

REINER KLIMKE  
INGRID KLIMKE

---

KOSMOS

# Cavaletti-Training für Dressurreiter

AUS DEM BUCH:  
CAVALETTI – DRESSUR UND SPRINGEN



# DER AUSBILDUNGSWERT — *von Cavaletti-Arbeit*



# GRUNDLAGEN

Die Ausbildung des Reitpferdes verfolgt das Ziel einer pferdefreundlichen Gymnastik. Die Körperkräfte des Pferdes sollen gestärkt und die Gelenke geschmeidiger gemacht werden. Ein wesentlicher Teil fällt in das Gebiet der Muskelschulung. Hierfür kann die Cavaletti-Arbeit eine wertvolle Unterstützung sein.

Um es vorweg zu sagen: Ich bin kein Freund von langen theoretischen Erörterungen. Es fällt mir immer schwer, mich über reiterliche Ausbildungsfragen mit jemandem zu unterhalten, der eigentlich alles genau weiß, aber leider noch nie auf einem Pferd gesessen hat. Andererseits fühle ich mich auch nicht zu den Reitern hingezogen, die sich damit brüsten, noch keine Reitlehre gründlich durchgelesen zu haben. Gewiss gibt es Reiter, die dank ihres Naturtalents auch ohne gründliche Ausbildung zu Spitzenerfolgen gekommen sind. Könnte es nicht sein, dass diese Talente bei systematischer Förderung weitaus mehr zu leisten imstande wären? Mit anderen Worten: Ich halte theoretische Studien für eine wertvolle Ergänzung der praktischen Ausbildung. Manche Schwierigkeit in der Ausbildung lässt sich vielleicht überwinden, wenn man sich nicht allein auf sein reiterliches Gefühl verlässt, sondern sich zwingt, sorgfältig nachzudenken, bevor man handelt.

Der Reiter trägt die Verantwortung für die Gesundheit seines Pferdes. Nur ein gesundes Pferd, dessen Muskulatur und Kondition schonend und planmäßig aufgebaut wurden, kann auch auf Dauer Leistung erbringen. Nur ein motiviertes und zufriedenes Pferd arbeitet mit dem Reiter in Harmonie.

Die alten Meister haben im Pferd immer den Partner gesehen, nicht das Sportgerät. Und Partnerschaft kann ohne Verantwortungsbewusstsein nicht bestehen. Sie macht aber auch den Unterschied aus zwischen der Fortbewegung zu Pferd und dem Reiten als Kunst. Wer sein Pferd wirklich liebt und sich Reiter nennen will, hat die Verpflichtung, „Selbstkritik zu üben und Achtung vor der Kreatur zu haben“, wie es einmal Freiherr von Langen ausgedrückt hat, der nach dem Ersten Weltkrieg als einer der Ersten Deutschland im internationalen Wettbewerb wieder „salonfähig“ machte, nicht nur durch sein reiterliches Können (er gewann 1928 in Amsterdam die Goldmedaille in der Dressur mit seinem legendären „Draufgänger“), sondern auch und vor allem durch seine Haltung. In diese Verpflichtung ist selbstverständlich mit



*Cavaletti-Arbeit ist ein wertvoller Baustein in der Ausbildung des Pferdes.*

eingeschlossen, dass sich jeder Reiter zunächst die notwendigen Kenntnisse verschaffen muss, bevor er mit der Ausbildung beginnt und dazu bestimmte Hilfsmittel benutzen will.

Übertragen auf die Arbeit mit Cavaletti erhebt sich daher zunächst die Frage nach dem Warum. Warum lohnt es sich, Cavaletti als Hilfsmittel für die Ausbildung von Reitern und Pferden einzusetzen?

Welche Erfolge können durch diese Arbeit erzielt werden? Erst wenn darüber Klarheit besteht, hat es Sinn, die weitere Frage zu stellen:

Wie kann man die Verwendungsmöglichkeiten am besten nutzen?

## WARUM LOHNT SICH DER EINSATZ VON CAVALETTI?



*Das Reiten über Cavaletti kräftigt die Muskulatur.*

Die Ausbildung des Reitpferdes verfolgt das Ziel einer naturgemäßen Gymnastik. Die Körperkräfte des Pferdes sollen gestärkt und die Gelenke geschmeidiger gemacht werden. Ein wesentlicher Teil fällt also in das Gebiet der Muskelschulung. Hierfür kann die Cavaletti-Arbeit eine wertvolle Unterstützung sein. Die Entwicklung der Muskulatur ist von Bewegungsreizen abhängig. Muskeln werden durch gezieltes Bewegen gestärkt. Wenn sie nicht beansprucht werden, schwinden sie. Die Cavaletti-Arbeit ist deswegen zur Ausbildung der Muskulatur so hervorragend geeignet, weil sie die Pferde zu bestimmten, kontrollierbaren Bewegungsabläufen veranlasst. Das Pferd wird gezwungen, höher als gewöhnlich abzufußen und dadurch auch fester und bestimmter wieder auf den Erdboden aufzusetzen. Alle vier Beine und die dazugehörigen Gelenke werden also vermehrt beansprucht, ohne dass die Fußfolge in den drei Grundgangarten Schritt, Trab und Galopp geändert wird. Durch das dynamische An- und Abspannen der unterschiedlichen Muskelgruppen werden sämtliche für den Bewegungsvorgang wichtigen Muskeln des Pferdes gekräftigt. Wird die Cavaletti-Arbeit jedoch zu lange ausgedehnt oder ist der Aufbau der Bodenricks nicht dem natürlichen Bewegungsrhythmus des Pferdes angepasst, besteht die Gefahr einer ernsthaften Schädigung. Muskeln wachsen durch Bewegung nur, wenn sie entsprechend ihrer Lage und ihrem Aufbau in ihrer natürlichen Funktion beansprucht werden. Sie verlieren an Umfang (atrophieren), wenn sie in falscher, krampfhafter Anspannung zu einer Arbeitsleistung herangezogen werden, die sie auf die Dauer nicht vollbringen können. Die Folgen sind Schwellungen und Erschlaffung als Ergebnis von Versorgungsstörungen im Muskel. Der Aufbau neuer Muskelsubstanz hält mit dem physiologischen Abbau (Verschleiß) nicht Schritt, sodass der Muskel an Umfang abnehmen muss. Nur systematische, langsam gesteigerte Cavaletti-Arbeit kann daher die Muskelbildung des Pferdes beschleunigen. Sie ist aber auch geeignet, Muskeln zu lockern und Steifheiten zu beseitigen, vor allem bei schlecht gerittenen Pferden. Pferde, die mit tiefer



*Taktsicher und losgelassen schwingt das Pferd im Rücken.*

Halseinstellung über Cavaletti geritten werden, wölben beispielsweise den Rücken auf und entspannen die dort befindlichen Muskeln. Der Bewegungsablauf kehrt zu seinem natürlichen Rhythmus zurück. Nach kurzer Zeit wird man beobachten können, dass die von der Hinterhand ausgehende Bewegung wieder ohne Stockung auf die Vorhand übertragen wird. Der Rücken des Pferdes schwingt mit und lässt den Reiter bequem sitzen. Zwar lässt sich eine festgehaltene Rückenmuskulatur weitgehend auch schon durch Reiten in Dehnungshaltung lösen; einfacher und sicherer ist die Korrektur jedoch, wenn man Cavaletti zu Hilfe nimmt, weil dadurch dem Pferd der Bewegungsablauf genau vorgeschrieben werden kann.



*Das junge Pferd trabt mit feiner Anlehnung und der Stirnlinie deutlich vor der Senkrechten.*

Die Arbeit mit Cavaletti eröffnet also die Möglichkeit, die Muskulatur des Pferdes zu lockern und zu kräftigen. Darüber hinaus kann sie für die Entwicklung des Herz-Kreislauf-Systems nutzbar gemacht werden. Dabei genügt es zu wissen, dass man niemals einzelne Organe, sondern immer nur den ganzen Pferdekörper trainieren kann. Langsame und stetige Bewegungssteigerung erhöht die Belastungsfähigkeit des Kreislaufs und führt zum Gewinn von Ausdauer. Nimmt man für dieses Training Cavaletti zu Hilfe, hat man den Vorteil einer messbaren Beanspruchung. Insoweit kann die Cavaletti-Arbeit auch für die Konditionsschulung von Nutzen sein.

Gleichzeitig dient sie der Verwirklichung weiterer Ausbildungsziele. Eine der ersten Schwierigkeiten, mit denen das junge Pferd fertig werden muss, besteht darin, sich mit der Reiterlast im Rücken auszubalancieren. Wenn dieses Problem in der Reitbahn gelöst ist, kann mit der Vorbereitung für Geländereiten und Springen begonnen werden.

Im Zuge dieser Ausbildung lohnt sich wiederum die Verwendung von Cavaletti. Pferde, die über Bodenricks geritten werden, erlangen eine große Trittsicherheit, weil sie ihre Schritte, Tritte und Sprünge nach den festliegenden Stangen richten müssen. Sie lernen außerdem, ihren Schwerpunkt rasch und sicher zu verschieben. Da das Gleichgewicht durch das erhöhte Abfußen ständig wechselt, wird zugleich die Balance weiter gefördert und das Pferd zum sicheren Gehen auch auf unebenem Gelände vorbereitet.