

Online-Weiterbildung: ***Myofasziale Linien beim Pferd*** **Lateral Line – Sensomotorik**

C und S mit Markierteller



Material:

Markierteller (splitterfrei)
2 grosse Pylonen (splitterfrei)
Bodenstange inkl. Stangenhalter
«Ikea»-Matte bzw. instabiler Untergrund

Ausführung:

Markierteller als C auslegen. Pferd langsam in das C führen, durchaus auch mal ein Halt einbauen. Breite des C's langsam verkleinern – bis auf Brustweite des Pferdes.

Anzahl Wiederholungen: max. 5 Wiederholungen pro Hand

Erhöhen des Schwierigkeitsgrades:

Zusätzlich mit «Pylonen übersteigen», Bodenstangen und instabilem Untergrund kombinieren.
Oder die S-Form Übung mit den Markierteller ausführen.



Stangenfächer (Grundform – Schritt für Schritt)



Material:

4 Bodenarbeitsstangen mit Stangenhalter
Alternativ: 4 Schaumstoffgassen
Pylonen
Evt. Cavalettiblöcke

Aufbau:

Stangen mit ca. 80cm Abstand auf die Volte legen,
Volte markiert mit Pylonen.

Stangenfächer Schritt für Schritt erarbeiten.

Ausführung:

Schritt 1:

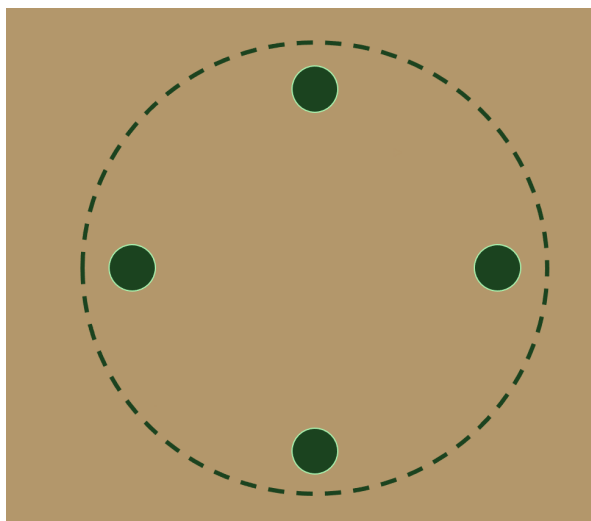
4 Pylonen im Kreis aufstellen, Durchmesser
mindestens 10 Meter.

Pferd am lockeren Strick um die Pylonen führen.
Leichte Biegung und Stellung erarbeiten, sich gut auf
die Volte fokussieren.
-> Spur halten



Nach 2 Runden Handwechsel, oder auch früher.
Maximal 45 Sekunden lang auf der Volte bleiben (3 – 4 Runden).

Schritt 1:



Schritt 2

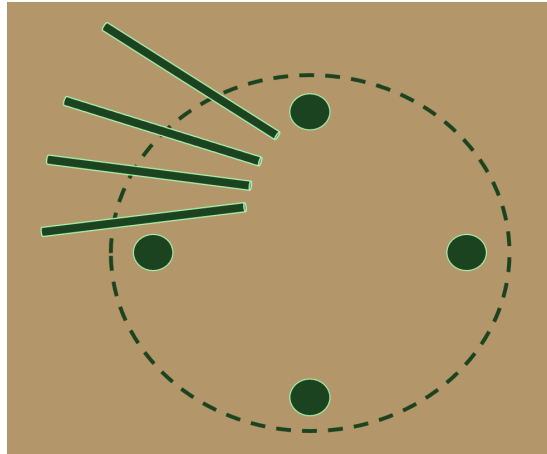
1 – 4 Stangen auf die Volte legen, Abstand ca. 80 cm.

Pferd am lockeren Strick um die Pylonen führen und über die Stangen führen. Leichte Biegung und Stellung erarbeiten, sich gut auf die Volte fokussieren.
-> Spur halten

Nach 2 Runden Handwechsel, oder auch früher.
Maximal 45 Sekunden lang auf der Volte bleiben (3 – 4 Runden).



Schritt 2:



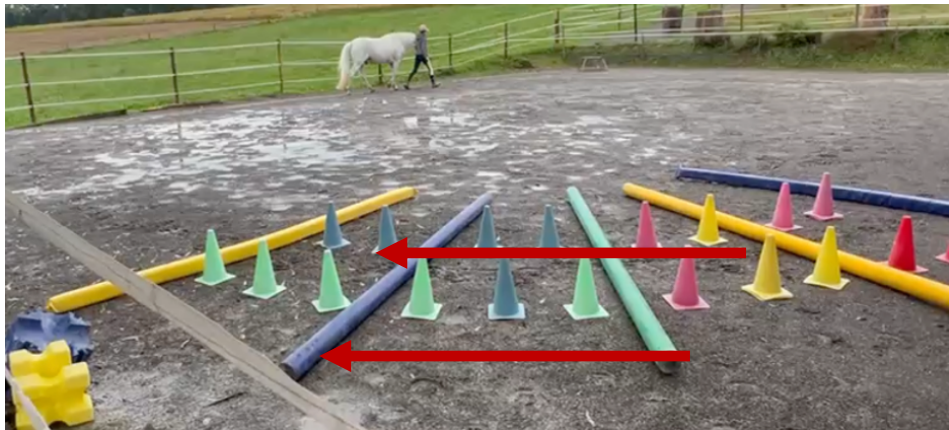
Steigerung: Stangen mit Cavalettiblöcken in unterschiedlichen Höhen aufstellen. Stangen auf einer Seite oder beidseits erhöhen.

Anzahl Pro Durchgang 2 Runden, maximal 45 Sekunden

Wiederholungen: -> 3 -4 Runden
Pause und Handwechsel
Maximal vier Durchgänge auf jede Hand

Stangenfächer mit Pylonen

Zwei Linien mit Pylonen innerhalb des Stangenfächers aufstellen.



Ausführung:

Pferd über die Stangen führen. Leichte Biegung und Stellung erarbeiten, sich gut auf die Volte fokussieren.

-> Spur halten

Radius variieren, grösserer oder kleinerer Radius geführt, als Orientierung dienen die Pylonen.

Nach 2 Runden Handwechsel, oder auch früher. Maximal 45 Sekunden lang auf der Volte bleiben (3 – 4 Runden).

Steigerung:

Stangen mit Cavalettiblöcken in unterschiedlichen Höhen aufstellen. Stangen auf einer Seite oder beidseits erhöhen.



Anzahl Pro Durchgang 2 Runden, maximal 45 Sekunden
Wiederholungen: -> 3 -4 Runden
Pause und Handwechsel
Maximal vier Durchgänge auf jede Hand

Schritte zählen

Pferd auf gerader Linie führen (am Reitplatz entlang, im Gelände oder auf dem Hofplatz)

Schritte der Vorderbeine zählen bis 10, dann Halt, wieder los bis 9 dann wieder Halt usw. bis 1, dann wieder nach oben zählen bis 10.

Für Profis:

- Anzahl Schritte willkürlich wählen
- Über Bodenstangen
- Uebener Boden im Gelände
- Schritte zählen beim Reiten
- usw.