

Ausgangssituation

- Lipizzanerstute, 18 Jahre, geritten und gefahren, mehrere Fohlen gezogen.
- Alte Befunde: Arthrose rechtes Sprunggelenk nach einer OP vor 3,5 Jahren, Narbe quer über die Zunge (evtl. beim Kutsche-Fahren verletzt), wodurch oft links die Lefze und Zunge hängen, Empfindungsstörungen und kein Kauen auf dem Gebiß, auf dem linken Auge periodische Augenentzündung
- Aktueller Befund: nach Geburt des letzten Fohlens Kreuz-Darmbein-Gelenk rechts fest und entsprechende Becken-Schiefstellung. Dadurch ist das linke Knie überlastet, welches die Anstrengung wiederum diagonal auf die rechte Schulter umverlagert (siehe Bild 1 und 2).



Bild 1: 4 Wochen nach der Geburt

Die Stute wird alle 4 bis 6 Wochen vom Osteopathen "eingerichtet" (Becken, ISG, linkes Knie und die Auswirkungen des Ganzen auf die ersten Halswirbel und die Kiefergelenke). Wie auf Bild 1 zu sehen ist, hängt nun der lockere und muskulär entspannte Rücken durch, der Bauch wirkt schlaff, das Pferd ist zwischen die Schultern gerutscht. An dieser Stelle der Reha darf man auf keinen Fall verzagen! Das Lockern war der erste Schritt – nun müssen Nackenband und Bauch lernen, den dehnbaren (damit aufwölbbaren) Rücken anzuheben. Der Osteopath kann nur vorbereiten und begleiten – die Gymnastik muss der Besitzer geduldig und regelmäßig in Eigenverantwortung durchführen.



Bild 2: wenige Minuten Schritt nach der Handarbeit

Trainingsaufbau

Zuerst wurde mit der Stute (und ihrem Fohlen bei Fuß) viel ins Gelände spaziert und geklettert. Das bringt die Kondition zurück, stärkt Sehnen und Bänder und motiviert. Für die osteopathischen Themen werden an der Hand die Seitengänge erarbeitet, längere Reprisen ruhiges Rückwärtstreten und Bodenstangen, die enger liegen, als es der Komfort-Bereich der Stute ist. Durch die engen Stangenabstände muß die Dame sich wölben zum Taxieren und den Bauch anspannen, um die Hinterbeine darüber zu heben.

An Reit-Tagen wird nach 15 Minuten Handarbeit mit Seitengängen aufgesessen und noch für 15 bis 20 Minuten geritten. Hier muss streng auf die Dehnungshaltung im vorwärts-abwärts geachtet werden, da der Reiter nun mit dem Pferderücken auch noch mit angehoben werden muß. Auf Bild 2 erkennt man gut, wie die Reiterin tief hinter dem Widerrist zu sitzen kommt und das Pferd sich mit der Kruppe hoch hinaus stemmt – obwohl die Reiterin defensiv sitzt:

- leicht mit dem Oberkörper vor der Senkrechten damit die Last mehr auf dem Oberschenkel ruht als direkt auf dem Pferderücken
- die Fersen angehoben, da die Wadenmuskulatur so maximal locker ist und die Stute so nicht gegen die Wade geht (und der Reiterin nicht die Waden vorrutschen bei diesen noch sehr birnenförmigen dicken Bauch)
- Reiten mit 4 Zügeln: das Gebiß, um das Kauen zu aktivieren (Empfindungsstörungen durch Maulverletzung) und die Nase, um in der Verstärkung Anlehnung zu gewähren
- nur 15 bis 20 min Reiten, da die Stute noch nicht kräftig genug ist, und mit der Ermüdung der Muskulatur sofort wieder ihre Haltung verliert



Bild 3

Die neue Haltung

Auf Bild 3 erkennt man gut, daß die Stute mit der immer stärkeren Bauch- und Brustmuskulatur den Rücken mit Reiter hochhalten kann, immer freier in der Schulter wird und sich beginnt, reell aufzurichten. Die Reiterin sitzt immer noch unterstützend mit dem Oberkörper leicht vor der Senkrechten und bietet immer wieder die innere Zügelhand an damit die Stute in der Ganasche frei bleibt. Wie man auf Bild 4 sieht, geht die Stute nun auch in ihrer "Freizeit" in herrlicher Selbsthaltung. Nur könnte sie so den Reiter nicht gesund tragen: mit Reiter muss (!) sie eine Dehnungshaltung einnehmen damit das Nackenband zusammen mit der Bauchmuskulatur den Rücken hält. Würden die Rückenmuskeln kontrahieren, käme das Pferd ins Hohlkreuz wie ein Mensch, der auf dem Bauch liegend Rumpfheben trainiert.

Nochmal: die Bauchmuskeln und das Nackenband tragen den Reiter, die Rückenmuskeln müssen locker bleiben zum Schwingen und Aufwölben.



Bild 4: neue Freizeithaltung