

DR. DANA RINDERMANN



Mach mich stark!

MIT DEM CLICKER BIS ZUR  
HOHEN SCHULE

CADMOS

**DR. DANA RINDERMANN**

**Mach mich stark!**

MIT DEM CLICKER BIS ZUR  
HOHEN SCHULE

CADMOS

## **HAFTUNGSAUSSCHLUSS**

Autor und Verlag haben den Inhalt dieses Buches mit großer Sorgfalt und nach bestem Wissen und Gewissen zusammengestellt. Für eventuelle Schäden an Mensch und Tier, die als Folge von Handlungen und/oder gefassten Beschlüssen aufgrund der gegebenen Informationen entstehen, kann dennoch keine Haftung übernommen werden.

## **SICHERHEITSTIPPS**

In diesem Buch sind Reiter ohne splittersicheren Kopfschutz abgebildet. Dies ist nicht zur Nachahmung empfohlen. Achten Sie beim Reiten bitte immer auf entsprechende Sicherheitsausrüstung: Reithelm, Reitstiefel/-schuhe, Reithandschuhe und gegebenenfalls eine Sicherheitsweste.

## IMPRESSUM



Copyright © 2021 Cadmos Verlag GmbH, München

Covergestaltung: Gerlinde Gröll, [www.cadmos.de](http://www.cadmos.de)

Gestaltung-Kern und Satz: Markus Bürger

Lektorat: Agnes Trosse

Coverfoto: Ines von Frantzius

Fotos im Innenteil, wenn nicht anders angegeben:

Ines von Frantzius, Dana Rindermann

Illustrationen: Dana Rindermann

Deutsche Nationalbibliothek – CIP-Einheitsaufnahme Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten.

Abdruck oder Speicherung in elektronischen Medien nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung durch den Verlag.

ISBN: 978-3-8404-1091-9



**DIE AUTORIN**

Hallo, ich bin Dr. Dana Rindermann. Ich bin Tierärztin und betreibe eine Fahrpraxis für Pferde-Akupunktur und innovatives Training. Promoviert habe ich über Verhaltensprobleme im Nutztierbereich.

Verhalten ist unglaublich spannend. Darin liegt die Basis für eine effektive Ausbildung und ein tolles Miteinander.

Das Okapi-Training<sup>®</sup> habe ich entwickelt, um Pferden und ihren Besitzern zu helfen, den Schlüssel zu ihren Fähigkeiten zu finden.

Kladruberstute Jupiter ist sieben. Okapi-Training<sup>®</sup> ist ihr täglich Brot, seitdem sie vierjährig mit ihrer Ausbildung begann. Sie nutzt es gezielt zum Muskelaufbau, zur Versammlungsarbeit und zur Entwicklung neuer Lektionen. Sie beherrscht alle Lektionen, die du im Übungsteil findest, inklusive Piaffe, isometrischen Squat, Hinlegen und Levade, alles ganz freiwillig und ohne Equipment. Jupiter zeigt dir gerne alle Einzelschritte.

Wir haben zusammen immer Spaß: Die Stute kann Gegenstände nicht nur apportieren, sondern auch werfen. Unser Training mit Objekten hat sich so weit verselbstständigt, dass Jupiter inzwischen mit Wachsstiften Bilder auf Leinwand malen kann. Alles ist möglich - Komm mit auf die Reise!

## **WAS IST OKAPI-TRAINING<sup>®</sup>?**

**O**perante **K**onditionierung ins **A**lltagstraining **p**roduktiv **i**mplementieren: Okapi-Training<sup>®</sup> ist ein effektives, wissenschaftsbasiertes Pferdetraining, bei dem Pferde völlig freiwillig mitarbeiten. Okapi-Training<sup>®</sup> steht unter Markenschutz. Ausführliche Step-by-Step-Fotoserien zeigen dir, wie du mit deinem Pferd versammelnde Lektionen bis

zur Hohen Schule, Tricks, die Dir das Leben leichter machen, und spaßige Übungen erarbeitest.

## **VORAUSSETZUNGEN**

Voraussetzung für die Arbeit mit dem Okapi-Training® ist ein gesundes Pferd, das bereits Grundkenntnisse im Umgang mit dem Menschen hat, und umgekehrt. Wer mit Pferden arbeitet, muss seine eigenen Grenzen, die seines Pferdes und das gegenseitige Maß an vorhandenem Vertrauen einschätzen. Bist du unsicher, ob dein Pferd in der Lage ist, bestimmte Lektionen zu lernen, bitte deinen Tierarzt oder Trainer um Rat.

## **SICHERHEIT**

Pferde sind große, manchmal spontan reagierende Fluchttiere. Sicherheit muss bei der Zusammenarbeit immer an erster Stelle stehen. Alle unsere Fotos sind in gesicherter Umgebung entstanden. In nicht umzäunten Arealen müssen Pferde stets ein Kopfstück tragen.

## **SPRACHLICHE GLEICHSTELLUNG**

Wenn du „der Ausbilder“, „der Reiter“ oder „der Trainer“ liest, ist damit gemeint: „der Ausbilder/die Ausbilderin“, „der Reiter/die Reiterin“ und „der Trainer/die Trainerin“.

*Für Flora und Gismo*



# Hallo, ich bin's ...

## ...dein Buch zum Okapi-Training®!

Freiwillige Zusammenarbeit mit jedem Pferd: Dafür stehe ich.

Ich wurde gemacht, um dir zu helfen, mit deinem Pferd zusammen alles zu schaffen, was du schon immer trainieren wolltest. Was es auch sei, was dein Pferd lernen soll - irgendwo in mir steckt die Lösung dafür.

Konventionelles Pferdetraining besteht normalerweise darin, dass das Pferd vor allem menschliche Anweisungen befolgt. Weil es das ***muss***. Wie wär's mit einer Alternative, bei der dein Pferd mit Spaß und Eigeninitiative freiwillig mitarbeitet, und viiiiiel schneller lernt? Einer Anleitung, die dir hilft, Schritt für Schritt ein superguter Trainer zu werden?

Kann man ein Pferd dazu trainieren, den Reiter am Aufstieg abzuholen, wenn man es ruft? Einen Schulhalt vom Boden am zaumlosen (!) Pferd formen, dann aufsteigen und dasselbe von oben trainieren? Kann man eine Piaffe in Einzelteilen einüben, die so viel Spaß machen, dass das Pferd später ohne Kopfstück und auf Zuruf piaffiert?

## Oh ja - man kann!

Pferdeliebe beginnt mit Wissen. Meine erste Hälfte besteht daher aus wissenschaftsgestützten

Hintergrundinformationen rund ums Training und Pferdeverhalten.

Ich zeige dir Neues aus der Forschung: In mir stecken über 150 Literaturquellen darüber, wie Pferde denken und lernen, die ich leicht verständlich und ohne Schnickschnack zusammenfasse. Völlig ehrlich beleuchte ich Techniken der Arbeit mit Pferden: Was funktioniert und wieso? Wie fühlt sich das Pferd dabei? Mit diesem Basiswissen bist du gerüstet, jedes Training zu planen. Wirklich jedes. Danach halte ich 18 Übungskapitel für dich bereit, vom Stillstehen über Piaffe bis zur Levade. Ich habe Hunderte Fotos an Bord, damit du dich Step-by-Step zu deinem Ziel vorarbeiten kannst. Ich erkläre dir ganz genau, wie es geht und welchen Schritt du als Nächstes üben kannst. Dann weißt du immer, was zu tun ist.

Auch Trainer machen mal Fehler und auch die zeige ich ehrlich, damit du sie von vornherein vermeiden kannst. Außerdem habe ich FAQ-Seiten für dich, damit du nachschauen kannst, falls ein individuelles Problem auftaucht. Hier findest du eine Lösung.

Ich mache dich fit, jede Idee mit deinem Pferd umzusetzen, die euch gemeinsam in den Sinn kommt. Schau dir ein Kapitel oder eine Übung an, die dir gefällt, und leg los - heute!

Mach Eselsohren in meine Seiten. Mach dir auf meinen Seiten Notizen. Nimm mich mit in den Stall, panier mich im Sand! So möchte ich aussehen, denn: Ich bin ein Buch für die Praxis.



(Foto: Alison Marburger)

# Inhalt

## **Unser Draht zum Pferd**

Vier Wege ins Gehirn des Pferdes  
Ein Pferd so richtig motivieren  
Schnelles Lernen

## **Pferd und Mensch**

Muss ich Chef sein?  
Hilfengebung: Was machen wir da eigentlich?  
Equipment checken  
Eine echte Bindung mit dem Pferd

## **Zeichen geben**

Sinnvoll füttern!  
Click! Das Marker-Signal  
Here we go: Starte mit deinem Pferd!  
Die wichtigste Regel, wenn du dein Pferd  
bestärkst  
Man bekommt, was man verstärkt: Jasmin und  
Martin im Park

Raum und Zeit  
Alles hört auf mein Kommando! — Welches  
Kommando eigentlich?

## **Equipment**

Der Clicker  
Targets  
Objekte und Farben  
Der Targetstick  
Der Teppich  
Die Belohnung  
Die Cordeo  
Das Kopfstück

## **Okapi-Übungen**

Erste Übung: Etwas berühren (Target)  
Anti-Taschenwühlen-Training: Höflichkeit lernen!  
Das Genick wölben  
Gehen, Stehen, Rückwärts  
Untertreten  
Isometrischer Squat – Versammlung im Stehen  
Plié und Kompliment  
Knien und Liegen  
Travers und Schulterherein  
Aufstieghilfe  
Heben  
Apportieren  
Spanischer Schritt  
Piaffe ohne Zwang  
Schulhalt  
Levade

Clickern beim Reiten  
Dein eigenes Projekt





Freie Piaffe ohne Zaum—Hierfür verketteten wir mehrere Teilschritte, die einzeln geformt wurden. Lust, das zu lernen?



Mareike Nieschalk mit Nelly und Al-borak



Nicoline Wiermann mit Assa und Draengur



Silke Schwaiger und Skári vom Kreiswald



Hündin Quitte



Prof. Dr. Helen Louton und Tona



Gwendolyn Schubert und Pünktchen

# Mitwirkende

***Mareike Nieschalk*** ist Diplom-Soziologin, Trainerin B FN, Kinderreitlehrerin FN sowie Reittherapeutin DKThR und hat das Okapi-Training® mitgestaltet. Ihr Deutsches Reitpony Nelly (Braune) ist 17. Durch das Okapi-Training® hat es zu sich selbst gefunden. Fuchs Al-borak ist ein 19-jähriger Quarab. Er trainiert mit Squat und halben Tritten Rücken und Geist. Lewitzermix Cheyenne (nicht im Bild) ist 21 und hält sich mit den Körperübungen beweglich und fit.

***Nicoline Wiermann*** ist Polizistin und Freizeitreiterin. Ihre Isländer Assa (Braune) und Draengur (windfarben) sind 18 und sechs Jahre alt. Nicoline erarbeitet den Squat und Gehorsam. Übungen wie die Aufstieghilfe findet sie im Alltag besonders nützlich.

***Silke Schwaiger*** ist Physiotherapeutin und reitet seit ihrer Kindheit. Silke und der elfjährige Skári vom Kreiswald sind seit sechs Jahren ein eingeschweißtes Team. Durch geduldiges Training lernte er, Silkes speziellen Anforderungen gerecht zu werden, denn Silke sitzt im



Rollstuhl. Beide lieben Bodenarbeit und flotte Ausritte im Odenwald.

**Hündin Quitte** ist neun und ein sportlicher Mops-Mix. Um bestimmte Trainingssituationen zu erklären, ist ein Hund sehr hilfreich, nämlich immer dann, wenn ein Pferd nicht aufs Bild passt. Außerdem ist die Mimik von Hunden für Menschen besonders leicht zu lesen.

**Prof. Dr. Helen Louton** ist Tierärztin und reitet schwerpunktmäßig in der Arbeitsweise Working Equitation. PRE Stute Tona ist neun und wird in der Dressur- und Trailarbeit ausgebildet. Besonders gern wenden beide das Okapi-Training<sup>®</sup> für den Squat, an der Aufstieghilfe und in der Zirzensik an. Ob Hund, ob Pferd, ob Frosch oder Okapi – sie alle lassen sich mit Belohnung trainieren.

Musikvermittlerin und Trainerin **Gwendolyn Schubert** und das sechsjährige Deutsche Part Bred Shetland Pony **Pünktchen** sind seit vier Jahren ein eingespieltes Team. Wippen, Zirzensik und Medical Training sind Pünktchens Spezialgebiete.



Jasmin und Martin

## **WIE IST DAS SO, TRAINIERT ZU WERDEN?**

***Jasmin und Martin*** (links), ***Sandra und Matthias*** (rechts) stehen uns als menschliche „Versuchskaninchen“ zur Seite. Sie zeigen einzelne Trainingsschritte oder machen Trockenübungen für uns. Jasmin und Martin sind komplette Trainingsneulinge und beschreiben für uns, wie sich belohnungsbasiertes Training anfühlt. Ganz unvoreingenommen haben alle vier für uns

Trainingsschritte „nachgeturnt“, mit hochinteressantem Ergebnis.

## **FUCHSI, DAS BUCHPFERD**

Kennst du das? Du kaufst ein Buch und möchtest deinem Pferd die darin gezeigten Lektionen auch beibringen, findest jedoch den Anfang nicht? Oder, noch schlimmer: Das Warum und das Wie bleiben Betriebsgeheimnis? Der Autor hat scheinbar ein „Beibring-Gen“, das du nicht hast? Die Pferde im Buch haben womöglich spezielle Eignung oder sind leichter trainierbar als dein eigenes Pferd? Unsinn! Jedes gesunde Pferd kann alles lernen.



Sandra und Matthias

Das wollen wir anhand von Fuchsi beweisen. Extra für dieses Buch steht sie uns zur Verfügung. Zu Beginn ist der elfjährigen Quarter-Horse-Stute das Okapi-Training® völlig unbekannt. Fuchsis Training begann, während dieses Buch geschrieben wurde, um unterwegs sowohl Fehler, als auch ihren Erfolg und ihre Entwicklung zu zeigen. Sie ist freundlich und zugewandt, aber schreckhaft. Nach einer Western-Vorgeschichte schult sie derzeit um auf Klassische Dressur. Zu Beginn beschränkte sich ihr Repertoire auf Schritt, Trab, Galopp in der Reithalle. Fuchsi ist das „Pferd

von nebenan“, und wurde ausgewählt, weil sie, wie es scheint, das ungeeignetste Pferd von allen war: Fuchsis Besitzer sagte, sie sei „eine liebe, aber wenig lernfähige Stute mit der Aufmerksamkeitsspanne einer Eintagsfliege“. Mit der Kamera verfolgten wir ihren Trainingsverlauf ab Tag eins. „Wenn es mit ihr geht“, fanden wir, „dann geht es wirklich mit jedem Pferd!“

