

Pferdewippe – ein ganzheitliches Gesundheitstraining

Von Karolina Kardel



FOTO: JEANNETTE LINDEMANN

Pferdewippen haben ihren Ursprung im Westernreiten, speziell im Trailreiten. Und auch bei Gelassenheitsprüfungen findet man Wippen. Dabei handelt es sich in der Regel um eine ebene Fläche mit einem Rundholz drunter. „Der muskuläre Effekt ist bei diesen herkömmlichen Trailwippen in der Anwendung durch Drüberreiten aber nicht der Rede wert“, erklärt Nina Steigerwald aus Ochtmannien in Niedersachsen. Nina gilt als Pionierin des Pferdewippen-trainings. Sie ist Pferdephysiotherapeutin, ***TOP-Trainerin der Tierakademie Scheuerhof und Heilpraktikerin für Psychotherapie. In der Pferdewelt hat sie sich in den vergangenen Jahren vor allem als Clickertrainerin und Wippenspezialistin einen Namen gemacht. Doch wie kommt

man überhaupt dazu, sich auf das Pferdetraining mit Wippe zu spezialisieren? „Weil es glücklich macht“, sagt sie überzeugt. „Wippentraining hat so unglaublich viele positive Aspekte, dass mich die Resultate immer wieder enorm begeistern. Durch meine Ausbildung am Menschen kannte ich das Konzept von instabilen Untergründen und verkleinerten Unterstützungsflächen, um die Tiefenmuskulatur zu fördern“, erklärt sie. Die Idee, Wippen als gesundheitsförderndes Trainingstool einzusetzen, kam ihr, als sie auf YouTube ein Video von Katja Sauer mann mit ihrer Islandstute Hylling sah, die auf einer Trailwippe mit den Vorderbeinen seitlich wippte. „Da ich gerade mit dem Clickertraining begonnen hatte, wurde mir schnell klar, welches bewegungs-

fördernde Potential im Geräteturnen mit positiver Verstärkung steckt.“

In den darauffolgenden Jahren tüftelte, bastelte und schraubte sie gemeinsam mit ihrem Mann, bis 2013 die erste optimierte Kufenwippe für Pferde entstand. Heute baut und verkauft Nina nicht nur ihre beliebte Steigerwald-Wippe, sondern bildet mittlerweile sogar Steigerwald.T-Wippentrainer aus, damit möglichst viele Pferde von den positiven Aspekten des Wippens profitieren können.

Pferdewippe ist nicht gleich Pferdewippe

Um ein Pferd effektiv und gesunderhaltend mit einer Wippe trainieren zu können, spielt die Art der Wippe eine wesentliche Rolle.

Wippentraining: Für die einen ist es eine überflüssige Spie- lerei mit dem Pferd, für die anderen eine effektive Trainings- und Therapiemethode. Doch was steckt hinter dieser Trainings- methode, die immer mehr Anhänger findet?



„Eine Trailwippe hat den großen Nachteil, dass die Kräfte bei jeder Vor-Rück-Bewegung sehr abrupt in die Gelenke und sogar bis in die Wirbelsäule des Pferdes gelangen. Bei einer Kufenwippe dagegen gibt es einen gleichmäßigen, fließenden Bewegungsablauf und es entstehen keine Stauchungskräfte, die negativ auf die Gelenke wirken“, erklärt Eva-Marie Essers. Sie gehört zu den ersten, die das Wippentraining bei Nina Steigerwald erlernt hat. „Jeder, der selbst die Möglichkeit hat, eine Kufenwippe und eine Trailwippe auszuprobieren, wird den Unterschied direkt spüren und merken, welche Energien dabei freigesetzt werden, wie sie auf die Gelenke wirken und wie viel Balance und Koordination es dem Körper

abverlangt, eine Kufenwippe im Gleichgewicht zu halten.“

Eva-Marie ist Human-Physiotherapeutin und -Osteopathin, Dozentin für Physiotherapie, Clickertrainerin und Islandpferdebesitzerin. Sie selbst nutzt die Wippe bei ihren Kunden überwiegend zu therapeutischen Zwecken, das heißt zum Muskelaufbau. „Ich verfolge also andere Ziele als mit einer Trailwippe. Ich möchte die Trailwippe auch keineswegs schlechtreden. Balancetraining, Koordination und effektives Muskeltraining ist damit aber nicht möglich, weil es nur kurze Bewegungsmuster sind, die das Pferd macht.“

Sie selbst ist durch Zufall zum Wippentraining gekommen. „Ende 2015 habe ich eine alte selbstgebaute Trailwippe im Stall gefunden und mit meinem Islandwallach Krákur rein aus Spaß mit dem Wippen angefangen. Über die sozialen Medien wurde ich dann auf das Wippentraining und Horse Agility aufmerksam. Weil ich damals schon mit dem Clicker und positiver Verstärkung trainiert habe, bin ich schnell auf Nina Steigerwald gestoßen und habe direkt meinen ersten Kurs bei ihr gebucht.“ Von dieser Fortbildung fuhr Eva-Marie total begeistert heim und ihr war klar: Bei einem Kurs soll es nicht bleiben. Sie erweiterte ihr Wissen in Sachen Clickertraining, besuchte Kurse und Fachtagungen und verfolgte ein intensives Selbststudium der theoretischen Grundlagen. Dank ihrer beruflichen Vorerfahrung waren ihr die Konzepte sehr vertraut und sie fand sich auch persönlich darin wieder.

„Das Clickertraining geht mit einem positiven Mindset und Motivation für den Lernenden einher – das ist mir auch bei meiner Tätigkeit als Dozentin wichtig. Und im Wippentraining finde ich viele Aspekte aus der Physiotherapie wieder, die ich nun aufs Pferd übertragen kann.“ Seit 2019 bietet sie in der Region rund um 41372 Niederkrüchten in Nordrhein-Westfalen Wippentraining, Medical Training und Clickertraining an.

Wippentraining: ein Multifunktionstraining fürs Pferd

Eva-Marie bezeichnet Wippentraining als „phantastisches Multifunktionstrai-

ANZEIGE

★★★★★
5 STERNE FÜR PFERDEPENSION
QUALITÄTSPRÜFUNG DER FN 2019

DECKHENGST
2020
www.vindholar.de



WO DIE HERZEN 4-TAKT SCHLAGEN ...

DAS PROGRAMM 2020

VINDHÓLAR
v o r d e n T o r e n H a m b u r g s

- | | |
|---------------|--|
| 18.01.2020 | Tagesseminar: Geschicklichkeit & Trail |
| 01.02.-02.02. | Basiswissen rund um's Pferd NEU |
| 07.02.-09.02. | Dressurmäßiges Gangreiten |
| 15.02.2020 | Vindhólar-Weekend-Trip (Ostsee-Ritt) |
| 21.02.-23.02. | Kombikurs Beritt & Unterricht |
| 25.02.-26.02. | IPZV Nord Sportkadertraining |
| 29.02.2020 | Frühjahrs-Schoppen |
| 02.03.-13.03. | Ferien-Reitprogramm NEU |
| 20.03.-22.03. | Frühlingskurs |
| 30.03.-17.04. | Ferien-Reitprogramm NEU |
| 10.04.-11.04. | IPZV Nord Jugendleistungskadertraining |
| 24.04.-26.04. | Hanse-Pferd Hamburg Islanddorf Halle B5 |
| 08.05.-10.05. | Gangartenkurs mit Einar Hermannsson (auf Wunsch Turniervorbereitung) |
| 18.05.-22.05. | Ferien-Reitprogramm NEU |
| 23.05.-24.05. | Sicher durch's Gelände |
| 07.06.2020 | Tag der offenen Tür auf Vindhólar |
| 12.06.-14.06. | Intensivkurs |
| 29.06.-07.08. | Ferien-Reitprogramm NEU |
| 14.08.-16.08. | Stangen- & Springtage |
| 21.08.-23.08. | Gangartenkurs mit Einar Hermannsson (auf Wunsch Turniervorbereitung) |
| 29.08.-30.08. | Kids-Weekend (Für Kinder von 6-12 Jahre) |
| 13.09.2020 | Vindhólar Hofturnier |
| 18.09.-20.09. | Kurs für kleine & große Kerle NEU |
| 25.09.-27.09. | Tölt-Weekende |
| 05.10.-16.10. | Ferien-Reitprogramm NEU |
| 17.10.-18.10. | Spitzenförderung IPZV Nord Jugendleistungskader |
| 23.10.-25.10. | Vindhólar-Weekend-Trip (Heide-Ritt) |
| 30.10.-01.11. | Kombikurs Beritt & Unterricht |
| 06.11.-08.11. | Bodenarbeit und Longieren (Reithalle) |
| 14.11.2020 | Weihnachts-Frühschoppen |
| 20.11.-22.11. | Intensivkurs |
| 06.12.2020 | Tagesseminar: Sitzschulung |
| 12.12.2020 | Vindhólar-Weihnachtsfest |

Auswärtige Kurse mit Einar Hermannsson auf Anfrage



Teichwiese 2 · 22145 Stapelfeld
Tel. 040/677 64 88 · vindholar.de

Vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekann- ten, vom Einfachen zum Komplexen

Bevor mit dem Wippen begonnen wird, sollte das Pferd entspannt einen vermeintlich gruseligen und instabilen Untergrund wie zum Beispiel eine Matte betreten, seine Hufe gezielt auf einer begrenzten Fläche platzieren und auf ein Zeichen hin bestimmte Bewegungsmuster ausführen können, ohne dass der Mensch am Strick zieht oder gegen das Pferd drückt.

FOTO: JEANETTE LINDEMANN



Das Pferd soll den Kopf von Beginn an in der richtigen Haltung haben. Dabei helfen verschiedene Futterpunkte.

ning. Ich schätze diese Art des Trainings sehr, ganz besonders für Pferde in der Rehabilitation sowie als präventive Maßnahme oder als Abwechslung zum alltäglichen Training. Es ist für fast alle Pferde geeignet, egal ob jüngeres Pferd kurz vor dem Einreiten oder altes Pferd, das nicht mehr geritten werden kann.“ Außerdem können Pferdebesitzer mit der Wippe auch auf kleinstem Raum und bei eingeschränkten Lichtverhältnissen ihr Pferd fit halten, Muskeln aufbauen und Koordination und Gleichgewicht verbessern.

Beim Wippentraining lassen sich grundsätzlich zwei Varianten unterscheiden: das Zweibeinwippen und das Ganzkörperwippen. „Doch es ist egal, welches Wippen wir verwenden, wir haben immer ein Ganzkörpertraining, weil der ganze Körper stabilisierend und ausgleichend wirken muss“, sagt Eva-Marie und weist darauf hin, wie wichtig eine stabile Rumpfmuskulatur für das Reitpferd ist, damit es den Reiter schadensfrei tragen kann. „Außerdem tragen die Bauchmuskeln die inneren Organe. Stabile Bauchmuskeln bieten dem Magen-Darm-System guten Halt und das wiederum kann sich positiv auf dieses Organsystem auswirken.“ Auch die Faszien werden beim Wippen effektiv angesprochen. Faszien reagieren am besten auf federnde, schwingende Bewegungen, wie die Forschung der vergangenen Jahre gezeigt hat. Wichtig hierbei ist, dass diese federnden Bewegungen weich sind – wie beim Wippen mit der Kufenwippe.

Zweibeinwippe

Beim Zweibeinwippen steht das Pferd wahlweise mit den beiden Vorder- oder mit den beiden Hinterbeinen auf der Wippe. Wippt es mit den Vorderbeinen, kommt es zu einer wechselseitigen Auf- und Abbewegung der Schulterblätter, wodurch Schulter- und Brustmuskulatur gekräftigt werden. Doch das ist nicht der einzige positive Aspekt: Die Vorhand des Pferdes ist rein muskulär über die Schulterblätter mit dem Rumpf verbunden – Pferde haben kein Schlüsselbein. Viele Pferde haben in diesem Bereich aufgrund eines nicht passenden Sattels oder einer falschen Trainingsweise häufig mit muskulären und faszialen Verspannungen zu tun. Diese können nicht nur schmerzhaft sein, sondern auch zu Dysbalancen im Körper führen und sogar Atemprobleme begünstigen. Beim Einatmen werden die Rippen von den Zwischenrippenmuskeln nach oben und außen gezogen. Gleichzeitig zieht sich das Zwerchfell zusammen, sodass ein Unterdruck entsteht und Luft in die Lunge gesaugt wird. Kehren die Rippen in ihre Ausgangsposition zurück, entspannt sich das Zwerchfell, nimmt seine eigentliche Größe ein und drückt die Luft aus den Lungen – ähnlich wie bei einem Blasebalg. Sind die elastischen Strukturen dieses Körperabschnitts verspannt, kann sich der Brustkorb nicht weiten und das Zwerchfell als größter Atemmuskel kann sich nicht ausreichend bewegen. Durch das sanfte und wiederholende Auf-

und Abgleiten der Schulterblätter beim Zweibeinwippen wird das gesamte umliegende Gewebe im Bereich der Schulter, des Widerrists sowie der vorderen Brust- und der Halswirbelsäule mobilisiert und gelockert. Gleichzeitig wirken die Wippbewegungen kräftigend auf den gesamten Rumpf des Pferdes.

Wird das Zweibeinwippen mit der Hinterhand ausgeführt, werden primär der hintere Wirbelsäulenabschnitt, also die Lendenwirbelsäule bis zur unteren Brustwirbelsäule, sowie das Kreuzdarmbein und die umliegenden Gewebestrukturen angesprochen und mobilisiert. „Die Rotation der hinteren Wirbelsäulenabschnitte und des Kreuzdarmbein, die beim Wippen mit der Hinterhand entsteht, ist meines Wissens nach durch keine andere Methode umzusetzen“, sagt Eva-Marie. Das Wippen mit der Hinterhand stellt für die meisten Pferde eine große Herausforderung in Bezug auf Koordination und Körpergefühl dar und Bedarf einiges mehr an Training, als das Wippen mit der Vorhand.

Ganzkörperwippe

Beim Ganzkörperwippen werden vor allem die Bauchmuskeln, die Hinterhand und die Tiefenmuskulatur entlang der Gelenke und der Wirbelsäule gestärkt. Dabei wird zwischen zwei Wipp-Varianten unterschieden:

- Wipp-Wapps: rhythmische Schaukelbewegungen, bei denen das Pferd sein Gewicht vor und zurück verlagert

■ **Hankenbeugung:** Das Pferd bewegt die Wippe mittels Hankenbeugung, indem es mit der Hinterhand Last aufnimmt, den Rücken aufwölbt und den Widerrist anhebt.

Das Ganzkörperwippen erfordert vom Pferd ein Maximum an Bauchmuskelaktivität, es kräftigt und dehnt die Muskeln und Faszien gleichermaßen: Die Muskulatur wird gekräftigt und ihre Dehnfähigkeit gefördert.

Vor allem für Pferde mit Senkrücken oder Kissing Spines ohne starke Verknöcherungen sei das Wippentraining deswegen optimal geeignet, sagt Eva-Marie und erklärt, dass das Ganzkörperwippen nicht nur Muskeln und Faszien anspricht, sondern darüber hinaus einen positiven Einfluss auf das vegetative Nervensystem hat. Das vegetative Nervensystem kontrolliert und steuert innerkörperliche Prozesse und Körperfunktionen wie Herzschlag, Atmung, Verdauung und Stoffwechsel. „Entlang der Wirbelsäule befinden sich zahlreiche vegetative Nervenzellen. Kommt es zu einer sogenannten Wirbelblockade, können die Nerven die Impulse nicht mehr adäquat weiterleiten. So können langfristig funktionelle Störungen der Organe entstehen. Das Wippen kann hier helfen,



FOTO: JEANETTE LINDEMANN

weil es die Wirbelsäule mobilisiert und mögliche Blockaden löst.“

Doch nicht nur als Therapie ist das Ganzkörperwippen geeignet, sondern auch als Ergänzung für das tägliche Pferdetraining. Je besser ein Pferd das Ganzkörperwippen beherrscht, desto höher wird sein Grad an Versammlungsfähigkeit. Somit kann das Wippen letztlich auch die Gangqualität eines

Auf die Wippe gekommen: Seit einigen Jahren schon sind Eva-Marie Essers und ihr Islandwallach Krákur Wippenfans. Mittlerweile bietet sie rund um Niederkrüchten in Nordrhein-Westfalen Wippentraining, Medical Training und Clickertraining an.

Pferdes nicht unerheblich verbessern. Und ein weiterer Vorteil: „Große und starke Muskeln verbrauchen im Alltag mehr Energie. Deswegen ist das Wippen als Muskeltraining eine gute Unterstützung beim Abnehmen, wenn das Pferd noch andere gesundheitliche Probleme hat und nicht mehr lange geritten werden darf oder auch in der dunklen Jahreszeit, wenn wir mit unserem Pferd nicht lange ausreiten können“, sagt Eva-Marie.

Das Training mit der Pferdewippe regt aber nicht nur die Muskeln und somit schwerpunktmäßig das propriozeptive System des Pferdes an, sondern ebenso den Gleichgewichtssinn. Deswegen wird das Wippen auch im Rahmen der Pferdeergotherapie eingesetzt – allerdings in einem etwas an-

Die unterschiedlichen Wippen

Unten: Größenvergleich von Zweibein- und Ganzkörperwippe

Ganz unten: Beim Wippen mit den Vorderbeinen auf der Zweibeinwippe kommt es zu einer abwechselnden Auf- und Abbewegung der Schulterblätter: Schulter- und Brustmuskulatur werden gekräftigt.



Unten: Beim Ganzkörperwippen werden vor allem die Bauchmuskeln, die Hinterhand und die Tiefenmuskulatur entlang der Gelenke und der Wirbelsäule gestärkt. Das Ganzkörperwippen erfordert vom Pferd ein Maximum an Bauchmuskelaktivität.



Worauf sollte beim Bau oder Kauf einer Wippe geachtet werden?

Die Wippe muss zwingend rutschfest sein, damit auch mit nassen Hufen keine Gefahr besteht. Hier bietet sich eine Gummiklotzmatte an. Außerdem sollten die Kufen einen leichten Neigungswinkel aufweisen, damit beim Betreten keine Gefahr durch Kippen besteht. Nur so kann ein sicheres, verletzungsfreies Training mit Pferd gewährleistet werden.

FOTO: KAROLINA KARDEL



Die Wippe anfangs an den Seiten unterlagern, damit der Bewegungsaus Schlag möglichst gering ist. Das Pferd nach und nach an die Instabilität heranführen.

deren Zusammenhang. Hier steht nämlich weniger das aktive Wippen im Vordergrund, als vielmehr das passive: Während das Pferd auf der Wippe steht, bewegt der Therapeut diese mit seinem Fuß. Das Pferd muss die Wippenbewegungen mit Kontrabalance ausgleichen, das heißt, es muss sein Gleichgewicht trotz mechanischer Krafteinwirkung von außen halten und wiederherstellen. Diese Übung ist vor allem für Pferde gut geeignet, die viel stolpern und Probleme mit dem Takt haben oder aufgrund von Balanceproblemen schlecht an der Longe laufen und immer wieder auf die Schulter kippen.

Außerdem kann das passive Wippen das Hängertraining effektiv unterstützen, weil das Pferd bei einer Fahrt im Anhänger ebenfalls sein Gleichgewicht halten und wiederherstellen muss. Darüber hinaus schult die Wippe sämtliche koordinative Fähigkeiten und fördert das Körpergefühl des Pferdes.

Wippentraining: nichts überstürzen

Bevor es für das Pferd auf die Wippe geht, sollte immer ein solides Basistraining anstehen. Das ist vor allem beim Training mit der Ganzkörperwippe wichtig. Vor dem Wippen sollte das Pferd entspannt einen vermeintlich gruseligen und instabilen Untergrund wie zum Beispiel eine Matte betreten können, seine Hufe gezielt auf einer begrenzten Fläche platzieren, auf ein Zeichen hin bestimmte Bewegungsmuster ausführen, ohne dass der Mensch am Strick zieht oder

gegen das Pferd drückt, und es sollte eine allgemeine Höflichkeit bei der Arbeit mit Clicker und Futterlob zeigen. „Wenn diese Basics sitzen, gelingt das effektive und sichere Wippen viel besser und leichter“, sagt Eva-Marie. „Deswegen rate ich von falschem Ehrgeiz ab. Das heißt aber nicht, dass man nicht zielstrebig trainieren sollte.“ Besonders wichtig beim Wippen ist eine gute Kopf-Hals-Haltung. „Viele Pferde werden versuchen, Schwung zu holen, indem sie den Hals nach oben nehmen. Auch wenn das im ersten Moment gut aussieht, weil sich die Wippe bewegt hat, entspricht diese Bewegung nicht dem, was wir wollen. Wir wollen schließlich die richtigen Muskeln trainieren: Die Bauchmuskulatur soll anspannen, der Rücken soll aufgewölbt werden, die Hinterhand soll gut Last aufnehmen und je nach Trainingsziel soll das Pferd ggf. auch die Hanken gut beugen. Deswegen achten wir von Anfang an darauf, dass das Pferd den Kopf in der richtigen Haltung hat. Das ist eine leichte Dehnungshaltung, die Nase sollte ungefähr auf Buggelenkhöhe bleiben. Es macht ja keinen Sinn, ein Pferd zu trainieren, das ständig den Unterhals raus- und den Rücken wegdrückt.“ Hierbei helfen dem Pferd verschiedene Futterpunkte. Sie geben ihm eine Idee, welche Bewegungen gewünscht sind. „Ein häufiger Fehler ist, dass man sich als Pferdebesitzer zu sehr auf die Bewegung der Wippe fokussiert und nicht auf das, was das Pferd macht. Vielleicht hat es doch den Kopf zu sehr nach oben genommen und den Rücken nach unten gedrückt.

Auch soll das Pferd eine gute Standposition haben und immer mit allen vier Hufen auf der Wippe stehen. Wir wollen Bewegungen, die aus dem Körper kommen, und kein Hin- und Hergetrappel. Die vier Hufe stehen also auf dem Untergrund und bewegen sich nicht.“

Sobald die Basics sitzen, geht es auf die Wippe. „Aber auch hier fangen wir langsam an, denn die Instabilität ist für viele Pferde eine große Herausforderung, die nicht nur körperlich, sondern vor allem auch mental verarbeitet werden muss“, so Eva-Marie. Sie empfiehlt, die Wippe zunächst mit einem Holzklotz oder mit instabilen Untergründen wie einer zusammengerollten Matte, Decken oder Handtüchern zu unterlagern, damit der Bewegungsaus Schlag möglichst gering ist. „Wir schauen dann, wie das Pferd auf die Wippe reagiert und führen es nach und nach an die Instabilität heran. Anschließend arbeiten wir an den erlernten Mustern und versuchen, diese Bewegungen auszubauen und zu optimieren.“

Wichtig ist es außerdem, die Trainingsdauer langsam zu steigern. Das Wippen kann eine hohe Belastung für das Pferd sein. Deswegen sollten die Trainingsintervalle zu Beginn nur kurz sein. Außerdem muss das Pferd gut beobachtet werden: Werden die Bewegungsmuster schlechter oder möchte das Pferd von selbst die Wippe verlassen, sollte die Trainingseinheit beendet werden. „Idealerweise lässt man es aber gar nicht so weit kommen, sondern legt rechtzeitig eine Pause oder eine Schrittrunde ein“, sagt die Wip-

penexpertin. „Auch sollte man das Pferd nach dem Training und am nächsten Tag gut beobachten: Wie läuft es, wie verhält es sich?“

Ohne Clicker geht es nicht

Das Wippentraining wie Nina Steigerwald, Eva-Marie Essers und andere Steigerwald.T-Wippentrainer es nutzen, geht nicht ohne positive Verstärkung. „Ich muss das Pferd schließlich motivieren, eigenständige Bewegungen zu zeigen. Das geht sicherlich auch über Gertensignale oder indem man am Strick oder Halfter zieht. Das finde ich aber wenig effektiv“, sagt Eva-Marie und verweist auf aktuelle wissenschaftliche Forschungen in Sachen Verhaltensforschung und Lerntheorie. Ihr sind beim Wippen in Kombination mit dem Clickertraining drei Punkte besonders wichtig:

Motivation

„Obwohl das Wippen eine körperlich und mental anstrengende Aufgabe für das Pferd ist, wird es motivierter sein, etwas Anstrengendes zu tun, wenn es dafür eine Belohnung bekommt. Das hat nichts mit Bestechung zu tun. Wir freuen uns stattdessen mit unserem Pferd und belohnen es dafür, dass es sich angestrengt hat. Wir erwarten für eine gute Leistung in der Arbeit schließlich auch Geld. Und das Training mit einem motivierten Pferd macht viel mehr Spaß!“

Feedback

„Die Arbeit mit Futterlob gibt uns ein gutes Feedback, wenn das Pferd an seine Grenzen stößt. Wenn ein Pferd von der Wippe absteigen will, zeigt es, dass es ihm körperlich zu anstrengend wird, dass die Belastung zu hoch ist oder Schmerzen entstehen. Das ist ein sehr wichtiges Signal, denn manche Pferde sind in ihrer Mimik und Ausdrucksweise etwas reduziert – und hier vor allem auch die Isis mit ihrem dicken Plüschfell. Möchte mein Pferd von der Wippe absteigen und die Basics sind gut trainiert, dann akzeptiere ich das. Denn eine Belohnung zu verweigern wird triftige Gründe haben. Und die werde ich akzeptieren und die Trainingseinheit gegebenenfalls beenden.“

Kopf-Hals-Position

„Die Futterposition hilft dem Pferd, eine gute Kopf-Hals-Position einzunehmen.“

Kontraindikation

Wippen ist für fast jedes Pferd geeignet. „Lediglich bei Pferden mit akuten Entzündungen und insbesondere mit Entzündungen des Bewegungsapparats ist unbedingt vom Wippentraining abzuraten. Ansonsten macht die Dosis das Gift: „Die Trainingsintervalle langsam steigern und das Pferd während und nach dem Training gut beobachten“, sagt Eva-Marie und empfiehlt, im Zweifelsfall vor dem Training mit dem behandelnden Tierarzt oder Therapeuten ge-



Weitere Infos zum Angebot von Eva-Marie Essers gibt es unter www.equilution.net. Zum Wippentraining gibt es außerdem zwei kostenlose Webinare von Nina Steigerwald, die sich gut als Einstieg in das Thema eignen:

www.edudip.com/academy/nina.steigerwald

zielt Rücksprache zu halten und zu fragen, ob das Wippen für den jeweiligen Gesundheitszustand des Pferdes geeignet ist.

„Bei thermografischen Untersuchungen des Trainings beim Zweibeinwippen konnte schon nach kurzer Zeit eine deutliche Durchblutungssteigerung der gesamten Vorderbeine, des Schultergürtels und des Widerrist-/Brustbereichs nachgewiesen werden. Gewebe heilt schneller, wenn die Durchblutung gesteigert wird. Gelenkknorpel ernährt sich durch Druck und Zug, den wir bei normalen Bewegungen auf den Gelenken haben. Aber nicht jedes Pferd darf nach einer Verletzung lange gehen oder steht womöglich in einer Box. Da bietet das Wippentraining einen guten Wechsel von Druck und Zug, ohne dass es zu einer Überbelastung oder zu Scherkräften, das heißt falschen Krafteinwirkungen, kommt. Auch für Arthrosepferde ohne akute Entzündung ist Wippen eine sehr gute Sache.“

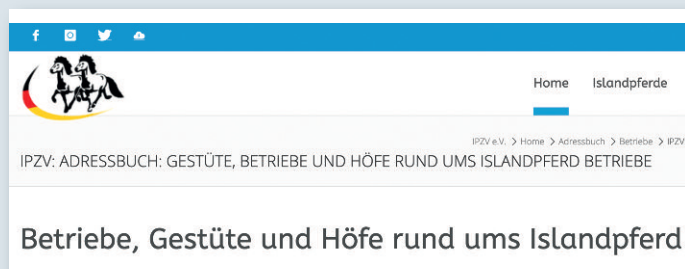
Bundesverband: Service für Reiter und Trainer

Veröffentlichung der Trainerdaten auf der IPZV-Homepage

Ab Februar 2020 stellen wir unseren IPZV Trainern einen neuen kostenlosen Service auf der Homepage des IPZV zur Verfügung. Denn unsere Trainer sind für viele Reiter der erste Berührungspunkt mit dem IPZV. Als Verband möchten wir sie bei ihrer wichtigen Tätigkeit so gut wie möglich unterstützen. Im Dezember 2019 haben daher alle IPZV Trainer die Möglichkeit erhalten, ihre Kontaktdaten auf der IPZV-Homepage und im Trainerverzeichnis des internationalen

Islandpferdeverbandes FEIF zu veröffentlichen.

Nach Veröffentlichung der Daten werden die Trainer die Möglichkeit haben, ihren Eintrag im



Adressbuch des IPZV zu erweitern und somit ihr Angebot für die Mitglieder des IPZV optimal zu präsentieren. Der kostenfreie Eintrag umfasst u.a. Namen, Kontaktdaten und die Lizenzstufe.



Scan me

IPZV Adressbuch>Trainer