

Osteopathieseminar für Anfänger

von Petra Aufdermauer



Die Teilnehmer des Seminars: Siggj, Petra, Tine, Bettina, Angela, Veronika, Heike und Tina



Dehnung der Hals- und Brustmuskulatur und der Strecker der Zehengelenke



Dehnung der Schulter-, Brust- und Teile der Halsmuskulatur

Wenn man durch die Reitställe schlen- dert, sieht man immer mehr Pferde, die schlecht geritten sind. Das nahm ich zum Anlass einen Tierarzt zu bitten, auf unser Friesengestüt zu kommen und uns die Osteopathie und die damit verbundenen Übungen, die wir auch als Laie machen können, etwas näher zu bringen.

Es fanden sich sehr schnell zwölf Leute zusammen, die mit Begeisterung zusagten und es wurde der 20. Juni als Termin für das Seminar vereinbart.

Nun die Frage, welches Anschauungs- objekt nehmen wir? Es musste lieb sein, sich überall anfassen lassen, auch von anderen Personen. Welches Pferd genommen werden sollte, war schnell geklärt. Die Wahl fiel auf unsere dreizehnjährige Wybeline, die ein wirkliches Schätzchen ist.

Der 20. Juni nahte und endlich war es so weit. Einige Seminarteilnehmer waren mit Block und Bleistift bewaffnet, um alles genau festzuhalten.

Als erstes wurde Wybeline aufgestellt und es mussten einige Fragen zu Takt, Los- gelassenheit, Anlehnung, Schwung, gerade richten und Versammlung beantwortet werden. Weitere Faktoren, wie der passende Sattel, die Hufe, die eine stoßdämpfende Funktion erfüllen und auch die Ernährung und die Zahngesundheit haben direkten Einfluß auf den Bewegungsapparat.

Wir kamen nun zu den Dehn- ungsübungen. Je beweglicher der Rücken, Hals, Oberschenkel und Oberarm sind, desto besser werden die Erschütterungen und Spannungen der unteren Gliedmaßen auf- gefangen, Sehnen- und Gelenkpro- bleme somit verhindert, gleichzei- tig entwickelt sich eine höhere Lei- stungsfähigkeit und Koordination.

Als erstes wurde unsere Stute longiert, damit Sehnen, Bänder und Muskeln aufgewärmt wurden. Nun ging es endlich ans Pferd. Uns wurden dreizehn verschiedene Übungen gezeigt, die eine Dehnung der Muskeln, Mobilisierung der Gelenke und Aufwölbung des Rückens bewirken sollen.

Es sollte dann auch jeder mal das Gefühl bekommen, diese Übungen



Alternative zur Dehnung der Vorderseite der Hinterbeinmuskulatur



Eine Verbesserung der Seitneigung können Sie erreichen, indem Sie das Pferd mit einem Leckerli (Möhre o.ä.) motivieren. Bei dieser Übung sollte das Pferd an der Wand stehen, damit es sich nicht mit dem ganzen Körper mitbewegen kann.



Rückendehnung – Anfang



*Rückendehnung – Ende
im Lendenbereich sehr gut zu sehen, dass das Pferd seinen Rücken nach oben drückt*

an einem Pferd auszuprobieren. Leider war der Wettergott dagegen und wir mussten weitere Aktivitäten unterm Dach durchführen. Zum Abschluss bekam jeder Teilnehmer noch eine Seminarunterlage, damit man am nächsten Tag nicht alles vergessen hatte.

Anschließend setzten wir uns zusammen, um noch einige Fragen loszuwerden, die selbstverständlich alle beantwortet wurden. Herr Leist, der Leiter des Seminars, lobte unser Wissen, denn es kommt nicht oft vor, dass sich Pferdeleute mit der Materie so auseinandersetzen.

Mit einem gemütlichen Grillabend ließen wir den Tag ausklingen.

Am nächsten Tag wurden dann alle Pferde von der Wiese geholt, um die Übungen auszuprobieren. Da konnte man sehen, welche Pferde steif waren und welche nicht, doch irgendeine Blockade hatte jedes Pferd.

Wenn Sie Fragen haben, melden Sie sich bitte unter 02845 / 10214 bzw. PetraAufdermauer@aol.com oder beim Tierarzt und Dipl.-Pferde-Osteopath Gregor Leist info@gregor-leist.de

