

Muskelaufbau Kurs Teil 1: Körperarbeit Woche 2

Mähnenkamm schütteln



Sanftes hin und her schütteln des Mähnenkamms. Etappenweise von cranial nach caudal (von vorne nach hinten) arbeiten.

Zwischenrippen-Muskulatur ausstreichen



Sanftes Ausstreichen der Muskulatur zwischen den Rippen, auf beiden Seiten ausführen. Die Bewegung langsam und ohne Druck ausführen. Reaktionen des Pferdes gut beobachten und bei Unwohlsein Technik nicht mehr weiter ausführen.