

# natural horse

Über den **achtsamen Umgang** mit Pferden

## Dem Druck weichen

*dem Gefühl folgen*

### Scharren, Zwicken, Knotenlösen

Untugend oder Selbstausdruck?

### Das Lumbo-Sacral-Gelenk

Wichtig für die Aufrichtung im Pferdekörper

MIT SONDERTEIL  
**Gerittene  
Osteopathie®**  
**16** SEITEN  
EXTRA

Schwerpunkt

## Rund ums Heu

Was ist „gutes Heu“? · Heu ist nicht gleich Pferdeheu  
Heu bedampfen – Sinn oder Unsinn?



# Inhalt

## 04 Dem Druck weichen, dem Gefühl folgen

Wie Druck dem Pferd eine Richtung zeigen und damit zum Gefühl werden kann  
von Nadja Müller

## 10 Scharren, Zwicken, Knotenlösen

Untugend oder Selbstausdruck?  
von Nina Steigerwald

## 16 Quantenheilung für Pferd & Mensch

von Sandra Waldermann-Scherhak

## 22 Reiten mit Bewusstheit

Körpergefühl schulen mit Feldenkrais®  
von Anke Recktenwald

## 28 Pferdesprache verstehen lernen

mit chi horsing  
Seminarreportage von Martina Kiss

## 33 Sonderteil

### Gerittene Osteopathie®

Ganzheitliche Entwicklung für Körper, Geist und Seele  
von Ralf Döringshoff und Yve Ehler-Klatte

## 50 Das Lumbo-Sacral-Gelenk

Wichtig für die Aufrichtung im Pferdekörper  
von Barbara Welter-Böllner

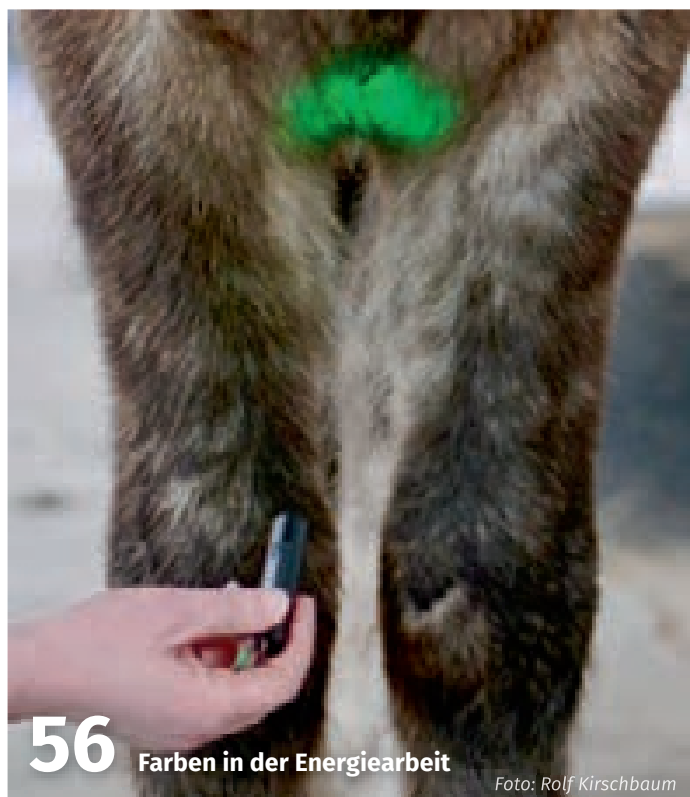
## 56 Farben in der Energiearbeit

mit Pferden  
von Rolf Kirschbaum

## 66 Was ist „gutes Heu“?

Hochwertiges Heu = gesundes Pferd  
von Dr. Christina Fritz

## 04 Dem Druck weichen, dem Gefühl folgen



## 56 Farben in der Energiearbeit

Foto: Rolf Kirschbaum

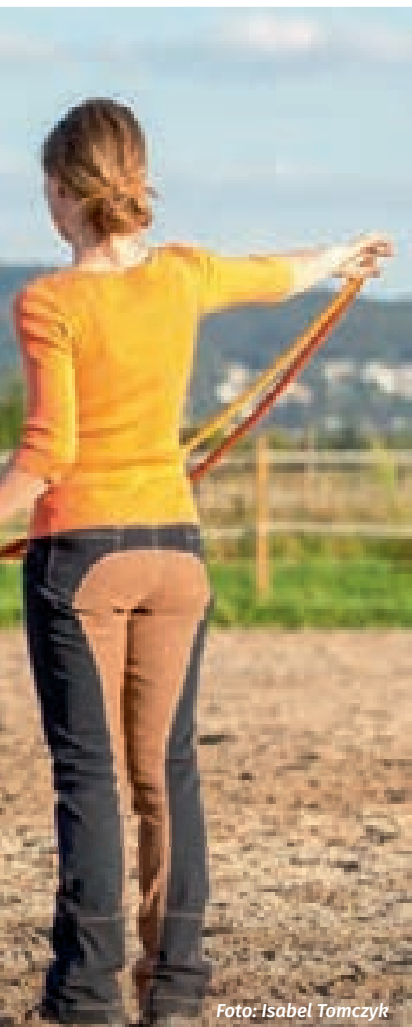


Foto: Isabel Tomczyk



Foto: Yve Ehler-Klatte

# 33 Gerittene Osteopathie®



# 74 Heu ist nicht gleich Pferdeheu

Foto: Christiane Slawik

## 74 Heu ist nicht gleich Pferdeheu

– es kommt darauf an, was drinsteckt  
von Dr. Christina Fritz

## 81 Zeigerpflanzen

Was Wildkräuter über Wiesen und Weiden aussagen  
von Manfred Hessel

## 87 Eco Hoof Print

PerNaturam Aerob-Spray und Aerob-Öl

## 88 Heu bedampfen – Sinn oder Unsinn?

Interview mit Gerd Römbke  
von Kirsten Fleiser

## 94 Buchempfehlung

„Besser Reiten mit Feldenkrais“

## 95 Harrys Welt

von Harry, dem Verlagshaflinger

## 96 Impressum, Abo

# Dem Druck weichen, dem Gefühl folgen

## Wie Druck dem Pferd eine Richtung zeigen und damit zum Gefühl werden kann

von Nadja Müller

Im guten Horsemanship ist es nicht das alleinige Ziel, das Pferd mit Druck zu bewegen oder weichen zu lassen. Es geht darum, dem Pferd beizubringen, dass Druck ihm stets eine Richtung weist, der es folgen kann – mit dem Körper, aber auch mit den Gedanken. Druck wird dann zu einem Gefühl, das das Pferd nicht einengt, sondern das es unterstützt und führt.

Pferde auf einen Druck hin weichen zu lassen, ist gut. Pferde einem Gefühl folgen zu lassen, ist besser. Im Horsemanship spielt zunächst das Weichenlassen die zentrale Rolle: Wir wollen in der Lage sein, verschiedene Körperteile des Pferdes auf unsere Aufforderung hin leicht zu bewegen. Am Anfang verschiebt man meist die Vorhand und die Hinterhand getrennt voneinander, lässt das Pferd also ein paar Schritte mit den Vorderbeinen um die Hinterhand gehen oder lässt die Hinterbeine kreuzen, wobei die Vorhand sich möglichst wenig bewegen soll.

Pferde kennen das Prinzip des Weichens, Sich-schicken-Lassens aus dem Herdenleben, wo das dominanteren Pferd den Platz des weniger dominanten einnehmen kann. Und so ist es im Horsemanship – und fast überall ebenso – ein Hauptprinzip, dass sich das Pferd von uns bewegen und dirigieren lässt: Es weicht auf unsere Körpersprache, aber auch dem Gefühl von Knotenhalfter und Seil. Es spürt Druck und gibt dem nach. Für uns Menschen ist es wichtig, zu wissen, dass wir unser Pferd bei Bedarf auffordern können, für uns Platz zu machen.

### Gefühl vermitteln auf dreierlei Arten

Echte Kommunikation bleibt hier aber nicht stehen. Wir wollen unser Pferd mit Druck nicht einfach verschieben, sondern ihm vielmehr ein Gefühl geben, dem es folgen kann. Dieses Gefühl können wir auf unterschiedliche Art und Weise vermitteln: durch positive Gedanken, durch eine einladende Körpersprache und durch die Verbindung am Seil.

Wenn ich mein Pferd in unserem kleinen Round-Pen frei longiere, dann merke ich, wie es immer stärker zu mir in die Mitte denkt, wenn ich es lobe. Durch meine positiven Rückmeldungen, meine Freude und mein Wohlwollen entsteht eine Art magnetischer Effekt – ich werde dann zu einem guten Ort für ihn und er beginnt in Innenstellung zu laufen, weil er zuhört und zugewandt ist. So kann ein Pferd einladenden Gedanken und damit einem reinen Gefühl folgen.

Mein Pferd ist sehr am Menschen interessiert und folgt auch einer einladenden Körpersprache gern

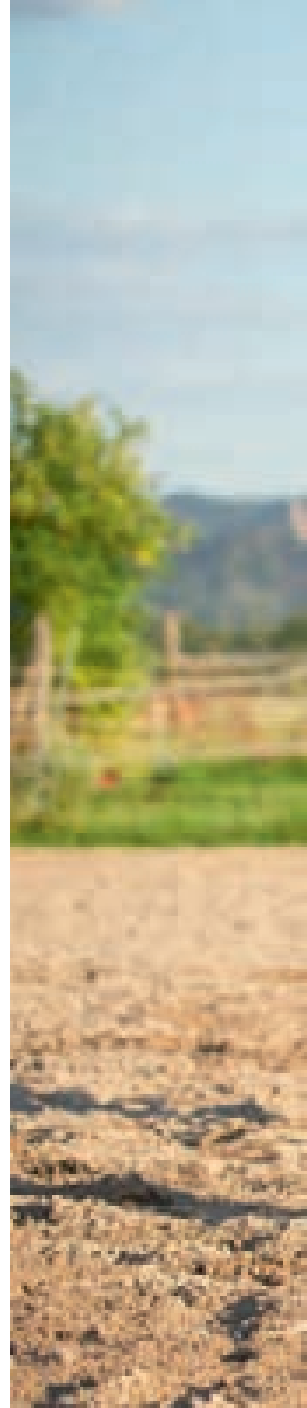


Foto: Isabel Tomczyk



und schnell. Wenn es mich im Laufstall sieht, nehme ich über mehrere Meter Entfernung kurz Kontakt auf, indem ich stehen bleibe und es ansehe, gehe dann wenige Schritte zurück und drehe meinen Körper etwas ein, sodass mein Bauchnabel es nicht mehr direkt anstrahlt. So lade ich es ein zu kommen. Damit folgt mein Pferd dem Gefühl, das meine Körpersprache vermittelt.

Wenn ich die Hand an den Diamantknoten (jener Knoten, an dem das Halfter unter dem Pferdekinn zusammenläuft) des Knotenhalters lege

und etwas Druck nach unten aufbaue, senkt mein Pferd den Kopf – es folgt damit dem physischen Gefühl, das ich vorgegeben habe.

Damit dieser physische Druck zu einem Gefühl werden kann, dem unser Pferd gern folgt, muss es den Druck zunächst verstanden haben. Das bedeutet, dass es in der Lage ist, auch bei Druckeinwirkung zu denken, nicht in den Reflex des Gegen-drucks zu verfallen und eine Lösung zu suchen und zu finden.

# SCHARREN, ZWICKEN, KNOTENLÖSEN

## Untugend oder Selbstausdruck?

von Nina Steigerwald

Was verbindet man mit dem Wort „Untugend“ beim Pferd? Vermutlich etwas Unerwünschtes, das sich negativ auf das Miteinander und die Stimmung auswirkt. Zumindest auf die des Menschen. Das, was als Untugend angesehen wird, ist für das Pferd ein Ausdruck seiner selbst, eine erlernte Möglichkeit, sich in einer Situation auf eine gewisse Art und Weise zu verhalten. Die gute Nachricht: Wenn man eine Untugend nicht als gottgegeben hinnimmt, sondern das Pferd fragt, warum es sich so und nicht anders verhält, fängt man an, eine Brücke zu ihm zu bauen.

Jeder kennt das vielleicht auch von unpünktlichen Menschen: Man selbst sitzt wie auf heißen Kohlen, und irgendwann nach der vereinbarten Zeit – deutlich danach – kommt derjenige mit einem freundlichen „Hallo, ist das nicht ein schöner Tag heute?“ in den Raum. Dieser Mensch versteht Ihren Unmut über sein (in Ihren Augen) Zuspätkommen wahrscheinlich überhaupt nicht. Und das nicht, weil er eine Untugend „hat“ oder „blöd“ ist. Sondern weil schlicht und ergreifend seine Wertewelt eine andere ist. Zwanzig oder dreißig Minuten nach einem Termin zu einem privaten Treffen zu erscheinen, ist für ihn völlig im Rahmen. Genauso verhält es sich mit dem Pferd. Seine Wahrnehmung ist eine andere, als Sie es – aus Ihrer Sicht – sehen.

### WIE VERMEIDE ICH STALLUNTUGENDEN?

Bei den sogenannten Stalluntugenden wie zum Beispiel dem Weben ist die Antwort relativ einfach: raus aus der Box, hinein in eine intakte Gruppe mit vernünftigem Raufutter- und Bewegungsangebot und ausreichendem Platz. Denn was will ein Pferd ausdrücken, wenn es auf seinen Vorderbeinen hin und her schaukelt? Dass es vor Langeweile fast zugrunde geht. Und wie verhält es sich, wenn es seine Vorderbeine dazu nutzt, am Anbinder oder bei allen anderen Gelegenheiten zu scharren? Zuerst springen einem nur die Auswirkungen dieser Untugend ins Auge: Es nervt, der Putzkasten wird umgeworfen, gar das Bein in den Strick gehängt; es wird gegraben, dass der Sand nur so fliegt oder man auf festem Boden Angst um das Hufhorn hat. Von gefährdeten Schienbeinen und Knien ganz zu schweigen. Zudem sind die anderen im Stall meist wenig begeistert davon, wenn dieses Pferd ihren eigenen Pferden ein solches Verhalten vormacht. Schließlich weiß man aus der Lerntheorie:





Foto: Maike Klein



# Reiten mit Bewusstheit

*Körpergefühl schulen  
mit Feldenkrais®*

Foto: Anke Recktenwald

von Anke Recktenwald

Körpergefühl schulen – eine der Grundvoraussetzungen beim Reiten. Das ist einfacher gesagt als getan. Denn der Mensch denkt, dass er eine bestimmte Bewegung ausführt, und es kommt eine völlig andere Bewegung heraus, oder wenn Anspannung oder Angst eine Bewegung vollkommen verhindern. Um ein leichteres Gefühl zu entwickeln, was Körper und Geist miteinander vereint, hat Moshe Feldenkrais eine Methode entwickelt, Beweglichkeit und Gleichgewicht im Körper wiederherzustellen und dabei so effizient wie möglich Kraft einzusetzen. Linda Tellington-Jones hat – nachdem sie ihre Ausbildung bei ihm abgeschlossen hatte – die Methode für Pferd und Reiter anwendbar gemacht. Anke Recktenwald erklärt, wie diese Methode beim Reiten und im Alltag wirkt.



# Wenn du nicht weißt, was du tust, kannst du nicht tun, was du willst.

(Moshe Feldenkrais)

Der Ingenieur und Physiker Dr. Moshe Feldenkrais (1904–1984), der mit Marie Curie und ihrer Tochter Irene Joliot-Curie in Paris arbeitete, lernte durch seine eigenen Knieprobleme, die auf der Flucht vor den Nazis massiv an Bedeutung gewannen, eine neue Sichtweise auf den Zusammenhang von Körper und Geist. Er begann zu forschen und suchte nach Wegen, seinen Körper wieder an den Zustand von Beweglichkeit und Gleichgewicht zurückzuerinnern. Moshe Feldenkrais war der erste Europäer mit einem schwarzen Gürtel im Judo. So waren ihm die Grundlagen qualitätsvoller Bewegungen schon bewusst und er baute diese Grundlagen in seine Methode ein. Kraft ohne Anstrengung entwickelt sich durch Gleichgewicht und gut organisierte Bewegungen. Nun begann er noch genauer hinzuschauen, beobachtete Babys in ihrem natürlichen, nicht forcierten Lernweg, die sich selbstständig vom Liegen bis zum Gehen entwickeln, ohne Eile, und doch so unglaublich schnell und leicht. Aus vielen Jahren Forschung ergab sich eine Methode, die – auf Basis ungewohnter Bewegungen, hoher Achtsamkeit und dem Experimentieren mit Neuem – es schafft, hinderliche Gewohnheiten zu erkennen, neue Möglichkeiten in kurzer Zeit zu erlernen und freier daraus wählen zu können. Dieser Weg schafft auch eine mentale Flexibilität und eröffnet eine neue Freiheit, das, was man tun möchte, mit Genuss und Leichtigkeit auszuführen.

## Vom Menschen zum Pferd

*Gute Bewegung = fließend, ohne zu ruckeln, ohne den Atem zu stören, jederzeit anzuhalten und umzukehren.* (Definition Feldenkrais\*)

Die meisten Reiter haben folgendes Bild vor Augen: sich mit seinem Pferd als Einheit zu bewegen, wie das Pferd seine Kraft, seine Geschwindigkeit zur Verfügung stellt und sie gemeinsam (wie ein Körper) über die Wiesen fliegen oder auf dem Viereck tanzen. Unsichtbare Hilfen, eine Verständigung, die von außen unsichtbar ist und beiden Freude

bereitet. Eine Möglichkeit, um diesen Traum Wirklichkeit werden zu lassen, ist die Feldenkrais®-Methode, in der es zwei Unterrichtsformen gibt:

### „Bewusstheit durch Bewegung“ – verbale Form

Gutes Lernen findet durch Vergleichen statt. Darum sollte man hier eine Möglichkeit schaffen, bei der man bewusst ausprobieren kann. Ohne die Unterscheidungsfähigkeit kann man nicht lernen, darum ist es wichtig, „Fehler“ zu machen. Aus Achtsamkeit den Pferden gegenüber ist es ratsam, den Großteil der Übungen am Boden zu machen. In einer entspannten Position kann man sich ungezwungener mit Bewegungen und Haltungen beschäftigen. Ist die Funktion in langsamen, feinen Bewegungen erforscht und gelernt, kann man sie ins Reiten mitnehmen. In schnelleren Bewegungen findet man so (oftmals zuerst unbewusst) die Leichtigkeit, die man immer gesucht hat.

Kleine Anteile von verbal angeleiteten Feldenkrais-Lektionen lassen sich auch im Sattel nutzen. Ein achtsamer Feldenkrais®-Practitioner achtet jedoch immer darauf, dass die Pferde dabei nicht zu lange stehen müssen und möglichst wenig aus dem Gleichgewicht gebracht werden. Denn schließlich soll auch ihre Bewegung leichter und eleganter werden.

### Funktionale Integration – nonverbale Kommunikation

Die zweite Lernart ist die „Funktionale Integration“, bei der ein Feldenkrais®-Practitioner in einer nonverbalen Kommunikation arbeitet. Hier wird nicht mit der Stimme angeleitet, sondern der Unterrichtende legt Hand an den Schüler an, um auf sanfte Art mit dem Reiter nach neuen Möglichkeiten zu forschen. Diese Form wirkt oft tiefer und nachhaltiger, da die Hände des Practitioners nicht mit den Grenzen in den Denkmustern des Reiters zu kämpfen haben, sondern den Glauben an Möglichkeiten und Entwicklungsfreiheit mitbringen.

So tanzen die beiden Nervensysteme miteinander und entwickeln mehr Freiheit und Leichtigkeit. Nicht immer erkennt der Reiter danach, was genau anders ist, doch er erkennt die



# Pferdesprache verstehen lernen mit chi horsing

Foto: Martina Kiss

Seminarreportage von Martina Kiss

Pferde sind klar und einfach denkende Geschöpfe, aber hinter jedem domestizierten Pferd steht ein Mensch. Zeigt das Pferd Verhaltensauffälligkeiten, kann die Ursache auch beim Verhalten des Menschen liegen, denn das Pferd spiegelt uns in manchen Aspekten. Wir Menschen wollen doch nur, dass unser Pferd das tut, was wir ihm sagen. Aber wie soll das Pferd uns verstehen und uns deuten, wenn der Körper des Menschen das eine und die Gedanken und Gefühle etwas anderes sagen? Alexandra König lehrt in der Saliho School mit chi horsing Menschen in Seminaren alles rund um die Pferdesprache und eben auch, Menschensignale so zu setzen, dass das Pferd sie verstehen kann. Natural Horse war bei einem Einsteigerseminar dabei.

**„Energy flows where attention goes!“**

*Energie fließt, wo sich die Aufmerksamkeit hinrichtet!*

Pferdesprache verstehen – wohl jeder Pferdemensch möchte das. In Bayern wird in der Saliho School genau das weitergegeben. In einem 2,5-Tage-Einsteiger-Seminar lehrt Alexandra König „Pferdesprache verstehen“, wobei sich der Inhalt eher auf „Menschensprache für Pferde übersetzen“ bezieht. Oder besser ausgedrückt lernt man in diesem Seminar: Welche Signale muss ich geben, dass mein Pferd mich versteht? Das ist die eigentliche Herausforderung einer jeden Pferd-Mensch-Beziehung und dazu bot dieses Seminar die optimale Grundlage.

## **Ein Nachmittag mit Pferdesprache-Theorie**

30 Teilnehmerinnen fanden sich in Altenmarkt an der Alz ein, um genau das zu lernen – die Pferdesprache zu verstehen. Den meisten ging es darum, ihr eigenes Pferd zu verstehen, und viele wollten auch nur ihr eigenes Verhalten hinterfragen und wie sie das Verhalten eines Pferdes deuten können. Oft genug sind es Missverständnisse zwischen Pferd und Mensch, die sich zu gefährlichen Situationen entwickeln können, und diese gilt es schon im Vorfeld zu vermeiden.

Der erste Nachmittag begann mit einer Vorstellungsrunde aller 30 Teilnehmerinnen, die aus ganz Deutschland und Österreich kamen. Es waren nicht nur Pferdebesitzerinnen, sondern auch Menschen, die schon seit Jahren Pferde kannten, aber nicht unbedingt ritten. Alexandra König ihrerseits stellte sich vor



30 Pferdemenschen hatten das Ziel, am Ende des Seminars die Pferdesprache klarer zu verstehen.  
Foto: Martina Kiss

und erzählte, wie sie zu chi horning kam und wie die Saliho School zustande kam. Sie stellte aber auch Elke und Gabi, ihre Organisatorinnen, Kerstin, eine Kommunikationstrainerin, Irene, eine „Body-Awareness“-Trainerin, Linda, eine Nachwuchstrainerin und Alena, eine Praktikantin, vor.

Nach der Vorstellungsrunde am Nachmittag fragte Alexandra König jede Teilnehmerin, warum sie am Seminar teilnahm und was sie aus dem Seminar mitnehmen wollte. Die Gründe hierfür waren verschieden, aber alle hatten ein Ziel: Pferde verstehen, um mit ihnen zusammen etwas zu unternehmen, sie zu reiten, sie zu fördern oder aber auch nur ein glückliches Pferd vor sich zu haben.

Nach der Fragerunde erklärte Alexandra König den Ablauf des gesamten Seminars: erster Nachmittag: Theorie über Pferde wie „Was Pferde denken“, zweiter Seminartag: am Vormittag Theorie und nach der Mittagspause gleich in die Praxis – ein Pferd führen am Beispiel Mensch, dritter Tag: erweiterte Praxisübungen und Videoanalysen von Pferden zweier Teilnehmerinnen.

„Pferde sind sensibel und einfach. Im Prinzip möchte das Pferd soziale Sicherheit, fressen, trinken und schlafen! In der Herde hat es eine Position, einen Rang, ... ist Leitstute. Jedes Pferd hat seinen Platz, seine Aufgabe“, erklärte Alexandra König. „Alles, was wir machen, sind aber Methoden, um das Pferd zu dressieren, zu biegen und es dazu zu bringen, das zu tun, was wir wollen.“ Dass das viele in der heutigen Zeit nicht mehr praktizieren wollen und andere Wege mit ihren Pferden suchen, zeigte allein die Anzahl der Seminarteilnehmerinnen und ihre Motivation, am Seminar teilzunehmen.

„Ich will euch auf die Natur des Pferdes herunterbrechen!“, so Alexandra König, denn der Gedanke hinter dieser Aussage ist: Das Pferd braucht und will auch nicht mehr, als seine ureigensten Bedürfnisse befriedigt haben. Also je weniger, desto

mehr. Nachdenklich, müde, aber auch neugierig auf das, was noch kommt, endete der halbe Seminartag.

## Zweiter Tag: Übungen – ohne Pferd

Neun Uhr morgens: Die zum Seminarraum umfunktionierte Reithalle, in der am Vortag schon die Vorstellungsrunde stattgefunden hatte, diente zum einen als Vortragsraum und zum anderen als Trockenübungsraum.

„Pferde brauchen die totale Klarheit und ihr müsst die Situation erkennen, damit ihr wisst, was euer Pferd braucht!“, so Alexandra König. Dabei sollte Folgendes beachtet werden:

1. Probleme, die das Pferd hat, sollten gesehen werden.
2. Hat der Mensch ein Problem, auf das das Pferd aufmerksam macht?



Zuerst wurde in der Theorie durchgenommen, was ein Pferd denkt, wenn der Mensch eine Aktion setzt, und wie wichtig zum Beispiel der Augenkontakt dabei ist. Foto: Martina Kiss



Foto: Peggy Wolff

## Porträt Alexandra König

**A**ufgewachsen ist Alexandra König in einer kleinen Vorstadt von München – und ihr Leben war damals turbulent und gefährlich, auf der einen Seite der Gesellschaft angepasst, auf der anderen Seite heftig dagegen rebellierend. Sie ließ kaum etwas aus, um sich selbst zu finden und zu erfahren. 35 Jahre lebte sie gänzlich unbewusst und zerstörerisch, sowohl nach innen als auch nach außen. Sie war ihr Leben lang auf der Suche nach Glück und Frieden. Von klein an suchte sie in der Verbindung zu Pferden nach einem umfassenden Verständnis für sich und ihre Einstellung zum Leben, das sie bei Menschen so nie gefunden hatte. Dabei testete sie sämtliche Umgangsmethoden – und ließ alle hinter sich, weil sich für sie keine natürlich und gewaltfrei anfühlte.

Dann entdeckte sie die fernöstlichen Lehren und erlebte eine Art „Bewusstseinsprung“. Seitdem befasste sie sich mit allen Fragen rund um das Leben selbst, wie mit den Prinzipien von Ursache und Wirkung alles zusammenspielt und was der Schlüssel zu guten und friedvollen Beziehungen sein kann, so wie die Pferde sie uns vorleben. Mit ihrem Forschergeist und dem Spürsinn für diese besonderen Tiere hat sie sich keine Ruhe gegönnt, bevor sie sich selbst viele Jahre lang an der Seite ihrer pferdischen Meister im Erkennen der Pferde ausbildete und die Pferdesprache erlernte.

Die Zeit war reif, um ihr Wissen weiterzugeben, und so gründete sie 2009 die Saliho School. Damit war eine Ausbildungsstätte erschaffen, in der sie all jenen ihr ganzheitliches Konzept von chi horning vermitteln kann und in der Menschen, die abseits der gesellschaftlichen Normen denken, nach dem wahren Leben suchen. Chi horning hilft jedem Menschen und Pferdefreund dabei, seine Persönlichkeit zu entwickeln und ein lebensbejahendes Leben zu führen. Alexandra Königs Vision ist es, gemeinsam mit einem geprüften Trainer- und Lehrstab das komplexe Wissen rund um die Pferdesprache und chi horning weiterzugeben, damit sich immer mehr Menschen finden, die langfristig eine neue (Pferde-)Welt mitgestalten möchten.

Dazu erschuf sie 2022 die chi horning® Group, die gerade im Aufbau ist. Unermüdlich und tatkräftig gründete Alexandra 2020 den Tierschutzverein Saliho Happy Horses & Humans e.V. Hier möchte Alexandra Hilfe zur Selbsthilfe anbieten, um Pferdeliebhabern für einen kleinen Jahresbeitrag einen Bildungskanal zur Verfügung zu stellen. Zwei schwer traumatisierte Pferde aus Kalabrien erhielten auch im Rahmen des Tierschutzes ein neues Zuhause in der Saliho School, in dem sie liebevoll therapiert werden und alt werden dürfen.

[www.chi-horsing.com](http://www.chi-horsing.com)

RALF DÖRINGSHOFF UND YVE EHLER-KLATTE

# Gerittene Osteopathie®

*Ganzheitliche Entwicklung für Körper,  
Geist und Seele*



Foto: Yve Ehler-Klatte

Das Grundkonzept der Gerittenen Osteopathie® ist nichts Neues, sondern letztlich die konsequente und kompromisslose Umsetzung der Erkenntnisse der klassischen Reitlehre.

Bei der Arbeit und reiterlichen Entwicklung des Pferdes stellt die Reitlehre nach klassischen Grundsätzen das Wohlbefinden des Partners Pferd und den Erhalt seiner natürlichen Grundgangarten in den Vordergrund. Sie haben absolute Priorität, da nur die praktische Anwendung dieser Grundsätze die Gesundheit des Pferdes ein Leben lang gewährleisten.

*Nur in Harmonie mit dem Pferd kann der Mensch seine Schönheit erhalten und entfalten.*

Xenophon

### **Die „Forderung“ von Harmonie prägt die klassische Reitlehre.**

Gerittene Osteopathie® beinhaltet nicht nur die eigentliche reiterliche Arbeit, mit der sich osteopathische Behandlungen im Sattel entwickeln lassen. Basierend auf Xenophon geht es nicht nur um Harmonie im Pferdekörper, worum sich unter anderem die strukturelle Osteopathie bemüht, sondern auch um die Harmonie mit dem Fluchttier Pferd. Dazu gehören alle Aspekte und Erkenntnisse der klassischen Reitlehre sowie das Wissen der Neurobiologie, Psychoneuroendokrinologie, Psychologie und vieles mehr. Das Konzept der Gerittenen Osteopathie® ist ein umfassendes Trainingskonzept und beinhaltet die Einstellung zum Pferd: Psyche und Physis sind untrennbar miteinander verbunden und somit hat jeder Einfluss einen Effekt auf mehreren Ebenen.

### **Grundkonzept – die natürlichen Bewegungen**

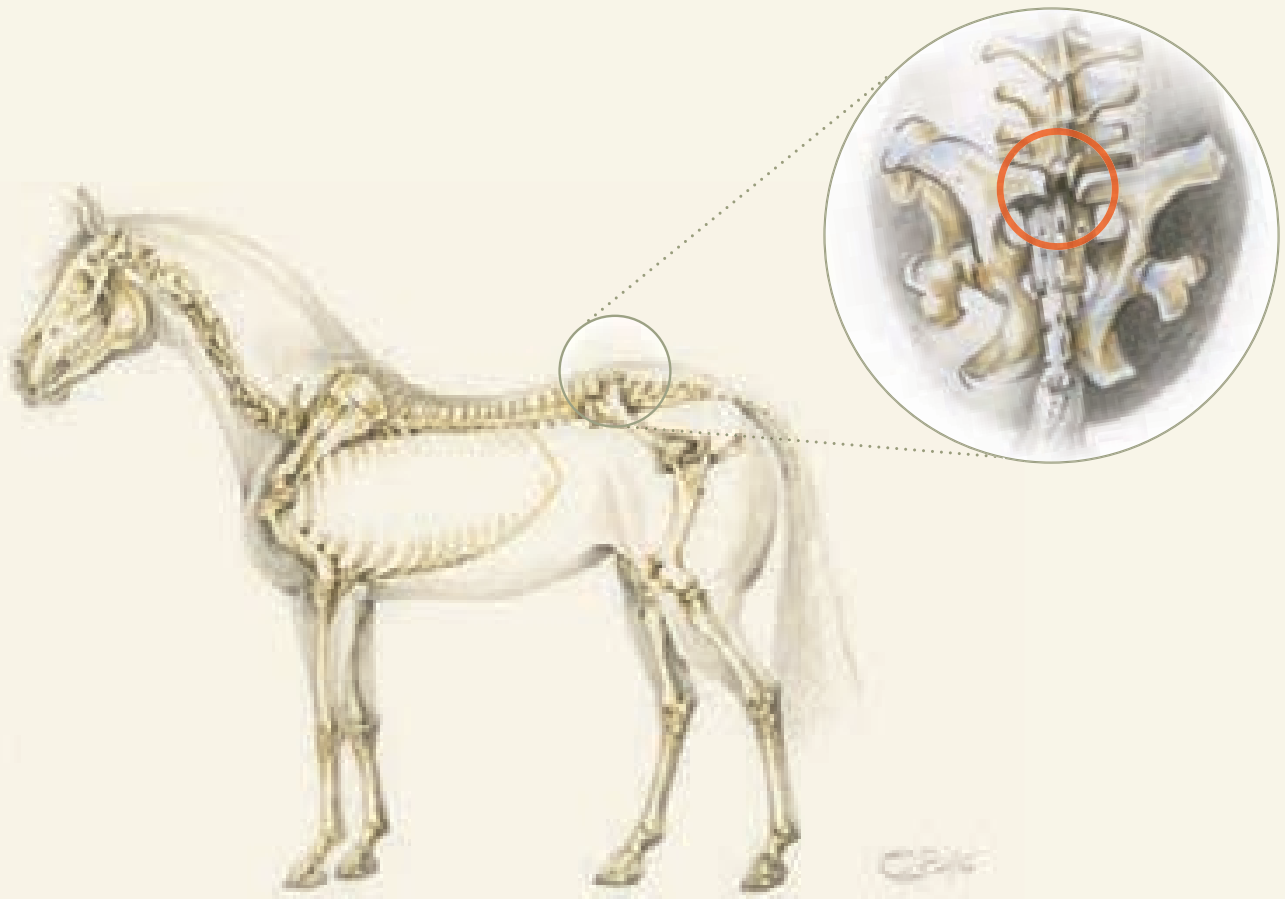
Schauen wir zunächst auf die Osteopathie. Den Begriff darf man abseits der Grundbedeutung auch freier übersetzen als: der Weg des Knochens. Gemeint ist: Welchen Weg nehmen die Knochen bei der Bewegung des Pferdes? Damit sind wir bei einem bedeutenden Element der strukturellen Osteopathie: beim Blick auf und bei der Einschätzung der natürlichen Grundgangarten über die sogenannte segmentale Bewegungsanalyse.

Die natürlichen Grundgangarten heißen so, weil sie sich in freier Natur – evolutionär – als die Bewegungsmuster entwickelt und bewährt haben. Sie gewährleisten, dass das Pferd seinen Körper (mit den im Verhältnis dazu sehr feinen Beinen) bewegen kann, ohne die Beine zu überlasten und zu schädigen. Das wäre bei erster Betrachtung leicht möglich: Die natürlichen

# Das Lumbo-Sacral-Gelenk

Wichtig für die Aufrichtung  
im Pferdekörper

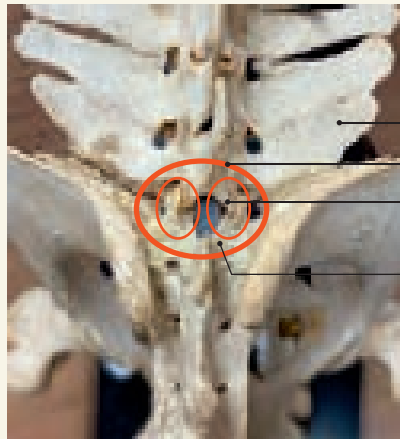
von Barbara Welter-Böller



Illustrationen: Susanne Retsch-Amschler

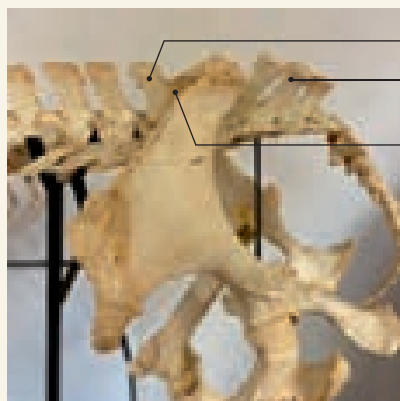
Das Lumbo-Sacral-Gelenk (LSG) ist funktionell sehr wichtig, formt doch dessen Stellung im Raum die Kruppenform. Auch der Bewegungsablauf und die Schubrichtung der Hinterhand sind von seiner Stellung abhängig, und so ist dieses Gelenk für Reiter und Trainer bedeutsam. Ein Grund mehr, über das Gelenk Bescheid zu wissen.

Das Lenden-Kreuzbein-Gelenk oder das Lumbo-Sacral-Gelenk (LSG) ist das Gelenk zwischen dem letzten, dem sechsten Lendenwirbel (bei Arabern dem fünften Lendenwirbel), und dem ersten Kreuzbeinwirbel (S1) mit der dazwischenliegenden Bandscheibe. Funktionell kann man als den lumbo-sacralen Übergang die letzten zwei Lendenwirbel und den ersten Wirbel des Kreuzbeins zusammenfassen. Man spricht auch von dem Lendenschluss.



- 6. Lendenwirbel
- Lumbo-sacraler Übergang
- linkes und rechtes Schiebegelenk des LSÜ
- 1. Kreuzbeinwinkel

Der lumbo-sacrale Übergang von oben



- 6. Lendenwirbel
- Kreuzbein
- Lumbo-sacraler Übergang

Der lumbo-sacrale Übergang von der Seite



- Physiologische Stellung des LSÜ bei Warmblütern: 15 bis 25 Grad

Die Nullstellung oder physiologische Stellung in diesem Gelenk ist eine Beugung von 15 bis 25 Grad. Diese Winkelung gilt für einen Warmblüter.

Fotos: Barbara Welter-Böller

Es gibt rassetypisch aber starke Abweichungen davon, wie zum Beispiel der Friese mit der abgeschlagenen Kruppe, die steileren Kruppen der Isländer oder die des Quarter Horse. Bei der sehr geraden Kruppe des Arabers ist der Winkel kleiner.

Die große funktionelle Bedeutung und Beweglichkeit des lumbo-sacralen Übergangs (LSÜ) kann man an der Stärke der Zwischenwirbelscheibe von 3,6 mm erkennen. Die Durchschnittsgröße zwischen den übrigen Wirbelgelenken beträgt nur ca. 2,4 mm. Es ist eine Zone von maximaler Beweglichkeit in der Wirbelsäule für die Beugung und Streckung.

Durch das straffe Kreuz-Darmbein-Gelenk sind alle Bewegungen im lumbo-sacralen Übergang miteinander verbunden und das Gleiche gilt auch umgekehrt.

### Welche physiologischen Bewegungen gibt es im LSÜ?

Das *Promontorium ossis sacri* kann sich nach bauchwärts neigen, der LSÜ wird gestreckt und die Kruppe wird gerade. Weiterlaufend kann die Lendenwirbelsäule vermehrt in Streckung gehen, der Schweifansatz ist gerade.



Sacrum in Kontraktion, Lumbo-Sacral-Übergang in Streckung

Sacrum in Nutation. – Diese Bewegung ist physiologisch und findet beidseitig gleichzeitig im rechten und linken Schiebegelenk (Facettengelenk) statt, zum Beispiel beim Ausschlagen mit beiden Hinterbeinen oder beim Öffnen der Kruppe über dem Sprung. Diese Bewegung des Kreuzbeins nennt man Nutation (lateinisch nutare: neigen).

Die Gegenbewegung ist die Kontranutation: Das *Promontorium ossis sacri* geht rückenwärts, der LSÜ beugt sich und die Kruppe wird steil. Weiterlaufend kann sich die untere Lendenwirbelsäule nach oben biegen. Diese Bewegung findet zum Beispiel extrem beim Äppeln oder beim Sliding Stop statt.

Beide Bewegungen, Nutation und Kontranutation, sind physiologisch. Wenn aber eine dieser Bewegungen eingeschränkt ist, können Probleme in der Lendenwirbelsäule, im Ilio-Sacral-Gelenk und in der Aktion der Hinterbeine entstehen.





# Farben in der Energiearbeit mit Pferden

von Rolf Kirschbaum

Farben begleiten uns in unserem Alltag, ohne dass wir darüber nachdenken, wofür sie geeignet sind. Bestenfalls gefallen uns Rot oder Blau besser. Dass Farben weitaus mehr können, beweisen uns zum Beispiel Infrarotanwendungen oder Blaulichtanwendungen gegen Gelbsucht bei Säuglingen. Da Pferde meist energetisch feinfühler als Menschen sind, reagieren sie auf Farblicht intensiver. Was hat es nun mit Farben und Farbfrequenzen auf sich? Eine Möglichkeit, Farben für die Gesundheit zu nutzen, ist die Farblichttherapie.

# Was ist „gutes Heu“?

Hochwertiges Heu  
= gesundes Pferd

von Dr. Christina Fritz



Wenn sich die Weidesaison dem Ende nähert, beginnt in den Ställen wieder die Diskussion darum, welches Heu für die Fütterung im Winter am besten geeignet ist. Was aber macht ein „gutes“ Heu aus? Hier gehen die Meinungen teilweise sehr weit auseinander. Dass offensichtlich verschimmeltes Heu nicht gut ist, darüber sind sich meist alle einig. Aber ab wann ist „staubiges“ Heu problematisch? Und soll das Heu eher weich sein oder eher grob und stängelig?

Heu ist die Futtergrundlage für jedes Pferd. Durch den evolutiven Werdegang hat sich das Verdauungssystem der Pferde daran angepasst, aus dem Pflanzenbaustoff Cellulose die notwendige Energie für den eigenen Organismus zu gewinnen, denn dieser steht auch unter widrigsten Lebensbedingungen meist noch ausreichend zur Verfügung. Eine hoch spezialisierte Gemeinschaft von Mikroorganismen im Dickdarm des Pferdes ist dafür zuständig, die Faserbestandteile der Pflanzen in kleine Bruchstücke zu zerlegen, die das Pferd aufnehmen und als Energiequellen nutzen kann. Andere mögliche Energielieferanten wie Zucker, Stärke, Fette oder Eiweiße kommen in der natürlichen Ernährung des Steppenbewohners Pferd nur in geringsten Mengen vor.

Der Hauptlieferant von Cellulose in unseren Haltungsbedingungen ist Heu, das es in den meisten Ställen zumindest über den Winter gibt. Bietet man Heu auch in der Weidezeit an, dann sieht man die Pferde in regelmäßigen Abständen von der Weide zurück in den Stall gehen, dort eine Zeit lang Heu fressen und dann ruhen, bevor sie wieder zurück auf die Weide gehen. Dieser Zyklus wiederholt sich mehrmals täglich.

Bietet man Pferden parallel verschiedene nahrhafte Heusorten an, dann wechseln die Pferde zwischen den verschiedenen Sorten ab, um sich auf das für sie individuell passende Verhältnis von Nährwert zu Fasergehalt im Verdauungstrakt einzustellen. Nun haben die wenigsten Ställe die Möglichkeit, jedem Pferd parallel fünf verschiedene Heusorten anzubieten, damit sich das Pferd sein „gutes Heu“ herausuchen kann. Aber es gibt allgemeine Qualitätskriterien, auf die man achten sollte, wenn es um das Raufutter geht. Denn gutes Heu ist die Grundlage für die Gesundheit des Pferdes. Wird an dieser Stelle gespart, dann zahlt man am Ende meist viel Lehrgeld für Tierarzt und Therapeut und langfristig mit der Gesundheit seines Pferdes.

## Hoher Fasergehalt – nicht nur langer Kauspaß

Früher galt die Faustregel: der erste Schnitt für die Pferde, der zweite Schnitt für die Kühe. Das hat einen einfachen Grund: Der erste Schnitt einer Wiese erfolgt üblicherweise spät, also nachdem die hauptbestandsbildenden Gräser in der Blüte oder noch besser in der Samenbildung sind. Solches Gras hat einen hohen Gehalt an Cellulose, denn diese wird von der Pflanze benötigt, um stabile Stängel für Blüten und Samenstände zu bilden. Je jünger der Aufwuchs, umso höher ist der Blattgehalt im Vergleich zu Stängeln. Auch die Blätter der Gräser bestehen aus Pflanzenfasern, hier findet man aber überwiegend Pektine.

Kommt nach dem ersten Schnitt die Sommer-trockenheit, gefolgt von Regenfällen im Spätsommer und einem entsprechend späten zweiten Aufwuchs, so entsteht der typische „zweite Schnitt“, auch als Kuhheu, Öhmd, Emd(e), Ettgrön oder Grummet bezeichnet. Die Wiesen sind bei der Mahd niedrig, grün und blattreich. Das Heu ist entsprechend kräftig grün, blattreich, weich und „lockig“ – es fehlt der für Pferdeheu typische Stängelgehalt. Solches Heu ist für die Fütterung an Pferde nicht geeignet, denn es ist zu reich an Pektinen und Nährstoffen. Füttert man diesen Schnitt, dann entwickeln die Pferde im Verlauf des Winters oft schleichend Dysbiosen („Fehlgärungen“) im Dickdarm, die mit einem Absinken des pH-Wertes in den sauren Bereich einhergehen, was problematisch für die Cellulose abbauenden Mikroorganismen ist. Außerdem wird dieses weiche Heu weniger gekaut, sodass die Pferde in kürzerer Zeit mehr Heu fressen, und zwar Heu mit deutlich erhöhtem Nährstoffgehalt. Gerade bei leichtfuttrigen, zu Übergewicht neigenden Pferden ist das fatal.

In manchen Jahren folgt auf den ersten Heuschnitt kräftiger Regen, sodass es zu einem schnellen und hohen zweiten Aufwuchs kommt, der spät geerntet werden kann. Dieses Heu ist manchmal vom ersten Schnitt kaum zu unterscheiden. In solchen Fällen kann der zweite Schnitt gut verfüttert werden, da er einen hohen Celluloseanteil, weniger Nährstoffe und einen geringeren Pektingehalt aufweist als übliches „Emd“.

## Auf die Nährwerte kommt es an

Häufig hört man von Pferdebesitzern die Aussage: „Unser Heu ist gut“ – und sie wundern sich, warum

# Zeigerpflanzen

Was Wildkräuter über  
Wiesen und Weiden  
aussagen

von Manfred Hessel



Foto: Christiane Slawik

Wiesen, Weiden oder die doppelt genutzten Mähweiden bezeichnet man als Wirtschaftsgrünland. Diese Flächen werden in der Regel mehr als zweimal im Jahr gemäht oder abgeweidet. Ohne diese Bewirtschaftung würden sie im mitteleuropäischen Klima nicht existieren. Die Pflanzengesellschaften des Grünlands sind also Kulturmformationen. Ohne permanente Mahd oder Beweidung würden sie sich langfristig zum

Wald entwickeln. In Mitteleuropa gibt es nur wenige Flächen mit natürlichen Wiesen: im Alpenbereich, oberhalb der Baumgrenze, oder die Magerrasen, zum Beispiel auf der Schwäbischen Alb, wo, wegen einer geringen Bodendecke über dem Gestein, keine Bäume wachsen können. Gleiches gilt für Sumpfwiesen in Küsten- und Gewässernähe, also an Stellen mit sehr hohem Grundwasserstand.

Im Laufe von vielen Jahrhunderten haben sich in den verschiedenen Regionen, abhängig von den Bodenarten und dem jeweiligen Klima, typische Pflanzengesellschaften ausgebildet. Dort, wo sich die ökologischen Standorte ähneln, wachsen auch vergleichbare Pflanzengesellschaften. Sie bilden den botanischen Teil von Biotopen. Die europäischen Wiesengesellschaften waren über Jahrhunderte in ihrem Artenspektrum und gegenüber Neueinwanderern ausgesprochen stabil.

Es gibt auch heute noch naturbelassene Wiesen, dort wechseln sich die Pflanzen in ihrem Wuchsoptimum und in ihren Blühterminen im Jahresverlauf ab, sodass diese Wiesen immer wieder neue Farb- und Blühaspekte zeigen.

In den letzten 70 Jahren hat sich der Artenreichtum auf Wiesen und Weiden immer mehr reduziert. Fanden Botaniker auf mageren Wiesen früher 60 bis 80 Arten (inklusive der Gräser) auf einer Referenzfläche von 25 m<sup>2</sup>, so finden sie heute auf den wenigen extensiven Grünland-Flächen nur noch 25 bis 30 verschiedene Pflanzenarten. Wiesen, die fünf- bis sechsmal gemäht oder intensiv beweidet werden, bringen es gerade noch auf circa 10 bis 15 Arten.

### **Intensiv genutztes Wirtschaftsgrünland**

Auf intensiv bewirtschafteten Flächen mit wuchstarken Gräsern können sich nur wenige Kräuter halten und durchsetzen. Es sind Arten wie Schafgarbe, die sich dort durch Ausläufer vermehren können, oder auch Löwenzahn, der als Stickstoffzeiger optimale Bedingungen vorfindet und eine frühe Blüte sowie eine effiziente Ausbreitungsstrategie

Güllegaben sorgen überall für eine gleiche Nährstoffversorgung. Foto: [www.shutterstock.com/](http://www.shutterstock.com/) Vladimka production



hat. Dazu kommen einige von Pferden gemiedene Arten wie Sauerampfer, Wiesenbärenklau und das berühmte Jakobs-Kreuzkraut.

Durch die Düngemaßnahmen und die Ansaat stark wachsender Gräser haben sich die Wiesen und Weiden in ihrem Artenspektrum bundesweit angeglichen, sodass es kaum noch regionale Unterschiede in den Wiesengesellschaften gibt. Die Güllegaben sorgen überall für eine gleiche Nährstoffversorgung.

Wer noch eine alte, artenreiche Wiese oder Weide bewirtschaften darf, sollte dafür dankbar sein, die Fläche gegen jeden Eingriff verteidigen und sie verantwortungsvoll für kommende Generationen bewahren.

### **Was wächst denn da?**

Das ist abhängig von der Art des Bodens. Dominieren im Boden Sand, Schluff, Lehm oder Ton? Wie hoch ist der Feuchtegehalt im Boden? Ist der Boden trocken, feucht oder nass? Wie sieht es mit dem Nährstoffgehalt aus? Ist der Boden mager oder fett (nährstoffreich)?

Der Botaniker kann ohne große Bodenanalysen aus der vorkommenden Vegetation die Bodenqualitäten beurteilen. Das geschieht nicht anhand einer einzelnen Pflanze, sondern wird aus dem Zusammenspiel mehrerer Arten, also den Pflanzengesellschaften, herausgelesen. Dominieren hier einzelne Kräuter, können sie auf Fehler im Grünlandmanagement hinweisen.

### **Was hat das mit den Pflanzen auf unseren Wiesen zu tun?**

In der Natur suchen Pflanzen sich den Standort, der ihnen zusagt und an dem sie Bedingungen finden, mit denen sie sich durchsetzen können und die ihrer Art ermöglichen, zu wachsen und sich zu vermehren.

Auf der Weide stellt sich die Frage: Warum wachsen auf meiner Weide diese Pflanzen, die ich doch gar nicht will und die niemand eingeladen hat? Wie könnte ich erwünschte Kräuter dort fördern? Gehen wir noch einmal zum Ausgangspunkt zurück: Grünland, Wiesen und Weiden sind Kulturlandschaften, und alles, was dort wächst, wächst durch den Einfluss des Menschen und dessen Tiere. Also ja, wir und unsere Pferde sind es, die für Sauerampfer und Hahnenfuß verantwortlich sind.

# Heu bedampfen – Sinn oder Unsinn?

*Interview mit Gerd Römbke*

von Kirsten Fleiser





Die Heuqualität in Mitteleuropa sinkt von Jahr zu Jahr ab. Oft sind unsachgemäße Lagerung und zu schnelle und frühe Bündelung (meist in großen Rundballen) des noch feuchten Heus Nährboden für Schimmelpilze und Bakterien. Um trotzdem ein fressbares Heu und eine annehmbare Heuqualität zu bekommen, gibt es die Möglichkeit, Heu zu bedampfen. Gerade bei Pferden, die unter immer wiederkehrendem Husten leiden, kann man durch das Heubedampfen zumindest die Eiweißhülle von Schimmelsporen zerstören. Gerd Röbbke, Pferdetrainer, war sechs Jahre Alleinimporteur von Heubedampfern, bevor er 2015 seine eigene Produktlinie entwickelte. Kirsten Fleiser hat mit ihm über Wissenswertes zum Thema Heubedampfung gesprochen.

NH: Natural Horse, GR: Gerd Röbbke

**NH: Warum bedampft man Heu?**

**GR:** Der heiße Dampf tötet Mikroorganismen ab, die sonst den allergischen trockenen Husten der Pferde auslösen. Das sind in der Regel Sporen von Schimmelpilzen. Wenn diese abgetötet sind, können sie die Schleimhäute im Atemtrakt der Pferde nicht mehr angreifen. Futtermilben und viele Bakterien werden ebenfalls mit abgetötet. Es geht um Ursachenbeseitigung anstatt Symptombekämpfung mit Medikamenten.

**NH: Wie lange soll Heu bedampft werden?**

**GR:** Bis es heiß ist, sprich: mindestens 80 Grad. In der Regel braucht der Inhalt einer 300-Liter-Box 50 bis 60 Minuten zum Garwerden, abhängig von der Füllmenge und der Leistungsstärke des Geräts. Je mehr Dampf, desto schneller. Wenn das Heu heißer bedampft wurde, braucht es dafür etwas länger, bis es Frestemperatur hat.

**NH: Wie viel Heu kann ich pro Bedampfung einfüllen?**

**GR:** Das ist abhängig vom Bedarf und der Größe des Geräts. Die Menge beziehungsweise das Gewicht variiert, je nachdem, ob das Heu lose, im Netz oder als gepresster Ballen bedampft wird. Dabei sollten nach Möglichkeit immer die verbleibenden Hohlräume gestopft werden, um eine gleichmäßige Bedampfung zu gewährleisten.

**NH: Wie sind die Rückmeldungen von Pferdebesitzern, die unter Heuschnupfen leiden?**

**GR:** Vor dem Bedampfen ist das Heu für sie ein Auslöser, danach können sie beschwerdefrei damit

# Harrys Welt

## Pferdefutter – so eine Sache

Fütterung ist so eine Sache für sich. Die Pferdebesitzer, die ihre Tiere in Einstellbetrieben untergebracht haben, kümmern sich meist nicht sonderlich darum, was gefüttert wird. Hauptsache das Pferd ist nicht zu dick oder zu dünn.

Als ich vor vielen, vielen Jahren noch in einer Reiterschule im Ständer stand, habe ich etwas Heu und eine Schaufel Hafer bekommen. Dafür musste ich mindestens vier Stunden am Tag in der Halle laufen. Wenn es gut ging, kam ich mal tageweise auf die Weide. Da habe ich mir dann den Bauch vollgefressen und hatte Bauchschmerzen – aber ich musste die Zeit für mich nutzen. Ich wusste ja nicht, wann ich wieder frisches Gras bekommen würde.

Als mein Mensch mich endlich „befreite“, haben wir sehr schnell den Stall gewechselt. In dem Stall bekam ich genug zu fressen und verbrachte den Tag auf der Weide beziehungsweise den Winter auf einem großen Paddock – und ich begann Koliken zu bekommen.

Der Stallmeister hat uns morgens erst das Kraftfutter gegeben und eine Stunde später das Heu. Na klar, ich hatte morgens Hunger. Da habe ich gefressen, was in den Napf kam. Ich war damals gerade acht Jahre alt, bekam aber schon mehrfach im Jahr Koliken. Mein Mensch hat diese zum Teil gar nicht wahrgenommen. Es waren kräftige Bauchschmerzen, die später wieder verschwanden.

Den anderen Pferden erging es nicht besser. Nachdem mein Stall von anderen Leuten schon als „der Kolikstall“ tituliert wurde, kam endlich ein Futterberater. Seitdem wurde erst Heu gefüttert und danach Kraftfutter.

Aber da hatten wir schon den Stall gewechselt. Trotzdem wurde es für mich eher schlechter als

besser. Jetzt bekam ich „Heulage“. Sollte besser für mich sein und meiner Lunge guttun. Sie schmeckte auch lecker, wie Schokolade – aber wer will schon den ganzen Tag von Schokolade leben?

Im Sommer kam ich ganz gut über die Runden, da hatte ich meine Weide. Mein Mensch hat mich vorsichtig angeweidet. Trotzdem bekam ich Bauchschmerzen von diesem angegorenen Zeug, das ich morgens und abends zu fressen bekam. Schlimm war die Zeit nach der Weidesaison. Mein Stoffwechsel war so entgleist, dass ich regelmäßig im November eine schlimme Kolik bekam und sogar zweimal in der Klinik war.

Endlich wurde ich auf Heu umgestellt und mein Stoffwechsel „repariert“. Das hat ein Jahr gedauert. Leider war das Heu nicht immer von guter Qualität und ich habe eine Menge Schimmelpilze eingeatmet. Der Stallmeister hat am Wochenende, wenn die Pferdebesitzer im Stall waren, gutes Heu gefüttert und während der Woche (besonders morgens) das schlechte Heu verfüttert – der Schurke.

Erlösung gab es erst im Alter, als meine Zähne abgenutzt waren. Da bekam ich feines Seniorenfutter und eingeweichte Heucobs. Die waren lecker. Meine Äpfel waren vom Feinsten und eine Kolik habe ich bisher nicht wieder bekommen. Dafür stöhnt jetzt mein Mensch: Seine Geldbörse ist arg strapaziert, aber das bin ich ihm wert. Pferdegesundheit geht vor, oder?

### Ever Harry

Wer Fragen, Anliegen oder Wünsche hat, kann mir unter [harry@naturalhorse.de](mailto:harry@naturalhorse.de) eine Mail schreiben.



# Kolumne