

Dressurausbildung Teil 8:

Rückwärtsrichten

Es ist schon sprachlich interessant, dass von rückwärts ‚richten‘ gesprochen wird, nicht von rückwärts ‚gehen‘. Bereits hier findet sich ein Hinweis auf die Besonderheiten des Bewegungsablaufes: Zum einen zeigt das Wort ‚richten‘ auf, dass rückwärts eine geführte, vom Reiter navigierte Bewegung ist. Zum anderen verweist es auf die besondere Fußfolge der Rückwärtsbewegung: Das Pferd fußt diagonal ab, so wie im Trab, allerdings ohne Schwebephase. Rückwärts ist der Trabbewegung somit viel verwandter als der Schrittbewegung, weswegen es später auch gut für die Piaffe-Vorbereitung genutzt werden kann.

TEXT: KRISTINA JANSSEN FOTOS: SWANTJE SCHRÖDER

Warum rückwärts?

Das Rückwärtstreten wird immer gebraucht. Egal, ob es darum geht, seine Jacke an der Bande abzulegen, als Korrektur am Boden oder als wertvolle gymnastische Übung in der Dressur, der Weg zurück gehört zur Ausbildung des Pferdes mit dazu.

Zunächst einmal ist es wichtig, sich zu überlegen, was Rückwärtsgehen für das Pferd bedeutet: Pferde sind Fluchttiere. Genau hinter ihnen befindet sich ihr toter Winkel, in dem sie bei ansonsten guter Rundumsicht nichts sehen können. Rückwärtszugehen ist somit immer auch ein Vertrauensbeweis. Dies ist immer zu beachten, wenn wir unsere Pferde zurück treten lassen. Besonders in der Lernphase ist sicher zu stellen, dass das Pferd nicht in etwas hineintreten könnte, vor dem es sich dann erschrickt. Rückwärts kann

Rückwärts wird auch im Alltag gebraucht – hier zum Greifen der Jacke.



Felina steht geschlossen und entspannt.

Felina tritt diagonal zurück und kippt dabei ihr Becken ab.

aber auch eine erzieherische Funktion haben, wenn man seine eigene Rangposition festigen muss. Und im Alltag ist es wichtig, um die Pferde auch vom Boden aus navigieren zu können. Wie fangen wir es mit dem jungen Pferd an?

Für den Alltagsgebrauch: Rückwärts vom Boden aus

Vom Boden aus können die meisten Pferde rückwärts treten. Je nachdem, wie gut der Mensch ihnen das beigebracht hat, mit mehr oder weniger Einwirkung des Menschen. Wenn Sie etwas für die Achtsamkeit Ihres Pferdes Ihnen gegenüber am Boden tun wollen, empfehle ich Ihnen das Buch von Alfonso Aguilar „Professionelle Ausbildung am Boden für jedes Alter, jede Rasse“. Hier werden mit sehr guten Abbildungen sinnvoll systematisierte Abläufe gezeigt, um am Boden eine feinere und eindeutige Kommunikation mit seinem Pferd zu entwickeln. Da es in diesem Artikel aber um das Rückwärtsrichten als Übung beim Dressurreiten geht, hier nur der Hinweis: Für das Beibringen des Rückwärts aus dem Sattel ist es hilfreich, wenn das Pferd willig nach hinten geht, wenn es dazu aufgefordert wird und das akustische Kommando kennt. Dann hat Ihr Pferd das Prinzip einer Einwirkung auch nach hinten hin nachzugeben verstanden und Sie

können zu Beginn Ihre Hilfe aus dem Sattel für das Pferd übersetzen.

Rückwärts in der dressurmäßigen Ausbildung

Idealerweise führt das Pferd die Übung in flüssigen diagonalen Tritten aus. Voraussetzung dafür ist, dass es mit einer Kopf-Halsposition beginnt, in der der Rücken aufgewölbt ist. Dies ist je nach Ausbildungsstand unterschiedlich hoch. Tritt ein Pferd korrekt zurück, ‚zieht‘ es seinen Körper regelrecht mit der Muskulatur der Unterlinie über die Hinterhand nach hinten, wodurch die Gelenke der Hintergliedmaße in eine gebeugte Haltung gebracht werden und diese auch halten müssen. Korrektes Rückwärts verbessert folglich die Hankenbeugung. Das Pferd lernt, sich auf die verwahrende Wade hin zu versammeln. Stimmt die Kopf-Halsposition in der Vorbereitung nicht, sinkt der Brustkorb des Pferdes unter uns weg, und das Pferd

Korrektes Rückwärts verbessert die Hankenbeugung

‚stemmt‘ sich mit seinen Vorderbeinen nach hinten, wobei die Hinterbeine nach hinten herausgesetzt werden, statt gebeugt vermehrt unter dem Körper zu arbeiten. Das ist ein von Grund auf falscher Bewegungsablauf, der eine falsche Körperhaltung trainiert.

Die Hilfegebung im Rückwärts – Helfen statt zu stören

Wichtig ist die verwahrende Wade, die ungefähr eine Handbreit hinter ihre Normalposition zurück genommen wird. Viele Reiter machen hierbei zu Beginn eine viel zu große Bewegung, oder sie nehmen ihr Bein immer weiter zurück, wenn das Rückwärts nicht funktioniert. Leider gilt beim Reiten selten das Motto „Viel hilft viel“. Der Versuch, eine Hilfe dadurch zu steigern, dass man sie deutlicher gibt, führt leider nur zu Verspannung. Achten Sie beim Zurücklegen Ihrer Wade darauf, dass Sie nicht im Oberschenkel klemmen: Eine zurückgelegte Wade, bei der der Knieschluss zunimmt, blockiert das Hüftgelenk und durch unsere muskulären Verkettungen dann das gesamte Becken. Ich baue keinen Druck über die Wade auf. Das Zurücknehmen der Wade dient lediglich als Signal fürs Rückwärts.

Korrektes Rückwärts leitet Ihr Pferd dadurch ein, dass es mit der Muskulatur

seiner Unterlinie seinen Körper nach hinten über seine Hinterbeine ‚zieht‘ und entsprechend in der Muskulatur der Oberlinie loslässt. Leiten auch Sie Ihre Rückwärtshilfe so ein: Ziehen Sie Ihren Bauchnabel weich und vorsichtig mit einer ganz kleinen Bewegung in Richtung Wirbelsäule. (Achtung, hier ist Ihr Gefühl gefragt: Machen Sie zu viel, blockieren Sie Ihr Becken und werden unbeweglich.) Steigern Sie die Zügelwirkung vorsichtig, indem Sie sich vorstellen, der Rahmen, in dem das Pferd sich durch die Zügel befindet, würde etwas intensiviert. Wenn Sie merken, dass Ihr Pferd anfängt nach einer Lösung für die Anfrage der Hilfe zu suchen, steigern Sie nicht mehr weiter. Die Anforderung an den Reiter ist hierbei, seinem Pferd gleichzeitig zu signalisieren, dass es nach hinten treten soll und dabei die Kopf-Halsposition beizubehalten, die es braucht, um im Rücken aufgewölbt zu bleiben. Setzt das Pferd dazu an, einen Tritt nach hinten zu machen, geben sie sofort in Ihren Fingern und in Ihrem Bauch nach, damit das Pferd ein unmittelbares Erfolgserlebnis hat: Es hat die richtige Lösung für die bislang noch unbekannte Hilfe herausgefunden. Möchten Sie das Rückwärts beenden, achten Sie darauf, die Wade

wieder nach vorne zu nehmen, damit die Zuordnung der Hilfe für das Pferd eindeutig ist.

Die Lernschritte

Voraussetzung zum Erarbeiten des Rückwärts ist, dass Ihr Pferd Schritt geradeaus mit aufgewölbten Rücken läuft und sich anhalten lässt, ohne sich dabei in der Rückenmuskulatur zu verspannen, d.h. den Zügelkontakt durch eine höhere Kopf-Halsposition vermeidet. Ein Pferd auch aus dem Sattel nach hinten zu dirigieren, ist gar nicht so schwer – besonders wenn Ihr Pferd das akustische Signal und die Zügelhilfe bereits vom Boden aus kennt. Interessant ist es, dem Pferd möglichst schnell rückwärts in der richtigen Haltung beizubringen, damit das Pferd nicht später wieder aufwendig umlernen muss. Ganz gleich, was Sie Ihrem Pferd auch beibringen wollen, versuchen Sie so früh wie möglich, die Übung direkt gymnastisch sinnvoll zu trainieren. Oder vereinfachen Sie sie so weit wie möglich, dass Ihr Pferd die Ansätze schon mal richtig ausführt, damit Ihr Pferd später nicht kompliziert umlernen muss. Ihr Pferd soll lernen, Rückwärts direkt mit aufgewölbten Rücken zu beginnen.



Entspannt habe ich die Wade etwas zurückgenommen. Passen Sie auf, dass Sie sie nicht zu weit zurücknehmen. Pferde sind sensible Tiere und merken kleine Unterschiede.

Solch eine Beinhaltung ist häufig zu sehen, wenn es mit dem Rückwärts nicht so funktioniert. Mein gesamtes Bein ist verspannt.

Dafür ist es wichtig, dass Ihr Pferd im Stand die richtige Kopf-Halshaltung einnimmt. Diese hängt vom Trainingszustand des Pferdes ab. Felina musste im Training lange pausieren und absolviert rückwärts daher in einer ziemlich flachen relativen Aufrichtung. Kann Ihr Pferd also sicher mit aufgewölbten Rücken anhalten, geben Sie die Hilfe zum Rückwärtstreten. Belohnen Sie jeden einzelnen Tritt durch sofortiges Nachgeben des Zügels, indem Sie ihre Finger öffnen. Seien Sie am Anfang mit nur ein oder zwei Tritten zufrieden. Loben Sie Ihr Pferd ausgiebig und geben ihm eine Pause, indem Sie im Stand die Zügel auf den Hals legen und es einen Moment nachdenken lassen. Hat Ihr Pferd schnell ein Erfolgserlebnis, werden bald flüssig mehr Tritte folgen. Verlangen Sie zu lange Rückwärts, bevor das Pferd die Hilfe verstanden hat, erzeugen Sie Frust und Widersetzlichkeit.

Trauen Sie sich, auch beim Rückwärtsreiten die Kopf-Halsposition Ihres Pferdes zu bestimmen. Runden Sie genauso, wenn Ihr Pferd gegen die Rundung angeht, wie Sie es in der Bewegung nach vorn tun würden, und machen sie den Hals Ihres Pferdes länger, wenn es sich zu sehr verkürzt. Dies ist wichtig, da die Kopf-Halsposition mit der Bewegungsqualität korrespondiert.

Gelingt es Ihnen nicht, die gewünschte Veränderung in der Rückwärtsbewegung zu erzielen, dann halten Sie an, bereiten alles noch einmal richtig vor und starten erneut. Auf diese Art lernt das Pferd, in einer bestimmten Haltung und mit der daran geknüpften Bewegungsqualität rückwärts zu treten. Dies ist dann gymnastisch sinnvolles Training, bei dem direkt die richtige Bewegung geübt wird.

Mögliche Schwierigkeiten

Soviel zur Idealtypik. Erfahrungsgemäß ist es aber immer ein Prozess, bis man sich diesem Zustand annähert. Das kann an Fehlern des Reiters in der Hilfegebung liegen, körperlichen Schwierigkeiten des Pferdes und an Ablauffehlern in der Ausbildung.

Direkt richtig wäre aber auch langweilig, dann gäbe es ja viel weniger Zusammenhänge zu entdecken. Schließlich lernen wir uns selber und unser Pferd im Ausbil-



Die Vorbereitung an der Hand hilft auch fürs Rückwärts. Felina hat sich gut anhalten lassen und eine Kopf-Halsposition beibehalten, die ihrem Trainingszustand entspricht.

Aus dieser Starthaltung tritt sie diagonal zurück.

ungsprozess besser kennen. Sowohl was unseren Körper, als auch den des Pferdes angeht, als auch die Art, wie wir ‚ticken‘: Wie gehen Sie damit um, wenn etwas nicht richtig funktioniert? Können Sie drüber lachen, durchatmen und dann einen neuen Lösungsansatz suchen? Oder werden Sie ungehalten? Ich finde es ganz wichtig, dass es beim Reiten nicht nur um das Streben nach Perfektion geht, sondern vor allem auch darum, auf eine positive Art und Weise damit umzugehen, wenn es mal gerade nicht so perfekt ist.

Gerade bei Friesen passiert es häufig, dass sie sich in die absolute Aufrichtung entziehen und ihren Hals kurz und kürzer machen, bevor sie sich rückwärts bewegen. Als Reiter staunt man häufig, wie es anatomisch möglich ist, dass derselbe Hals, der sich eben beim Putzen noch auf eine Länge von gefühlt 2 Metern strecken konnte, um das entfernte Heubüschel zu erreichen, nun beim Reiten quasi senkrecht vor dem eigenen Körper emporragt. Entzieht sich Ihr Pferd dem Zügelkontakt, indem es in die absolute Aufrichtung ausweicht, sich einrollt oder sich nicht mehr rundet, ‚hängt‘ der Pferderücken durch. Dies passiert schnell bei Friesen und anderen Rassen, die von Natur aus eine hohe Aufrichtung haben. Das Pferd verspannt dann seine Rückenmuskulatur, um den Reiter zu tragen. So ist kein diagonales Rückwärts mehr möglich, sondern nur noch eine Bewegung im Viertakt: Das Pferd ‚geht‘ (von Schritt

gehen) dann tatsächlich rückwärts, statt Rückwärts zu ‚treten‘ (das Pferd hat im Trab diagonale Tritte). Üben Sie mit Ihrem Pferd auf diese Art das Rückwärts, gehen all die positiven Effekte, die das Rückwärtsrichten haben kann, verloren. Es ist wie bei uns, wenn wir Sport machen: Nicht allein die Tatsache, dass Sie Sport machen, entscheidet darüber, ob Sie etwas Gutes für Ihren Körper tun, sondern die Art und Weise, wie Sie die Übungen ausführen. Viele Schüler, denen ich begegne, haben noch gar nicht erfüllt und hingekuckt, wie ihr Pferd (oder andere Pferde) rückwärtsgehen. Die Fähigkeit, dies zu

Falsch: Felina ist für ihren Ausbildungsstand zu hoch aufrichtet. Der Brustkorb sinkt nach unten durch, die Bewegung ist nicht mehr diagonal und ihr Becken nach hinten heraus gestellt.



beurteilen, kann geübt werden: Beobachten Sie andere Reiter und trainieren Sie Ihr Auge. Sie werden überrascht sein, wie viele Pferde nicht sauber diagonal rückwärts treten. Wenn Sie im Sattel sitzen, bitten Sie jemanden, Ihnen zu sagen, wann die Bewegung diagonal ist und wann nicht, um Ihr Gefühl zu schulen.

Das Pferd wartet nicht ab

Das Pferd wartet Ihre Hilfe nicht ab, sondern beginnt, kaum dass man angehalten hat, nach hinten zu treten. Nimmt Ihr Pferd das Rückwärts vorweg, achten Sie darauf, dass Ihre Wade vorne am

Gurt bleibt, damit für das Pferd eine eindeutige Zuordnung besteht: Wade am Gurt bedeutet stehen bleiben. Wade in der verwehenden Position bedeutet rückwärts.

Jede neue Übung sollte von Anfang an gymnastisch sinnvoll trainiert werden.

Bietet Ihr Pferd Ihnen nun ein ungewolltes Rückwärts an, reiten Sie es in Ruhe wieder nach vorn. Achten Sie dabei auf die Position Ihrer Wade: Viele Reiter korrigieren ein ungewolltes Rückwärts mit der Wade zu weit hinten, was dann ja die Rückwärtstendenz sogar noch verstärkt. Lassen Sie Ihr Pferd noch einen Moment ruhig stehen und geben ihm dann eine Pause, d.h. legen Sie ihm im Stand die Zügel auf den Hals und loben Sie es. Nehmen Sie dann den Zügel wieder auf und reiten nach vorne wieder an. Bleibt Ihr Pferd ruhig, brauchen Sie nicht jedes Mal mehr eine Pause zu machen, sondern üben Sie Schritt-Halten. Fragen Sie solange nur das Halten, bis das Pferd Ihnen keine Rückwärtsbewegung mehr anbietet. Ziel ist, dass Ihr Pferd lernt, Ihre Hilfe abzuwarten und auf diese zu achten anstatt Abläufe auswendig zu lernen.

Als Ausbilderin finde ich diesen Fehler ‚interessant‘, weil er sehr bewusst macht, dass das Pferd permanent lernt. Ob es dabei das lernt, was wir uns wünschen, nämlich auf unsere Hilfe hin zurück zu treten oder ob es den Übungsablauf auswendig absolviert, hängt davon ab, wie achtsam wir auf den Zusammenhang zwischen Hilfe, Reaktion und unserem Nachgeben achten.

Das Pferd rennt nach hinten

Manche Pferde weichen sehr schnell nach hinten aus. Es fühlt sich im Extremfall wie ein Durchgehen nach hinten an und beruht leider häufig auf schlechten Erfahrungen des Pferdes mit den Einwirkungen des Reiters. In dieser Situation ist es wichtig, dem Pferd beizubringen, sich jederzeit

wieder anhalten zulassen und eine entspannte und vertrauensvolle Arbeitssituation herzustellen. Damit Sie diesen Fehler für das Pferd verständlich korrigieren können, ist es wichtig, dass Ihr Pferd willig aus dem Halten nach vorne antritt, wenn Sie mit der Wade am Gurt treiben oder es mit der Gerte touchieren. Gibt es hier noch ein Problem, brauchen Sie gar nicht erst zu versuchen, das Rückwärts zu verbessern. Dann fehlt Ihnen nämlich die ‚Vokabel‘, die Sie brauchen, um dem Pferd zu erklären, was es statt des (erlernten) unerwünschten Verhaltens tun soll, nämlich bei treibenden Hilfen willig anzutreten.

Funktioniert das gut, beginnen Sie nur einen Tritt rückwärts zu verlangen und nehmen dann Ihre Wade wieder nach vorn. Hält Ihr Pferd darauf hin nicht an,

Die Hilfe für das Rückwärtsrichten

- Sie können Ihr Pferd gerade anhalten und wieder anreiten und dabei die Kopf-Halsposition des Pferdes bestimmen, ohne dass es Ihnen im Rücken wegbriecht.
- Sie nehmen die Wade nach hinten und intensivieren die Zügelanfrage etwas. Dabei ziehen Sie weich in einer ganz kleinen Bewegung den Bauchnabel Richtung Wirbelsäule. Macht Ihr Pferd einen Tritt rückwärts, geben Sie sofort aus Ihren Fingern und im Bauch nach.
- Beenden Sie das Rückwärts, in dem Sie Ihre Wade wieder nach vorne nehmen.



geben Sie eine Hilfe wie zum Anreiten. Wir übertragen hier das, was das Pferd zuvor gelernt hat, in die problematische Situation. Wenn die treibende Wade am Gurt vorwärts bedeutet, kann durch die Wade auch das Zuviel an Rückwärtsenergie aufgelöst werden. Bleibt Ihr Pferd dann brav stehen, loben Sie tüchtig (aber in einem ruhigen Ton) und legen die Zügel auf den Hals für eine Denkpause im Stand. Wiederholen Sie dies solange, bis Ihr Pferd abwartet, ob es noch mehr zurück treten soll.

Im Training

Der Pferdekörper muss trainieren, das Rückwärtstreten richtig auszuführen. Fangen Sie also mit wenig Wiederholungen rückwärts und kurzen Distanzen an und steigern Sie dann langsam. Kann Ihr Pferd zwei bis drei Pferdelängen in einer guten Qualität halten, können Sie damit anfangen, direkt im Schritt wieder anzureiten.

In jedem Fall ist das Erlernen und die korrekte Ausführung des Rückwärtstretens unter dem Reiter für das Pferd eine Leistung, die es körperlich und geistig stark beansprucht. Ein fließender diagonaler Bewegungsablauf ohne jede Widersetzlichkeit ist das sichtbare Zeichen einen erfolgreichen und pferdeschonenden Ausbildung. ♥

Lassen Sie Ihr Pferd sich zwischen den einzelnen Reprisen immer wieder bewegen.