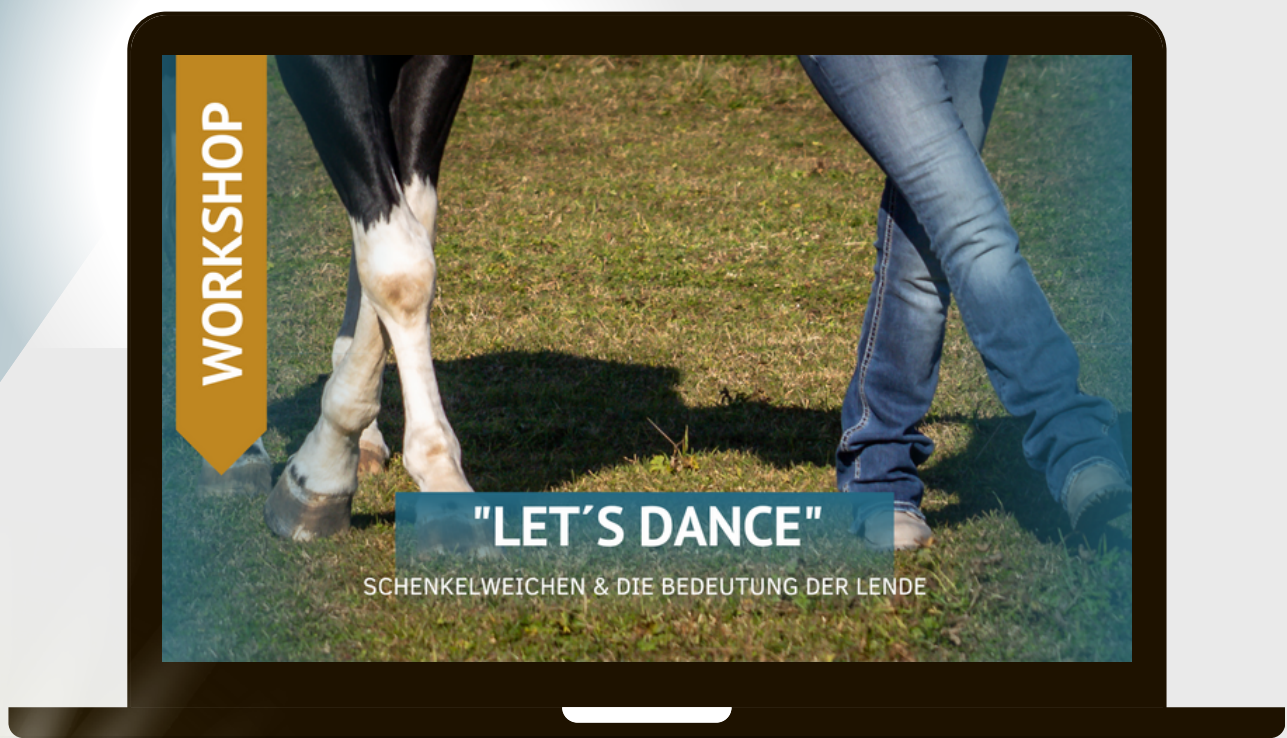
14 - 17 Uhr

LET'S DANCE

**SCHENKELWEICHEN UND DIE
BEDEUTUNG DER LENDE**

**Dieser Workshop
ist für alle
Traveller*
kostenlos!**

In diesem Workshop schauen wir uns die Lende und den Hüftbeuger mal genauer an. Wann hilft das Schenkelweichen und wann mobilisieren oder stabilisieren wir mithilfe des Schenkelweichens.



Du interessierst dich für das Thema und möchtest auch gerne bei dem Workshop dabei sein?

Dann schreib mir eine E-Mail an:
info@horse-training-and-more.de



EIGENVERANTWORTUNG BEDEUTET, DER DOMINOSTEIN ZU SEIN, DER NICHT FÄLLT.

ICH LIEBE ES, WENN MENSCHEN EIGENVERANTWORLICH HANDELN
UND LÖSUNGSORIENTIERT SIND.

MIT WEM ICH NICHT ZUSAMMENARBEITEN KANN, SIND
MENSCHEN, DIE DIE SCHULD BEIM PFERD SUCHEN UND DAS
PFERD ALS BÖSEWICHTEN HINSTELLEN.

DAGEGEN LIEBE ICH ES, WENN MAN SICH DIE FRAGE STELLT:

**WAS BENÖTIGE ICH,
DAMIT ICH DEM
PFERD BESTMÖGLICH
HELFE KANN?**





COPYRIGHT

ANN KATRIN QUERBACH

Dieses Werk einschließlich seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne die Zustimmung des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung oder öffentliche Zugängemachung.

Weitere Informationen unter
www.horse-training-and-more.de