

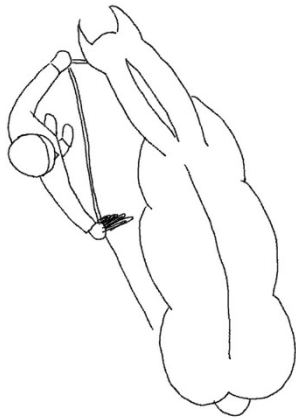
In 10 Schritten zum klassisch gerittenen Schulterherein

Schritt-für-Schritt-Anleitung Teil 1

Schulterherein vom Boden aus. Ich beschreibe hier den Ablauf auf der linken Hand im Schritt:

1. Führen in Stellung

Hake deine Longe oder Strick (keinen Panikhaken auf Grund des Gewichtes) in den mittleren Ring deines Kappzaums ein. Die Longe hältst du in deiner linken Hand etwa 20cm von dem Haken entfernt. In der rechten Hand ist deine Gerte (sie sollte bis zur Hinterhand reichen), die zum Boden zeigt. Stelle dich auf die linke Seite des Pferdes etwa auf Höhe des Halses, sodass du mit dem ausgestreckten linken Arm an den Kopf deines Pferdes kommst.



Führe dein Pferd auf dem Hufschlag in einem etwas verlangsamten Tempo als normal. Achte dabei bereits jetzt schon auf seine Kopf-Hals-Haltung. Der Kopf sollte nicht tiefer als das Buggelenk sein, aber auch nicht hochgerissen. Die kannst du entweder durch kurzes Zupfen nach oben bzw. unten korrigieren.

Läuft dein Pferd in einer konstanten Haltung, so beginne es leicht nach innen zu stellen. Ziehe dabei NICHT den Kopf nach innen, sonst verwirft sich dein Pferd! Zupfe stattdessen auch hier wieder leicht nach innen, bis die gewünschte Reaktion kommt. Du bleibst dabei permanent auf Halshöhe des Pferdes. Bist du zu weit hinten, dreht dein Pferd seinen Hals zu weit zur Mitte. Läufst du zu weit vorne, kannst du dein Pferd nicht stellen und bremst es aus.

Du kannst eine zu starke Stellung mit dem Finger an der Ganasche korrigieren. Drängelt dein Pferd nach innen, tippe es mit dem Gertenknauf an der Schulter an, um es wieder rauszuschieben.

2. Übertreten auf dem Zirkel

Führe dein Pferd, weiter in leichter Innenstellung, auf den Zirkel. Hier bringst du deinem Pferd die Seitwärtsbewegung bei. Deine Führposition von Schritt 1 behältst du weiterhin bei. Hebe nun die Gerte waagrecht auf Höhe des Knies deines Pferdes. Meist reicht diese Geste schon aus, damit das Pferd mit der Hinterhand weicht. Ist dies nicht der Fall, darfst du es leicht am Schenkel antippen. Weicht das Pferd nun seitwärts aus, nimm den Druck sofort weg!

Nun verfeinern wir den Vorgang: Achte darauf, dass das Pferd beim Weichen mit der Hinterhand kreuzt und nicht ins Rennen kommt. Dabei würde es das Gleichgewicht verlieren und der Viertakt des Schritts geht verloren. Schau beim Übertreten nicht permanent auf die Hinterbeine deines Pferdes. Dies veranlasst das Pferd mit der Vorhand zu weit nach innen zu kommen und schneller zu werden. Gehe ganz normal weiter, kreuze dabei deine Beine nicht und drehe nur deinen Oberkörper dem Pferd zu.

Lasse dein Pferd am Anfang nur 3-4 Schritte Übertreten und steigere die Anzahl langsam mit zunehmender Kraft deines Pferdes. Baue nach den paar Schritten eine Volte ein und fordere

anschließend wieder ein paar Schritte. Mach anschließend eine kurze Pause und starte erneut (maximal 3-5 Durchläufe).

3. Schultervor an der langen Seite

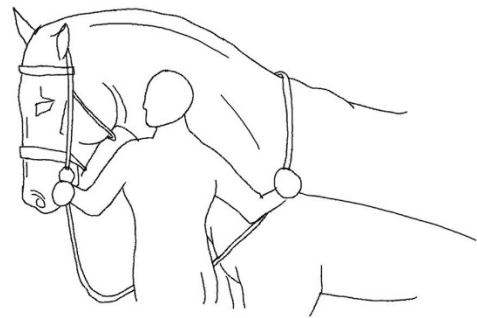
Dein Pferd kennt nun die Seitwärtsbewegung auf Gertenkommando. Nun kommt eine leichte Biegung hinzu. Beim Schultervor wird das Pferd nur so weit abgestellt und gebogen, dass der innere Hinterhuf zwischen die Vorderhufe fußt. Führe dein Pferd, wie in Schritt 1, in Stellung auf dem Hufschlag. Hebe nun die Gerte, wie in Schritt 2. Dein Pferd sollte darauf schon mit der Schulter leicht nach innen kommen und eine vorwärts-seitwärts-Bewegung machen.

Fordere auch hier wieder maximal 3 gute Schritte und entlasse dein Pferd in eine Volte. Anschließend wieder 3 Schritte Schultervor und Pause! Auch hier kannst du 3-5 Durchläufe machen. **Denke daran beide Seiten gleichmäßig und bestenfalls abwechselnd zu trainieren.**

4. Der Wechsel auf die Trense

Da dein Pferd nun das Schultervor am Kappzaum beherrscht und somit den Bewegungsablauf verinnerlicht hat, können wir zur Trense greifen. Mit der Trense kannst du die Stellung und Biegung besser kontrollieren. Deshalb üben wir auf dem Kappzaum auch nur bis zum Schultervor.

Hast du bereits Erfahrung dein Pferd am kurzen Zügel zu arbeiten, kannst du direkt zu Punkt 6 springen. Die Hilfengebung mit der Trense ist etwas anders, als beim Kappzaum. Deine linke Hand greift mit Mittel- und Ringfinger in den Trensenring. Der äußere Zügel wird über den Widerrist auf die linke Seite des Pferdes geführt und von deiner rechten Hand etwa auf Schulterhöhe gehalten. Die Gerte hast du ebenfalls in deiner rechten Hand.



TIPP: Verwende anfangs noch einen Longiergurt, bei dem du in den obersten Ring einen Riemen (z.B. einen Sperrriemen) einfädelt, durch den du deinen Zügel führst. Dadurch verhinderst du ein Hochrutschen des Zügels über den Hals.

5. Führen in Stellung mit Anlehnung

Bringe dein Pferd in eine saubere Anlehnung. Achte dabei, dass der Druck auf das Gebiss auf beiden Seiten gleich leicht ist und dein Pferd eine korrekte Haltung einnimmt. Nun schließt du ganz sanft deine linke Hand so weit, bis das Pferd in eine leichte Innenstellung kommt. Dein äußerer Zügel muss diese Stellung zulassen! Lass dein Pferd antreten und in dieser leichten Stellung auf dem Hufschlag gehen.

Du kannst dein Pferd nun mit den Zügeln in seiner Stellung korrigieren. Dies machst du genau so, als würdest du reiten. Verwirft sich dein Pferd, wirken deine Hände zu stark rückwärts.

6. Vom Schultervor zum Schulterherein

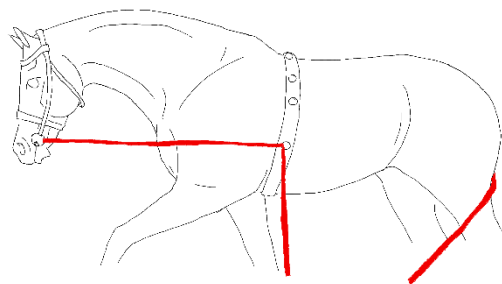
Genau wie zuvor am Kappzaum, lässt du dein Pferd nun im Schultervor auf dem Hufschlag laufen. Achte dabei darauf, dass du deine rechte Hand beim Gerteneinsatz nicht zu sehr eindrehst bzw. am Zügel ziehst. Dies übst du erstmal wieder für 3-5 Schritte und entlässt dein Pferd wieder in eine Volte.

Klappt das Schultervordrängen für mindestens 5 Schritte, kannst du langsam die Stellung und Biegung erhöhen. Dadurch kommt die Schulter des Pferdes weiter zur Bahnmitte und der Winkel zur Bande vergrößert sich. Drängt dein Pferd dabei Richtung Bahnmitte, gib leichte Arrêts, um das Vorwärts wieder in eine Seitwärtsbewegung zu leiten. Dein Körper weist dabei die Pferdeschulter seitwärts.

Du kannst diese Lektion auch mit einer Volte beginnen, denn dann hat dein Pferd bereits eine Innenstellung und Biegung, die du für das Schulterherein beibehalten kannst. Du gibst dann nur, wie in vorherigen Abschnitt bereits beschrieben, leichte Arrêts, um die Vorwärtsbewegung ins Seitwärts zu leiten.

Erhöhe die Stellung vorerst nur so weit, dass dein Pferd Schulterherein auf 3 Hufschlägen läuft. Nimm dir dazu am besten einen Helfer, der euch von Vorne beobachten kann oder führe diese Lektion auf einen Spiegel zugehend aus. Fordere zu Beginn wieder maximal 5 Schritte in einem langsameren Tempo als normal. Anschließend machst du eine Pause. Die Anzahl der Schritte kannst du je nach Kraft deines Pferdes immer weiter erhöhen, bis es eine ganze lange Seite schafft.

Alternativ oder zusätzlich zur Trense kann das Schulterherein auch am langen Zügel oder an der Doppellonge beigebracht werden.



Schritt-für-Schritt-Anleitung Teil 2

Schulterherein geritten. Ich beschreibe hier den Ablauf auf der linken Hand im Schritt:

7. Übertreten auf dem Zirkel

Beherrscht dein Pferd bereits das Schulterherein vom Boden aus (siehe Schritt-für-Schritt-Anleitung Teil 1), so beginnst du vom Sattel aus mit dem Übertreten. Ist dein Pferd gut aufgewärmt und gelöst und läuft in einer konstanten Anlehnung, wendest du auf den Zirkel ab. Bei X forderst du eine leichte Linksstellung, drehst deinen Oberkörper ein wenig zur Zirkelmitte und legst den linken Schenkel leicht zurück. Du kannst dir als Fixpunkt eine Pylone in die Mitte des Zirkels stellen.

Versteht dein Pferd die Hilfen zum Seitwärtstreten nicht, legst du zur Verdeutlichung deine Gerte an die Hinterhand. Dies kennt dein Pferd bereits von der Vorbereitung am Boden. Hebt dein Pferd nun sein linkes Hinterbein, treibt dein linker Schenkel, um es untertreten zu lassen. Hebt es das rechte Hinterbein, verlagerst du dein Gewicht auf deinen rechten Gesäßknochen. Damit verdeutlichst du das Seitwärts, weil das Pferd sich mehr ausbalancieren muss. Fordere etwa 3 Schritte Richtung Bande und entlasse dein Pferd in die Pause.

Dies wiederholst du 3-4 Mal auf jeder Hand. Pro Reiteinheit kannst du die Anzahl der Schritte und Wiederholungen steigern. Schafft dein Pferd ohne starke Hilfen die Strecke von X zur Bande, kannst du zu Schritt 8 übergehen.

8. Schulterherein auf dem Zirkel

Wir beginnen das Schulterherein auf dem Zirkel, genauso wie das Übertreten, da es für die meisten Pferde leichter ist aus der Bahnmitte zurück zur Bande zu gehen. Stell dir dafür vor du möchtest den Zirkel verkleinern. Dabei führst du die Vorhand des Pferdes Richtung Zirkelmitte, leitest aber durch leichte Arrêts, die dein Pferd bereits aus der Bodenarbeit kennt, die Vorwärts- in eine Seitwärtsbewegung um. Unterstützend dazu treibt dein linker Schenkel am Gurt und der rechte liegt verwahrend hinter dem Gurt, damit die Hinterhand auf der äußeren Zirkelspur bleibt.

Fordere auch hier wieder erst maximal 3 korrekt gerittene Schritte. Verkrampfen du oder dein Pferd sich, brich ab, mach eine kurze Erholungspause und starte von Neuem.

9. Schulterherein an der Bande

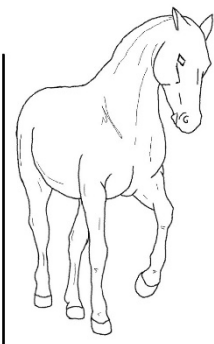
Dein Pferd hat nun die Hilfen für das Schulterherein verstanden. Reite nun ganze Bahn und nimm die Stellung aus der Ecke mit auf die lange Seite für dein Schulterherein. Alternativ kannst du auch in der Ecke eine Volte reiten und dann ins Schulterherein starten. Die Hilfen sind hier natürlich die Gleichen, wie auf dem Zirkel.

Versuche die Lektion immer dann zu beenden, wenn dein Pferd korrekte Schritte im Schulterherein gegangen ist, sich also in einer guten Anlehnung befindet, Last mit dem inneren Hinterbein aufnimmt und nicht über die äußere Schulter läuft. Das wird anfangs noch nicht so gut bzw. nur wenige Schritte klappen, aber genau diese Schritte sind sehr wertvoll für die Gymnastizierung deines Pferdes!

TIPP: benötigst du die Gerte nicht mehr, um das Seitwärts einzuleiten, nimm sie in deine rechte Hand und lege sie an die äußere Pferdeschulter. So kannst du diese begrenzen und verhinderst ein Ausbrechen über die Schulter.

Natürlich kannst du anschließend das Schulterherein auch überall anders in der Bahn reiten, z.B. die Mittellinie entlang ohne seitliche Begrenzung oder in den verschiedenen Gangarten. Dies fällt dem Pferd aber deutlich schwerer.

10. Von 3 auf 4 Hufschlaglinien



Ein korrekt gerittenes Schulterherein im klassischen Sinne lernt das Pferd nicht in ein paar Monaten. Es benötigt dafür sehr viel Kraft! Erst wenn das Schulterherein auf 3 Hufschlägen einwandfrei mindestens 1 lange Seite entlang funktioniert, würde ich zum Schulterherein auf 4 Hufschlägen übergehen. Dabei ist die Abstellung und Biegung des Pferdes noch größer.

Bei der Ausführung sollte das Pferd mit den Hinterbeinen nur leicht kreuzen. Nicht wie beim Schenkelweichen, wo Vorder- und Hinterbeine gleichmäßig kreuzen. Durch die Längsbiegung des Pferdes soll dies verhindert werden.

Weitere Übungen und Übungsreihen zum Verbessern des Schulterhereins findest du auf www.wangoanni.de