

# Trainings *Manual*



NICOLE EDER

*Führübungen*

Dein Einstieg  
in die klassische Dressur

## Willkommen in der Welt der klassischen Dressur!

Wir alle wünschen uns eine harmonische, vertrauensvolle Beziehung zu unserem Pferd! Doch wie schafft man das? Die Anfänge erscheinen sehr oft unspektakulär. Dabei ist die Basis wo wichtig! Deshalb widmen wir uns dem Führtraining. Das Wort Führtraining, enthält das Wort Führen! Das Führen von deinem Pferd ohne Zug am Seil, Zügel oder Einsatz der Gerte zum vorwärts treiben schafft



Vertrauen. Keiner möchte beim Putzen seines Pferdes unsanft zur Seite geschoben werden, unangenehm auch so ein Pferdehuf auf dem eigenen Fuß oder die Pferde die sich gerne selber zur Koppel bringen. Auch hier kann man durch die Basisarbeit des Führtrainings gezielt Abhilfe schaffen. So stellt das Führtraining die Basis für die Bodenarbeit und später die klassische Dressur dar. Damit kannst du ganz einfach zu Hause einsteigen. Auf den nächsten Seiten erkläre ich dir, welches Equipment du brauchst, gebe dir erste Übungen mit und nützliche Tips. Probier das in Ruhe mit deinem Pferd aus und wenn du Unterstützung brauchst, bin ich gerne für euch da!

**Viel Spaß!**

*deine Nicole*

## Die Grundlagen des Führens

Du kannst dein Pferd mit ein paar ganz einfachen Regeln auch vom Boden aus mit leichter Hand führen und gymnastizieren. Aber das muss man einüben. Mit ein paar einfachen Übungen, kannst du deinem Pferd die ersten Schritte eurer gemeinsamen Arbeit vom Boden aus erklären.

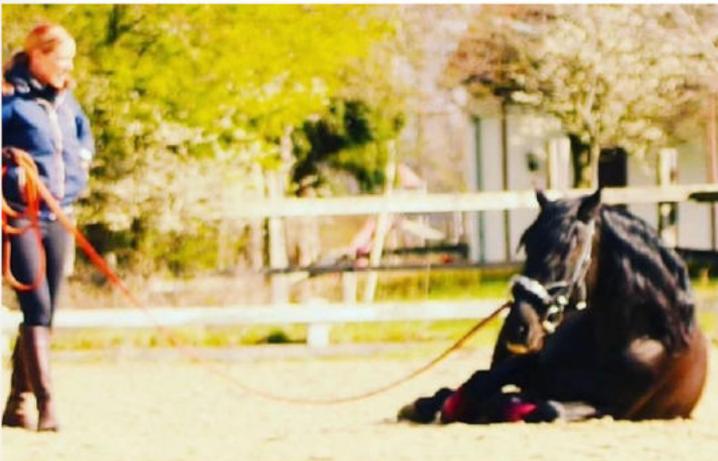
Hierbei ist es wichtig, dass du immer locker und entspannt bist und trotzdem eine gewisse Haltung und Körperspannung hast. Du weißt ja: Pferde, sind Meister



im Lesen kleinster und feinsten Signale die von uns Menschen ausgehen. Und wenn wir unkonzentriert sind oder einen unmotivierten Eindruck auf unser Pferd machen, können wir wohl kaum Begeisterung von unserem vierbeinigen Freund erwarten. Also: Lass den Stress aus Job und Alltag da wo er hingehört und freu dich auf eine entspannte Zeit mit deinem Pferd im Stall. Damit fängt es an. Und wenn du nun starten möchtest, mach es dir und deinem Pferd so einfach und angenehm wie möglich!

## Sorge für eine gute Basis

Das bedeutet, Sorge für eine entspannte Umgebung. Meide die Prime-Time in der Halle oder den super stürmischen Tag, wenn du mit etwas Neuem für dich und dein Pferd starten möchtest. Dein Pferd wird sich nur schlecht oder gar nicht konzentrieren können und es wird ihm schwer fallen dir zu zuhören.



Oft entstehen hier negative Erlebnisse, welche man einfach vermeiden kann. Wenn wir aber Spaß, Freude und positive Erlebnisse bei

unserem Pferd abspeichern wollen, dann ist dies in einer entspannten Umgebung leichter. Dein Pferd wird sich dann am nächsten Tag mit Freude und Begeisterung auf dich und die Arbeit mit dir freuen. Dies gilt übrigens nicht nur für die Arbeit vom Boden aus! Das Wichtigste ist wie überall die Basis, das Fundament. Wenn die gut sitzt, kannst du sie immer und überall abrufen. Das kann dir auch in schwierigen Situationen helfen, dein Pferd unter Kontrolle zu halten.

## Pferde lieben Routinen!

Die Basis der Bodenarbeit beginnt mit dem Führtraining. Das ist das Grundlagentraining bei dem der gemeinschaftliche Umgang im Vordergrund steht. Dein Pferd lernt hierbei den Fokus auf dich zu legen und wird immer achtsamer auf deine Bewegungen reagieren. Das Ziel hierbei, ist es eine unsichtbare Verbindung zu deinem Pferd ohne Druck und ziehen aufzubauen. Das gemeinsame Angehen, Anhalten, nach rechts oder links Abwenden, das Tempo zu beschleunigen oder zu verlangsamen und das Rückwärtsrichten sind das Ergebnis und für Zuschauende sind deine Hilfen unsichtbar. Für alle weiteren Formen der Bodenarbeit oder auch Lektionen in der Zukunft ist eine gefestigte Basisarbeit Grund-



voraussetzung und von unschätzbarem Wert. Für dieses Training stehen uns verschiedene Hilfen zur Verfügung: Unsere Körpersprache, die Stimmhilfe, ein Führseil (Arbeitsseil) und die Gerte.

## Das Ziel: eine feine Hilfengebung

Unsere Haupthilfe (Primär-Hilfe) ist unsere Körpersprache. Stimme, Seil und Gerte (Sekundär-Hilfen) unterstützen unsere Haupthilfe. Um so weniger wir die Sekundär-Hilfen einsetzen und je mehr wir unsere Körpersprache einsetzen, um so feiner werden unsere Hilfen und die Kommunikation mit unserem Pferd fast unsichtbar. Wenn man das Führtraining aus dem ersten oberflächlichen Blick betrachtet, scheint dies sehr unspektakulär zu sein, denn irgendwie kommt ja jeder vom Stall zur Reithalle. Aber tatsächlich ist diese feine Kommunikation der Schlüssel zu allen schwierigeren Aufgaben und später Dressurlektionen. Du legst damit die Basis für alles weitere. Wenn später Probleme auftreten, liegen die Gründe dafür nicht selten in einer fehlenden Basis. Leg am besten gleich los und verwende ausreichend Zeit für das Führtraining!



## Das ist deine Ausrüstung

### **Der Kappzaum**

In der Grundausbildung nutze ich einen Kappzaum, um das empfindliche Pferdemaul zu schonen. Ich benutze sehr gerne einen multifunktionalen Kappzaum, wo sich zusätzlich ein Gebiss einschnallen läßt. Dass ist eine hervorragende Möglichkeit junge Pferde an ein Gebiss zu gewöhnen. Für deine ersten Schritte in der Bodenarbeit ist aber auch ein ganz einfacher Kappzaum absolut ok. Die meisten Kappzäume haben am Nasenstück vier Ringe. Einen in der Mitte (Longe, Arbeitsseil), zwei seitliche (Zügel), und einen Halfterring. Für unser Führtraining nutzen wir erstmal den Halfterring und später den Mittlern Ring.

### **Arbeitsseil**

Das Arbeitsseil sollte eine Länge von mindestens vier Metern haben. Es sollte nicht zu schwer sein, aber auch nicht zu leicht und gut in der Hand liegen.

### **Gerte**

Richtet sich nach der Größe deines Pferdes. Du solltest mit der Gerte dein Pferd überall berühren können. Du solltest Handschuhe und festes Schuhwerk tragen.

## Übung: Führposition

Deine erste Übung in der Bodenarbeit ist deine Führposition neben dem Pferd. Das ist die Position neben dem Pferd, auf der Höhe von dessen Schulter. Mensch und Pferd haben die gleiche Blickrichtung. Auf der linken Hand des Pferdes hältst du das Seil mit den Schlaufen und der Gerte in der linken Hand. Die rechte Hand ist auf Höhe des Kopfes deines Pferdes und führt. Auf der rechten Seite des Pferdes machst du es genau umgekehrt.



## Übung: Angehen

Wenn du deine Führposition eingenommen hast und du und dein Pferd in Ruhe nebeneinander stehen können, kannst du das Angehen üben. Du startest auf der linken Hand deines Pferdes. Durch deine Körpersprache signalisierst du deinem Pferd das du angehen willst. Hierzu verlagerst du deinen eigenen Schwerpunkt leicht nach vorne. Deine rechte Hand zeigt in die Bewegungsrichtung. Die linke Hand hält die Schlaufen und die Gerte zeigt zur Hinterhand zum Treiben. Vergiss nicht das Stimmkommando. Das sollte ein Wort sein, das du immer benutzt, wenn du angehen willst. Diese Hilfen sollten gleichzeitig erfolgen.



## Übung: Anhalten

Wenn das Angehen klappt, willst natürlich auch wieder anhalten können. Dazu verlagerst du deinen Schwerpunkt nach hinten. Die Gerte zeigt nach vorne und wird leicht aufgerichtet. Am besten Greift man die Gerte dabei von unten in die Handfläche. Deine seilführende Hand hebst du an und gehst leicht mit dem Oberkörper zurück, ohne Zug und Druck. Als ergänzende Hilfe gibst du ein Stimmkommando, das du dir aussuchen kannst. Du solltest jedes Mal das gleiche Kommando geben und idealerweise alle Hilfen gleichzeitig.



## Das ist nur der Anfang!

Diese ersten Übungen hören sich erstmal simpel an. Aber du wirst überrascht sein wie oft wir uns doch nicht so richtig unter Kontrolle haben und unbewußt manchmal die merkwürdigsten Bewegungen für unser Pferd machen. Sehr wahrscheinlich klappt nicht jede Übung auf Anhieb perfekt, dann verlier nicht den Mut. Übung macht den Meister. Ein weiterer Tipp: Filme oder lasse dich beim Üben hin und wieder filmen. Hier kannst du immer sehr schnell deine kleinen Defizite sehen und so besser korrigieren. Nun wünsche dir



und deinem Pferd erst einmal viel Spaß mit meinen Übungen und den allerersten Schritten in der Bodenarbeit. Wenn du mehr lernen möchtest, dann meld dich jederzeit gerne bei mir!

*deine Nicole*

The background features a soft, textured watercolor wash in shades of light brown, beige, and muted blue. Overlaid on this is a clean, white line-art outline of a horse in profile, facing right. The name 'NICOLE EDER' is printed in a bold, black, serif font across the center of the horse's body.

**NICOLE EDER**

[www.nicoleeder.de](http://www.nicoleeder.de)