

WISSEN-PFERD.COM

Online Weiterbildung:
Myofasziale Linien beim
Pferd

**Deep Dorsal Line –
DDL**

Sonja Bucher & Mariana Blösch
Mai 2026



1

AGENDA

- Repetition DDL
- Repetition Testung DDL
- Körperarbeit für die DDL
- Trainingsideen für die DDL
- Sensomotorik für die DDL
- Blickschulung



2



3

**TIEFE RÜCKENLINIE (DDL)
FUNKTIONSTESTS**

© www.wissens-planet.com by Sergio Bucher & Martina Blösch

4

Weitere Hinweise



- Genickflexion eingeschränkt
- Eingeschränkte Lateralflexion und Flexion des Rückens
- Bei einseitig verspannter DDL zieht der Schweif oft zur Läsion hin

© www.wissens-planet.com by Sergio Bucher & Martina Blösch

5

Schweif-Kreisen



- Löst Verspannungen im Schweifansatz und Rücken
 - M. sacrocaudalis dorsalis medialis
 - M. sacrocaudalis dorsalis lateralis
- Sanftes Schweifkreisen -> immer mit dem Gewebe
- Man beginnt mit kleinen Kreisen und diese werden dann immer grösser, sofern das Pferd die Bewegung zulässt

© www.wissens-planet.com by Sergio Bucher & Martina Blösch

6



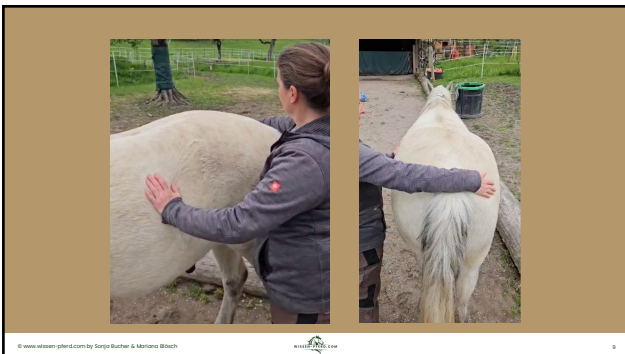
7

Rumpf-Schaukel / Rippen lösen

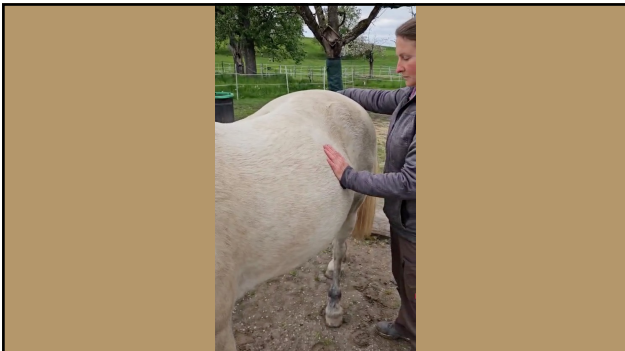
- Verbessert die seitliche Biegung
- Bessere Flexibilität im Brustkorb
- Stärkt die Rumpfträger
- Lockerung und Mobilisierung



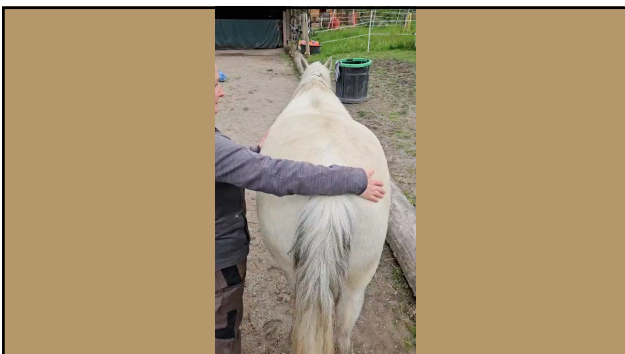
8



9



10



11



Repetition: Dura tube Stretch

Nur für Therapeuten

- Direkte Mobilisation: Hände gleiten (streben) auseinander – halten bis zum Release
- Indirekte Mobilisation: Kompression – Release – Dekompression
- Je nach Grösse des Pferdes: Dura Stretch segmental der WS-Abschnitte durchführen

© www.wissens-glerd.com by Sergio Bucher & Martina Bäsch

12



13

Repetition: Traktion am Schweif

- Sanfte Schweiftraktion und anschließender Zug an den Tuber coxae
- Hilft Restriktionen im Bereich des Thorax zu lösen
- 3x 20 Sekunden mit 10 Sekunden Pause

14



15



Massage Nackenstrecker- muskulatur

- Sanfte kreisförmige Massage mit einem Igelball
- Löst Verspannungen im Bereich der oberen HWS / Nackenregion
 - M. rectus capitis dorsalis major
 - M. rectus capitis dorsalis minor
 - M. obliquus capitis caudalis
 - M. obliquus capitis cranialis

© www.wissam-gherd.com by Sergio Bucher & Martina Bloch

16



Inneres Bild

Inneres Bild der Entenküken in einer Reihe

© www.wissam-gherd.com by Sergio Bucher & Martina Bloch

17



Inneres Bild

Balance in der tiefe der WS

© www.wissam-gherd.com by Sergio Bucher & Martina Bloch

18

Bild des Reiters



Übungen zur Stabilisation auf unebenem Boden

© www.wissam-gherl.com by Sergio Bucher & Martina Bloch

19

Übung Entriegeln

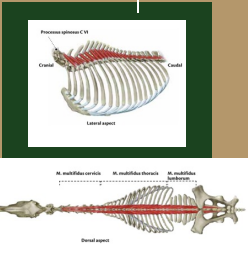


- Visconte Simon Cocozza
- Core Training für Pferde – Warm-up-Übungen aus dem Yoga

© www.wissam-gherl.com by Sergio Bucher & Martina Bloch

20

Mm. multifidi
Vielgefiederte Muskeln



Funktion:
Die Musculi multifidi wirken – zusammen mit den übrigen langen Hals- und Rückenmuskeln – als Feststeller der Wirbelsäule. Sie stabilisieren die Wirbelsäule segmentweise.

- Eine gezielte Aktivierung der Mm. multifidi ist einer der wichtigsten Ansätze in der Therapie von Rückenschmerzen!

© www.wissam-gherl.com by Sergio Bucher & Martina Bloch

21



Rückenstudie von Weishaupt et al 2019 (Uni zürich)

Von 250 Pferde, die von ihren Besitzern als gesund eingeschätzt wurden, hatten 33 % davon mittelgradige bis starke Rückenschmerzen.
-> Rückenschmerzen sind ein nicht zu unterschätzendes Problem bei unseren Reitpferden.

© www.wissem-gherl.com by Sergio Bucher & Martina Bloch

22



Stabilitätsverlust führt zu Schmerzen und Verletzungen

Die wichtigste Eigenschaft der Wirbelsäule ist ihre Stabilität. Das primäre Ziel des Trainings ist daher, die Wirbelsäulenstabilität wiederherzustellen oder zu verbessern und nicht, den Bewegungsumfang über das normale Mass hinaus zu vergrößern

Zitat: Hillary Clayton, Tierärztin und Sportwissenschaftlerin für Pferde)

© www.wissem-gherl.com by Sergio Bucher & Martina Bloch

23



Stabilitätsverlust führt zu Schmerzen und Verletzungen

- Rückenschmerzen führen schon nach wenigen Tagen zu Funktionsverlust und Atrophie.
- Auch nachdem der Schmerz behandelt und das Training angepasst wird, bleibt die Atrophie der Mm. multifidi.
- Entzündungen und Schwellungen verändern die Erregbarkeit der Gelenkrezeptoren.

© www.wissem-gherl.com by Sergio Bucher & Martina Bloch

24



SDL und DDL

Teufelskreis Rückenschmerzen:

Schwache Mm. multifidi führen zu Wirbelsäuleninstabilität. Diese Muskeln können Pferde aber schlecht direkt ansteuern, sie spüren aber die Instabilität und versuchen diese durch Anspannung der Bewegungsmuskeln zu kompensieren.

Hoher Tonus Bewegungsmuskulatur:

- Minderdurchblutung
- Verspannungen
- usw.

© www.wissam-gherl.com by Sergio Bucher & Martina Bloch

25



Sensomotorische Übungen

- Repetition SDL -> Mm. multifidi Übungen

Anzahl / Dauer

- Jede Dehnung 3- bis 5-mal durchführen
- Dehnung 3 bis 5 Sekunden halten

© www.wissam-gherl.com by Sergio Bucher & Martina Bloch

26



Unterschiedliche Untergründe

- Unterschiedliche Untergründe in das Training einbauen
-> weichere Untergründe führen zu einer Erhöhung der Muskelaktivität im Gegensatz zu harten Untergründen
- Trainingsanforderungen langsam steigern!

© www.wissam-gherl.com by Sergio Bucher & Martina Bloch

27

Instabiler Untergrund

- Zusätzliche Mobilisation mit instabilem Untergrund
- Ansprechen der Tiefenmuskulatur
- Permanente Destabilisierung -> immer wieder neu ausbalancieren



© www.wissen-pony.com by Sergio Bucher & Martina Blöchl

28

Training mit den Balance Pads

- Das Training mit den Pads basiert auf Freiwilligkeit
- Das Pferd entscheidet selbst wie lange es auf den Pads stehen will



© www.wissen-pony.com by Sergio Bucher & Martina Blöchl

29

Vorderbeine balancieren

- Pferde haben oftmals ihre Vorderbeine besser im Bewusstsein als die Hinterbeine
- Vorderbein hochheben und lege das Balance Pad dorthin, wo vorher der Huf stand. Huf sanft auf dem Pad abstellen



© www.wissen-pony.com by Sergio Bucher & Martina Blöchl

30

Hinterbeine balancieren



- Hinterbein hochheben und lege das Balance Pad dorthin, wo vorher der Huf stand. Huf sanft auf dem Pad abstellen
- Bevor man das Pferd mit allen vier Hufen auf die Pads stellt -> erst nur mit den Hinterhufen üben


© www.wissen- Pferd.com by Sergio Bucher & Martina Blöchl

31



© www.wissen- Pferd.com by Sergio Bucher & Martina Blöchl

32



© www.wissen- Pferd.com by Sergio Bucher & Martina Blöchl

33

Training mit den Balance Pads

- Drei Mal pro Woche reicht
- Mindestens einen Tag Pause dazwischen
- Trainingsintensität langsam steigern

© www.wissen-pferd.com by Sergio Bucher & Martina Blöchl

34

© www.wissen-pferd.com by Sergio Bucher & Martina Blöchl

35

WISSEN-PFERD.COM

Online Kurse / Lehrvideos

rund um die Themen Stoffwechsel, Biomechanik, Faszi(-)en & Interieur des Pferdes

www.facebook.com/wissenpferd

www.youtube.com/@wissen-pferd

©

36
