

Andrea und Markus Eschbach

Reiten so frei wie möglich



Gebisslose Zäumung,
Halsring und
Ohne-Sattel-Reiten

KOSMOS

Inhalt

Zu Beginn 4

Freiheit beginnt an der Hand 6

Bodenarbeit – wozu? 7
Der roten Faden 12
Nachgeben 14
Verschiedene Techniken am Boden 16



Gebisslos reiten 18

Eine Entscheidung treffen 19
Ausbildung des Reiters 26
Das Thema Anlehnung 34
Wie kann ich im Notfall bremsen? 40
Freibrief „gebisslos“? 47
Das Gebiss im Kopf 52
Lektionen 59
Die Untersuchungen von Robert Cook 70



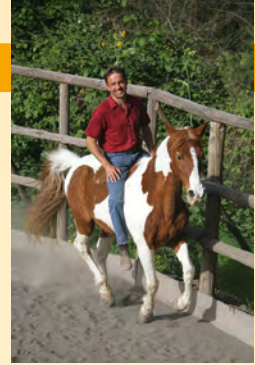
Reiten mit Halsring 78

Beinahe „ohne alles“ 79
Halsringreiten für Reitschüler 82
Selbsthaltung statt Anlehnung 84
Vorbereitung am Boden 84
Lektionen 84
Sensibilität von Reiter und Pferd schulen 90
Ausrüstung 92



Reiten ohne Sattel 94

- Aufsteigen 95
- Der Sitz 102
- Der Einstieg 104
- Für Fortgeschrittene 108



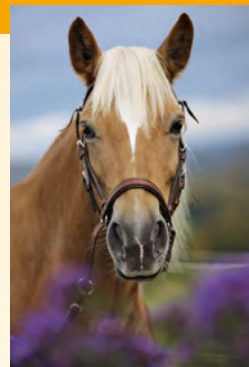
Nützliche Informationen 112

- Versicherungshinweis 113
- Checklisten 114
- Lexikon 116
- Zum Schluss 118



Service 120

- Nützliche Adressen 121
- Zum Weiterlesen 122
- Register 125
- Impressum 126



Andrea und Markus Eschbach sind auf einigen Motiven dieses Buches ohne Reithelm zu sehen, weil sie mit ihren Pferden sehr vertraut sind. Sie sind sich ihrer Vorbildfunktion bewusst und weisen ausdrücklich darauf hin, dass eine Reitkappe, die allen Sicherheitsnormen entspricht, getragen werden sollte und in vielen Fällen sogar Pflicht ist. Bitte lesen Sie hierzu auch die Informationen auf Seite 113.



Zu Beginn

„Ihr solltet mal ein Buch schreiben!“ Diesen Satz haben wir schon oft gehört und bis vor Kurzem hatten wir nicht im Traum daran gedacht, Buchautoren zu werden. Unser Leben als aktive Trainer und Kursleiter ist randvoll gefüllt mit so vielen Dingen, wie und wann sollen wir da noch ein Buch schreiben?

Sie sehen, irgendwie ist es uns gelungen!

Die steigende Nachfrage nach den Inhalten, die wir unterrichten, überrascht uns jedes Mal aufs Neue. Was wir tun und lehren, ist nichts Neues. Wir haben weder ein Rad neu erfunden noch das Ei des Kolumbus in unserem Hühnerstall.

Wir gestehen Ihnen, dass wir immer und immer wieder unsicher sind, ob es „richtig“ ist, was wir da tun. Bestätigung bekommen wir aber genauso oft von unseren vierbeinigen Freunden, die uns absolut ehrlich und unbeeinflusst von Medien, Internet etc. signalisieren: „Weiter so! Passt schon!“

Und aus irgendwelchen Gründen gibt es immer mehr Reiter, die das lernen wollen, was wir lehren.

Wenn wir wollten, könnten wir unsere Schüler in verschiedene Schubladen packen: Erstens Anfänger, die kritisch genug sind, sich in Kursen von ihrem gesunden Menschenverstand leiten zu lassen und die keine Lust haben, sich für Geld anschnauzen zu lassen.

Zweitens Reiter, die schon alles kennen und trotzdem etwas Neues möchten, sowie die, die schon alles durchgemacht haben und dennoch nicht weiterkommen.

Drittens Pferdebesitzer, die deutlich sagen: „Mein Pferd hat ein Problem mit mir!“

Es kommen Menschen zu uns, die neugierig, ängstlich, schüchtern, begeistert, verwirrt, überdreht, resigniert, interessiert, glücklich, suchend, zweifelnd, fragend oder kreativ sind. Oder so ...

Vielleicht ist es ein Geheimnis oder ein Rätsel, weshalb so viele unterschiedliche Leute zu uns kommen, um zu lernen.

Gleichgültig verlässt uns keiner. Vielleicht, weil man sich selbst begegnet?

Andrea und Markus Eschbach



Sehen Sie sich den Gesichtsausdruck der Pferde Fabiola und Smiley an. Es ist großartig, wie sich Freiheit positiv auf den Gemütszustand der Pferde auswirkt.

Freiheit beginnt an der Hand



Freiheit bedeutet die Möglichkeit, ohne Zwang zwischen verschiedenen Alternativen auswählen und entscheiden zu können. Wir Reiter haben die Wahl, wie wir unser Pferd ausbilden und reiten. Unser Ziel ist es, so mit dem Pferd zu arbeiten, dass es sich für uns entscheidet.

Vieles, was Sie in diesem Buch kennenlernen werden, ist Ihnen eigentlich bekannt. Warum Sie es dennoch lesen sollten? Weil wir starke Leser und starke Reiter wollen!

Stark im Denken, stark im Träumen, stark im Fühlen.

Wir arbeiten nach den Regeln und Methoden der Pferde. Der Hintergrund unserer Arbeit ist die Kenntnis der natürlichen Verhaltensweisen der Pferde. Unser Zugang zu Pferden beginnt am Boden. Wir legen ein Fundament mit der Bodenarbeit, damit wir später auf stabilem Boden so frei wie möglich reiten können.

Bodenarbeit – wozu?

Die intensive und Schritt für Schritt aufbauende Arbeit am Boden ist für uns ein wesentlicher Bestandteil des Reitens. Eigentlich macht es das Reiten erst möglich.

Alles, was wir am Boden erarbeitet haben, ist nachher im Sattel viel leichter umsetzbar. Es handelt sich hier nicht um sogenannte „Übungen“, sondern am Boden werden alle Themen, die ein Pferd als Reitpferd kennen muss, optimal vorbereitet, eingeübt und geschult.

Es sind grundsätzliche Verständnisfragen, die unbelastet, d. h. ohne Reitergewicht, sorgfältig und detailliert dem Pferd erklärt werden. Wir haben schon oft festgestellt, dass die Pferde oft nicht das tun, was wir wollen, weil sie gar nicht verstanden haben, was wir wollen.

Wenn es unser Ziel ist, ein Pferd an Zügel, Zäumung und Kopfstück zu gewöhnen, um es später zu reiten, bedeutet das nicht automatisch, dass das Pferd genau weiß, was das heißt.

Es liegt in unserer Verantwortung, dem Pferd Schritt für Schritt ohne Angst und Einschüchterung klarzumachen, was wir wollen. Der empfindsame Kopf- und Maulbereich wird vorbereitet.

Oft nehmen wir uns nicht die Zeit, Pferden die nötige Erklärung zu geben, oder wir wissen nicht, wie Pferde lernen und auf welche Weise wir ihnen etwas verständlich machen können. Wir möchten, dass das Pferd automatisch oder beinahe als Reflex mit „guten“ Gewohnheiten antwortet.

Was sollen unsere Pferde können?

Von einem guten Reitpferd erwarten wir, dass es nicht nur geritten toll geht, sondern ebenso das Handling vom Boden aus jederzeit problemlos und leicht zu kontrollieren ist.

Unser Kraftaufwand (am Boden und im Sattel!) soll jederzeit möglichst minimal sein.

Wir erwarten, dass unser Pferd aufmerksam ist. Damit meinen wir nicht, dass unser Pferd darauf dressiert ist, dauernd mit aufgesperrten Augen und ohne zu blinzeln zu uns schauen. Wir

Beim Ausbilden ist uns wichtig, Schritt für Schritt vorzugehen. So gewöhnen wir das Pferd zuerst an Berührungen in den Maulwinkeln, an der Zunge und am Zahnfleisch, bevor es – falls nötig – ein Gebiss kennen lernt.



Das sanfte Gleiten über das Zahnfleisch wirkt beruhigend, es ist ein TTouch aus dem Tellington-Training. Die Berührung wirkt auf das limbische System im Gehirn, das die Emotionen steuert.



Info Die Drei Ws

Die 3 Ws nach Peter Kreinberg:
Ein gutes Reitpferd soll warten und weichen können und willig sein.

möchten, dass unser Pferd sofort auf die kleinste Aufforderung (z.B. leises Schnalzen, leichte Gewichtsverlagerung oder Veränderung meiner Haltung o.Ä. sich uns wach und aufmerksam zuwendet und wartet, was wir zu sagen haben.

Wir wünschen uns auch ein gewisses Interesse und Neugier auf das, was wir sagen oder tun. Neugier kann das Pferd enorm motivieren, willig mitzuarbeiten. Wir Menschen haben eine ebenso große Verantwortung, unser Training so zu gestalten, dass unser Pferd auch mit Interesse mitarbeiten möchte. Das heißt, wir müssen sehr kreativ mit unseren Trainingsabläufen sein. Viel Abwechslung ist das Motto, wobei wir aber den Trainingsschwerpunkt, an dem wir gerade arbeiten, nicht aus den Augen verlieren dürfen.



Ein weiterer Schritt für die Gebissgewöhnung: Schieben Sie erst einen, dann beide Mittelfinger in die Zahnlücke über der Zunge. Seien Sie sanft und vorsichtig!



Eine wichtige Übung: Legen Sie das Zaumzeug an, ohne den Kopf des Pferdes zu fixieren. Sie benötigen die Kooperation des Pferdes, um zum Ziel zu kommen.



Alle unsere Pferde werden im Wechsel am Boden und im Sattel gearbeitet: Seilarbeit, Round Pen, Spazierengehen oder das Führen als Handpferd, Longe, Doppellonge, Dualaktivierung, geritten von Anfängern und Fortgeschrittenen, regelmäßig Korrektur geritten und weitergebildet von uns, im Gelände eingesetzt, mit oder ohne Sattel mit verschiedenen (gebisslosen) Zäumungen und Halsring geritten und noch viel mehr.

Das bedeutet aber nicht, dass wir immer nur das machen, worauf das

Pferd „gerade Lust“ hat. Wir möchten diejenigen sein, die das Training führen, konsequent, aber in stetigem Dialog und einfühlsamer Beobachtung mit unserem Schüler.

Ein geschickter Lehrer schafft es, dass seine Schüler gerne lernen. Das ist unser persönliches Ziel.

Das „Gespräch vor dem Gespräch“

Ein erster Kontakt geschieht bereits dann, wenn sich Mensch und Pferd zum ersten Mal gegenseitig wahrnehmen.

Pferde verfügen über eine weitaus sensiblere Wahrnehmung als wir Menschen. So registrieren sie unser Kommen mit Sicherheit früher, als wir das Pferd tatsächlich sehen.

So stellt sich eine Art Beziehung oder eben ein erster Kontakt schon lange vor dem eigentlichen Arbeitsaufenthalt auf dem Reitplatz oder in der Halle ein. Dessen bewusst könnte unsere erste Aktion darin bestehen, dass wir uns auf dem Gang zur Pferdebox ganz deutlich vor Augen führen, was genau wir mit dem Pferd tun wollen.

Wir möchten das Pferd abholen, d. h. unsere Gedanken und unser Bewusstsein sollten bereits ganz beim Pferd sein. Das könnte so aussehen, dass wir uns in Gedanken das Bild vorstellen, wie das Pferd in der Box steht, die Ohren gespitzt, mit erwartungsvollem Blick.

Das heißt nicht unbedingt, dass das Pferd tatsächlich so dasteht. Es geht hierbei nur um eine Gedankenübung, wir schärfen durch diese mentale Einstimmung unsere Wahrnehmung. So sind wir besser gerüstet, um bereits vor dem ersten Augenkontakt auf das Pferd eingehen zu können.

Der nächste „Kontaktschritt“ könnte der Moment sein, in dem sich Pferd und Mensch optisch tatsächlich sehen. Man spricht oft vom „ersten Eindruck“. In den ersten Sekunden einer Begegnung registrieren unsere Sinne wichtige Details, die den weiteren Verlauf einer Beziehung bestimmen können.

Wenn wir mit geschärfter Wahrnehmung und offenen Sensoren den ersten Eindruck angehen, können wir daraus vielleicht bereits wichtige Informationen gewinnen, die uns helfen, das Pferd besser einzuschätzen.

Fast immer ist das Herausholen des Pferdes aus seiner Box einfach Mittel

zum Zweck und wir denken folglich nicht darüber nach. Wir sind in Gedanken schon oder noch woanders. Dadurch ist unsere Wahrnehmung massiv eingeschränkt. Pferde registrieren genau, wie der Bewusstseinszustand oder die Aufmerksamkeit des Gegenübers ist. So verschenken wir oft, ohne es zu ahnen, wertvolle Punkte bzw. wir hinterlassen beim Pferd vielleicht einen eher „nachlässigen“ ersten Eindruck. Daran hängt für gewöhnlich auch unsere weitere Glaubwürdigkeit.

Pferde sind hochsensibel und spüren genau, in welcher Stimmung wir uns befinden. Legen Sie also schon auf dem Weg zum Pferd alle negativen Gedanken beiseite.





Kopfsenken: Ein leichter Druck mit zwei Fingern im Genick zeigt dem Pferd, dass es den Kopf senken soll.

Der rote Faden

Wie oft machen wir in unseren Kursen die Erfahrung, dass ganz viele Reiter keinen genauen Plan haben, woran sie „arbeiten“. Sie haben nicht mal eine Vorstellung, was sie genau trainieren und wie sie das denn tun wollen.

Info | Mental versammelt

Wir können schon vor der Begrüßung die Weichen stellen, wie der weitere Verlauf des Trainings sein wird: nur durch das Wissen über die Wichtigkeit der erhöhten Aufmerksamkeit, die wir aufs Pferd lenken, bevor wir es überhaupt physisch sehen. Üben wir uns also darin, unsere Gedanken zu „versammeln“.

Wenige Reiter können auf die Nachfrage nach dem zeitlichen Rahmen des Trainings eine präzise Antwort geben. Manchmal reicht die „Planung“ nicht mal für die nächsten zehn Sekunden. Das bedeutet also, dass viele Reiter mit ihren Pferden irgendetwas trainieren, irgendwo mit irgendwelchen Techniken in irgendeiner Art und Weise reiten, egal wie lange.

Wie sollen uns die Pferde da klare, präzise Resultate liefern? Wie sollen sie motiviert mitarbeiten, wenn sie nie genau wissen, wie sie ihre Kräfte einteilen sollen oder gar die Erfahrung machen, dass sie immer noch weiterarbeiten müssen, auch wenn sie schon längst ermüdet sind oder sich nicht mehr konzentrieren können? Ist es ein Wunder, wenn Pferde nicht mehr gerne „arbeiten“?



Wir möchten mit diesem Buch klare Hilfestellungen geben, wie Sie das Reiten mit so wenig Equipment wie möglich vorbereiten und umsetzen.

Sie haben nun Ihr Pferd behutsam an die Berührung im und ums Maul gewöhnt und es toleriert einen Fremdkörper im Maul. Auch wenn gebisslos geritten werden soll, ist es sinnvoll, im Hinblick auf Zahnbehandlungen und Verabreichen von Medikamenten oder Wurmkur, dass Sie Ihr Pferd vorher bereits stressfrei daran gewöhnen. Und sollte das Pferd vielleicht doch später an ein Gebiss gewöhnt werden, haben Sie die Basis bereits gelegt.

Das Kopfsenken vom Boden aus ist eine zentrale Übung, besonders als Vorbereitung auf die Haltung, die das Pferd unter dem Reiter einnehmen soll.

Tip | Kopfsenken

Die Möglichkeit, unser Pferd jederzeit auf Abruf zum Kopfsenken zu veranlassen, ist auch ein Beitrag zur Sicherheit. Bei Erschrecken, Gefahr reißt das Pferd reflexartig den Kopf hoch, sein Körper ist auf Flucht, Kampf und Gefahr eingestellt. Gelingt es uns durch die bekannte, weil geübte Bewegung des Kopfsenkens, das Pferd in eine entspannte Körperhaltung zu bringen, können wir es so aus seiner potentiellen Fluchtbereitschaft herausholen. So können wir die Aufmerksamkeit des Pferdes wieder auf uns lenken und die Situation besser kontrollieren. Auf diese Weise haben wir selber aktiv Einfluss auf die Lernfähigkeit und die Durchlässigkeit des Pferdes.

Sobald das Pferd wie gewünscht mit Kopfsenken reagiert hat, wird der Druck sofort gelöst, die Hand geht weg vom Pferd.