

Kapitel 3

Einwärts- Auswärts gestellt

Das Pferd wird bei dieser Gymnastik mit dem Kopf einschließlich Hals nach Innen und nach Außen gestellt. Mein Pferd geht auf der rechten Hand im Schritt auf dem Hufschlag.

Einwärts gestellt:

☐ Ich stelle über die Verkürzung des rechten Zügels auf der inneren rechten Seite den Kopf und Hals meines Pferdes nach rechts. ☐ Wichtig ist, dass ich den Hals nur so weit biege wie er sich biegen lässt, jedoch darf die Biegung irgendwann einmal bis 90 Grad sein. ☐ Das Pferd geht mit dieser Kopf- und Halshaltung geradeaus auf dem Hufschlag weiter. ☐ Mein innerer rechter Reiterschenkel liegt bei dieser Gymnastik als aktive Hilfe am Gurt und korrigiert die rechte Schulter wenn Sie nach rechts fällt. Sie verhindert das Abbiegen des Pferdes nach rechts. ☐ Der äußere Zügel hält in Richtung Bande mit Kontakt zum Pferdemaul dagegen. ☐ Der linke Reiterschenkel bleibt passiv hinter dem Gurt liegen. ☐ Der rechte Zügel liegt fast am Hals des Pferdes damit diese Schulter frei wird. ☐ Dann stelle ich über den linken Zügel den Kopf des Pferdes wieder gerade

Auswärts gestellt:

☒ Nun stelle ich den Kopf und Hals des Pferdes über verkürzen des linken Zügels nach außen ☒ Der rechte Zügel hält in Richtung Bahnmitte dagegen und verhindert dass der Kopf des Pferdes an die Bande stößt. ☒ Wieder stelle ich den Hals und Kopf des Pferdes nur so weit es möglich ist und irgendwann bis zu 90 Grad nach außen. ☒ Dabei liegt mein linker Reiterschenkel als aktive Hilfe am Gurt und lässt das Pferd in dieser Stellung geradeaus auf dem Hufschlag weiter gehen. ☒ Der rechte Reiterschenkel bleibt als passive Hilfe hinter dem Gurt liegen. ☒ Es ist wichtig, dass die linke Schulter und der Kopf des Pferdes in dieser Gymnastik nicht an die Bande stößt. Dies verhindert der rechte Zügel und der linke Reiterschenkel. ☒ Der linke Zügel liegt bei dieser Gymnastik fast am Hals des Pferdes damit die Schulter frei wird.

Korrektur

Häufig kommt das Problem auf, dass die Hinterhand des Pferdes nach rechts (innen) fällt.

☒ Dies korrigiere ich dann indem ich links mit dem Zügel eine halbe Parade gebe. ☒ Oder über den linken (äußeren) Reiterschenkel den ich weiter nach vorne nehme oder mit dem linken (äußeren) Zügel, den ich vermehrt zum Hals führe. ☒ Oder ich korrigiere die rechte (innere) Zügelhand, die nicht genügend stützt da die Zügelhand zu weit nach vorne geht. Je nachdem welche Hilfe das Pferd benötigt.

Das Pferd fällt mit der linken (äußeren) Schulter an die Bande.

☒ Zuerst vermindere ich den Druck des rechten (inneren) Reiterschenkels am Gurt. ☒ Mein linker (äußerer) Zügel stützt vermehrt die linke (äußere) Schulter indem ich den Zügel näher an diese Schulter bringe. ☒ Der linke (äußere) Reiterschenkel drückt aktiv direkt hinter dem Gurt.

Der Pferdekopf und Hals bricht nach rechts aus dem Hufschlag aus.

☒ Dann erhöhe ich die aktive Hilfe des rechten Reiterschenkels am Gurt. ☒ Und lege den rechten verkürzten Zügel mehr an den Pferdehals. ☒ Auch erhöhe ich das Tempo im Schritt über Druck beider Reiterschenkel.

Wichtig! Der Kopf des Pferdes darf nicht bis zur Schulter gezogen werden. Das würde körperliche Blockaden hervorrufen.

Energetische und körperliche Auswirkung dieser Gymnastik

Mit dieser Gymnastik lockere ich die Nackenmuskulatur sowie die Halsmuskulatur und die Schultermuskulatur.

Mit Kopf und Hals sind energetisch über Meridiane Herz , Dünndarm, Kreislauf, Blase, Niere, Magen, Lunge, Dickdarm, 3-facher Erwärmer, Gouverneur Gefäß, Konzeptionsgefäß miteinander verbunden.

Herz:

☐ Bezug zur Schulterblattmuskulatur, Brustwirbel, Backenzähne, Herz
Widerrist ☐ In der Psyche die Freude und Glücksgefühl, Liebe ☐ Herz-
Kreislaufkrankungen ☐ Blutversorgung- und Entsorgung des Körpers
☐ Übers Blut werden Botenstoffe sowie Nährstoffe zu dem jeweiligen
Organ zu geführt und Schlacken bzw Abfallprodukte in die
Ausscheidungsorgane abtransportiert. ☐ Zungenprobleme ☐
Eingeklemmte Ellbogen sind häufig Symptome für eine
Herzproblematik

Dünndarm:

☐ Bezug zum Kiefergelenk, Schultergürtel, Kniescheibe, Backenzähne,
Brustwirbel, Bauchmuskulatur, Oberschenkelmuskeln. ☐ In der
Psyche die Arbeitsfreude ☐ Vorhandlahmheit vor allem
Schulterlahmheit ☐ Kniegelenksprobleme, beim Pferd ist der
Oberschenkelknopf nicht in der Gelenkspfanne eingebettet, sondern
wird über die Bänder, Sehnen des Oberschenkelmuskels und der
Gelenkscapsel in einer Schiefelage gehalten. Sind die
Oberschenkelmuskeln schwach so ist auch der Halteapparat des
Kniegelenkes schwach. ☐ Nackensteifheit über geschwächte
Muskulatur, die schnell überfordert ist und verspannt ☐
Gewichtsabnahme ☐ Zahnfleischprobleme ☐ Durchfall, Koliken

Kreislauf:

☐ Bezug zu den Vorderbeinen, Kruppe, freie Rippen, Hals, Schulter. ☐
In der Psyche zur Ausgeglichenheit. ☐ Durchblutungsstörung ☐ Pferd
klopft beim Gehen mit den Hinterhufen auf die Vorderhufe ☐
Hinterhand Lahmheit über den Kruppen Muskel ☐
Hufrollenerkrankung ☐ Hufspitze sehr lang und die Trachten sehr
flach in der Vorhand ☐ Pass der Pferde (Kamelgang)

Blase: siehe Januarbericht Niere: siehe Januarbericht

Magen:

☐ Bezug zum Kiefergelenk, Kniegelenk, Backenzähne, Nackenband,
Brustwirbel, Mund, Rachen, Speiseröhre, alle Muskeln vor allem
Schulter- Hals- und Kopfmuskulatur, Lymphe, Brustdrüsen,
Schilddrüse, Knie, Augen. ☐ In der Psyche die Harmonie ☐
Verspannungen im Kiefer-, Kopf-, und Halsbereich ☐ Koliken ☐
Zahnprobleme ☐ Das Pferd kann nur schwer Last auf das Knie
aufnehmen, dadurch sind die Hufe der Hinterhand vorne sehr
abgenützt ☐ Verdauung und Stoffwechsel ☐ Verspannter Unterhals
z.Bsp. bei koppelnde Pferde, welche über das Luftschlucken
Magenprobleme haben ☐ Kniegelenksprobleme

Lunge:

☒ Bezug zur Halsmuskulatur, Schultermuskulatur, Brustwirbel, Backenzähne, Bronchien, Ellbogen, Nase und Stirnhöhle, Haut, Zwerchfell ☒ In der Psyche das Loslassen und Todesangst ☒ Der Sattel rutscht immer nach einer Seite beim Reiten durch den Bezug zum Muskel Serratus, der aus einem Hals- und einen Schulterteil besteht. ☒ Kann den Reiter über das Zwerchfell nicht anheben ☒ Husten und Asthma ☒ Trockene Haut und Fell ☒ Stirnhöhlenentzündung ☒ Allergieprobleme ☒ Unverträglichkeit von Impfstoffen

Dickdarm:

☒ Bezug zu Kopf, Hals, Backenzähne, Lendenwirbel ☒ In der Psyche das Loslassen ☒ Allergieprobleme ☒ Stumpfes, trockenes Fell ☒ Kotwasser ☒ Verstopfung ☒ Verwerfen des Halses, steifes und schief gestelltes Genick ☒ Schwaches Immunsystem

3-facher Erwärmer:

☒ Bezug zum Hormonsystem, vegetativen Nervensystem, Ohr, Halswirbel, Zunge, Drüsen, Gehirn, Hypophyse, Gefäße, Vorhand und Hinterhand Muskulatur ☒ Schilddrüsenerkrankung ☒ In der Psyche die Arbeitsleistung ☒ Hufrehe ☒ Bockhuf ☒ Wärmeregulationsstörung des Körpers ☒ Gefäßerkrankung ☒ Innenohrentzündung ☒ Trächtigkeitsprobleme durch Hormonstörung ☒ Rosseproblematik

Gouverneur Gefäß (Oberlinie):

Bezug zum Maul, Nase, Hals, Rücken, Kruppe Das Gouverneur Gefäß ist der Vater aller Yang Meridiane (Dünndarm, Blase, Dickdarm, Magen, Gallenblase, 3 facher Erwärmer)

Konzeptionsgefäß (Unterlinie):

Bezug zur Unterlippe, Unterhals, Brust, Bauch Das Konzeptionsgefäß ist die Mutter der Yin Meridiane (Herz, Kreislauf, Niere, Leber, Lunge, Milz Pankreas) Die Elemente Feuer, Wasser, Metall und Erde werden über diese Gymnastik gestärkt

Feuerelement:

Dieses Element sind sehr emotional starke Pferde. Sie verzeihen reiterliche Fehler nur schwer. Durch falsche reiterliche Hilfen können Sie ihre Lektionen nur erschwert ausführen, daraufhin reagieren Sie sehr unwillig. Auf reiterlichen Druck antworten Sie stets mit Gegendruck. Sie unterwerfen sich nur schwer da Sie selbst Leitfunktion besitzen. Ihre Leistung zeigen Sie ausschließlich in Teamarbeit mit dem Reiter. Sie sind sehr Leistungsstark auf Turnieren. Sie wollen keine ständigen Wiederholungen denn Sie lernen schnell. Sie haben nur wenige Freunde jedoch diese Freundschaften sind beständig. Sind Sie nicht in ihrer Mitte so sind Sie sehr gereizt und kämpfen berechnend gegen den Reiter. Sie arbeiten bis zur Erschöpfung und zeigen zu spät Schmerzen. In den

Lektionen neigen Sie in der Bergauf Tendenz und im Schwung Schwäche zu haben. Die Vorderbeine des Pferdes sollen dort auffußen wo Sie in der Schwebephase hin zeigen. Es ist auf die Schulterfreiheit des Sattels besonders zu achten.

Wasserelement: Siehe Januarbericht

Metallelement:

Es sind sehr gutmütige Pferde. Setzt man Sie zu sehr unter Druck bekommen Sie stumpfes Fell und trockene Haut. Sie versuchen immer alles richtig zu machen. Befinden Sie sich in Dysbalance neigen Sie dazu sich im Genick zu verwerfen und die Geraderichtung in der Vorhand ist nicht gegeben. Gerne rollen Sie sich auf. Sie neigen zu Schwierigkeiten im Takt und haben Schwierigkeiten den Schwung aus der Vorhand raus zu lassen.

Erde Element:

Diese Pferde sind sehr Harmonie bedürftig. Sie können mit Stress nur sehr schwer umgehen. Sie sind sehr vielseitig talentiert jedoch nicht ehrgeizig. Ansonsten sind Sie unkompliziert und das ideale Anfängerpferd. Sie sind im Gelände sehr mutig und unabhängig von anderen Pferden. Sie haben kein Problem mit mehreren Reitern oder Besitzern, denn Sie stellen sich sehr leicht auf Personen ein. Sie haben Schwierigkeiten in der Geraderichtung des gesamten Körpers. Werden Sie überfordert neigen Sie zur Zügelahmheit. Sie neigen dazu mit den Vorderhufen verkürzt aufzufußen. Es ist faszinierend was diese einfache Gymnastik im Körper meines Pferdes bewirkt!