



„Jeder Vogel darf mit dem Schnabel singen, den er hat.“

Foto: Hedi Esch

große Lektionen ausführen kann. Aber für die Rasse war es sehr wichtig. In Dänemark gab es praktisch keine Knabstrupper mehr. Im Prinzip waren es vor allem Deutsche, die die letzten echten Knabstrupper besaßen. Ganz reine Knabstrupper gibt es ohnehin nicht mehr. Aber die Pferde, die noch auf alte Linien zurückgingen, wurden alle von Deutschen gekauft. Dazu trug auch bei, dass die Menschen Hugin erlebt hatten und von ihm fasziniert waren.

#### Wie ist alt Hugin heute?

Er wird jetzt 20, ist topfit und besser denn je. Im Grunde hat es 15 Jahre gedauert, ihn aufzubauen. Jetzt erst kann er seine Sprunggelenke so bewegen, dass er in der Hankenbewegung runter kommt. Jetzt erst kann er richtig piaffieren. Es hat 15 Jahre gedauert, ihm eine gute Piaffe beizubringen. Mittlerweile ist er aber schon seit mehreren Jahren völlig blind. Auch das geschah durch einen Unfall: Ich habe mit ihm eine Vorführung geritten. In der Box, in der er untergebracht war, war hoch oben ein Fenster. Nachts ist er da hochgestiegen und hat den Kopf durch die Glasscheibe gesteckt. Es wäre nichts weiter zurückgeblieben, wenn nicht ein DorfTierarzt

eine falsche Salbe in die Augen geschmiert hätte. Es war eine Cortisonsalbe, die nicht für offene Hornhautverletzungen benutzt werden darf.

#### Welches Ihrer Pferde hat die größte Bedeutung für Sie?

Das ist ganz, ganz sicher Hugin. Durch seine Behinderung hat er mir die akademische Reitkunst beigebracht. Ich habe ja wie alle meine Kollegen gelernt, das Pferd für die Dressur zu verwenden. Hugin hat mir aber beigebracht, was von Neindorff mir auch beibringen wollte: Die Dressur ist für das Pferd da. Die Dressur darf niemals das Pferd verschleifen, sie ist dazu da, um das Pferd aufzubauen. Da fehlt dem Menschen gelegentlich die Einsicht in die Natur. Ein Norweger muss keine Piaffe wie ein Spanier gehen, ein Spanier muss keinen starken Trab wie ein Trakehner gehen: Jeder Vogel darf mit dem Schnabel singen, den er hat. Die Dressur besteht nicht darin, die Natur zu verändern. Sie besteht darin, die Natur zu erkennen und das Pferd innerhalb seiner natürlichen Fähigkeiten, physisch und psychisch, zu entwickeln. **Herr Branderup, vielen Dank für das Gespräch!**

# Dualaktivierung auch für Dressurpferde ?

**Seit gut einem Jahr kursiert der Begriff „Dualaktivierung“ in der Reiterszene. Der Trainer Michael Geitner hat ihn publik gemacht. Wir wollten wissen, was dahinter steckt und besuchten ein Seminar, das Geitner in einem klassischen Dressurstall für Sportreiter gab.**

Die beiden könnten unterschiedlicher nicht sein: Auf der einen Seite der handfeste Bayer Michael Geitner, der in den vergangenen Jahren gerade in der Freizeitreiter-Szene mit seinem Methoden Erfolg hatte. Auf der anderen Seite Volker Eubel: Ein klassischer Dressur-Ausbilder und FN-Richter bis Grand Prix-Niveau. Gemeinsam testeten sie, ob sich Geitners Methode der „Dualaktivierung“ auch für Dressurpferde eignet. Der Dressurstall Lerchenhof liegt in Köln Wahn, inmitten von Getreidefeldern. Volker Eubel, Träger des Goldenen Reitabzeichens, strahlt und klopft Michael Geitner anerkennend auf die Schulter. So fern sich die beiden auf den ersten Blick sein mögen, sie verstehen sich prächtig. Während der eine lautstark im bayrischen Akzent erzählt, hört der andere zu und macht die eine oder andere Bemerkung - im rheinischen Tonfall.

Volker Eubel nimmt Michael Geitner zur Seite, schaut ihn fragend an. „Was ist neu an der Dualaktivierung?“ - „Einerseits vieles, andererseits nichts“, meint Michael Geitner und zeigt ein lausbubenhaftes Grinsen. Die Dualaktivierung ist keine Zauberei, erklärt er. Er habe bekannte wissenschaftliche Erkenntnisse und viel Erfahrung miteinander verbunden – und aus einzelnen Steinchen ein Mosaik zusammengefügt. Geitner ist überzeugt davon, dass das Potenzial der Pferde bei weitem nicht ausgeschöpft ist. Würde in Zukunft in

dieser Richtung mehr geforscht, ließen sich auch bessere Trainingsmethoden erarbeiten und mehr erreichen. Damit ist allerdings nicht gemeint, dem Pferd mehr abzuverlangen. Vielmehr ließe sich das Wissen und Können einsetzen, um Talent und Potential der Pferde optimal zur Geltung zu bringen.

#### Der Schlüssel ist das Sehvermögen

Michael Geitners Augen funkeln, wenn er erklärt, wie er die Dualaktivierung für sich entdeckt hat. Ein zentraler Aspekt, so erklärt er, sei die Art und Weise, wie Pferde sehen. Die seitliche Anordnung der Augen am Kopf bewirkt, dass Pferde sehr gut einen großen Bereich weitläufig überblicken, jedoch weniger gut räumlich und gegenständlich sehen. Das Fluchttier Pferd hat also beim Weiden mit gesenktem Kopf einen Rundumblick von 360 Grad. Sein Sehvermögen ist perfekt auf seine Bedürfnisse abgestimmt: Die Augen sind auf Fernsicht eingestellt. Will das Pferd dagegen einen Gegenstand genauer betrachten, muss es die Blickrichtung ändern und den Kopf heben, senken oder neigen. Auch das Unterscheiden von Farben oder die Sehschärfe sind nur schwach ausgeprägt. Dagegen kann das Pferd besonders gut Bewegungen erkennen – selbst kleine oder schnelle Bewegungen. Beim Reiten, erläutert Geitner weiter, hat das monokulare Sehen des Pferdes große Wirkung. Denn es sieht mit dem rechten Auge ein anderes Bild als mit dem linken. Vereinfacht



Statt Schläuchen können auch Stangen genommen werden, aber die Verletzungsgefahr ist größer.

ausgedrückt ist in der Regel das linke Auge dafür zuständig, Gefahren zu erkennen und das rechte Auge überblickt die Bewegungsrichtung. Wenn ein Pferd etwas genauer betrachten will, wird es das meistens mit dem linken Auge tun. Fast jeder Reiter hat schon die Erfahrung gemacht: Eine Decke, die über der Bande hängt und beim Vorbeireiten auf der linken Hand keine Reaktion des Pferdes hervorgerufen hat, löst auf der rechten Hand Unruhe und Schrecken aus. Sofort folgt ein Fluchtimpuls, eine überlebenswichtige Reaktion in der Natur. In der Regel dreht sich das Pferd nach einer bestimmten Fluchtdistanz um und betrachtet den auslösenden Reiz mit Hilfe seiner ausgezeichneten Fernsicht. Diese Entscheidung zur Flucht kann das Pferd nicht überdenken, sie erfolgt instinktiv. An diesem typischen Verhalten setzt die Dual-Aktivierung an. Michael Geitner will durch seine Arbeit die unterschiedlichen Reize, die das rechte und das linke Auge dem Gehirn vermitteln, miteinander verknüpfen. Lernen und Denken sollen die Fluchtbereit-

schaft des Pferdes reduzieren und seine Entscheidungsfähigkeit pro oder contra Flucht erweitern. Ein hektisches, nervöses Pferd wird dadurch seltener heftig reagieren. Leider, sagt Geitner, werden bei der Ausbildung von Pferden ihre intellektuellen Fähigkeiten in der Regel weder wahrgenommen noch trainiert. Oft unterscheiden Trainer gar nicht zwischen Intelligenz und Temperament: Ist ein Pferd ruhig und ausgeglichen oder auch nur introvertiert, wird das nicht selten mit Dummheit gleichgesetzt. Dagegen werden Lauffreude, schnelle Reaktionen und Extrovertiertheit mit Klugheit fehlinterpretiert. Das Reiterurteil über den Pferdecharakter erschöpft sich oft in der Unterscheidung „willig“ oder „unwillig“. Viel zu selten, moniert Geitner, stellt sich der Reiter die Frage, warum das Pferd sich in dieser oder jener Weise benimmt. Bei dem Seminar wird es jetzt ernst: In der lichtdurchfluteten Reithalle des Lerchenhofs hat Michael Geitner die blauen und gelben „Dualaktivierungsstangen“ auf dem Boden verteilt: Rechteckige Stoffschläuche, von etwa

drei Meter Länge. Sie sind mit Stroh gefüllt, so dass sich kein Pferd an ihnen verletzen kann. Die Seminarteilnehmer sind durchweg Dressurreiter, und manches Pferd schnaubt erstaunt, als es in die Halle kommt.

### Erst Arbeit an der Hand

Zunächst arbeitet Michael Geitner mit den Pferden. Er will ein Gefühl für ihre individuelle Reaktion bekommen und führt die vierbeinigen Seminarteilnehmer zunächst einige Runden. Dabei testet er, wie gut das Pferd auf seine Anweisungen achtet. Schließlich holt er eine Gerte hervor, an deren Ende eine signalgelbe Tüte wedelt. Wieder beobachtet Geitner aufmerksam die Reaktionen des Pferdes, schwenkt die Tüte von einer Seite zur anderen, auch über den Pferdehals hinweg. Ein leises Gemurmel geht durch das Publikum: Es ist erstaunlich: Fast alle Pferde versuchen, den Kopf so zu drehen, dass sie mit dem linken

Auge das gelbe „Monster“ sehen können. In dieser Gewöhnungsphase will Geitner dem Pferd vermitteln, sich einen Gegenstand auch mit dem rechten Auge anzusehen und gleichzeitig den führenden Menschen zu beachten: Die Pferde lernen die Kopfarbeit, wie Geitner es nennt.

Je nach Temperament, Charakter und Erfahrung reagieren die Pferde auf diesem Seminar recht unterschiedlich. Von Gleichmut bis Hysterie ist alles dabei. Der Zuschauer erkennt: Es gehört viel Geschick und Erfahrung dazu, mit Stimme und Körpersprache das Pferd zur konzentrierten, sinnvollen Mitarbeit zu bewegen. Was vom Pferd erwartet wird, gilt für die Menschen gleichermaßen, mahnt Michael Geitner: Nur wenn auch die Führungsperson konzentriert ist, kann die Arbeit gelingen.

### Longenübungen

Lassen sich die Pferde von beiden Seiten

Reine Konzentrationssache: durch die Gassen reiten.

Fotos: Hedi Esch



in beide Richtungen führen, bildet die Longenarbeit am Halfter den zweiten Schritt. Mit den Dualaktivierungsschläuchen können variantenreiche Bodenparcours gelegt werden. Mit dem flexiblen Material lassen sich Volten, Zirkel oder gerade Gassen bauen. In die Gassen können kreuzweise weitere Schläuche gelegt werden - der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Die Gerte mit der flatternden Tüte wird nun beim Longieren als treibendes und wegweisendes Instrument eingesetzt. Ziel ist es, dem Pferd eindeutig Tempo und Richtung vorzugeben - mittels Tütengerte, Körpersprache, Stimme sowie annehmenden und nachgebenden Impulsen der Longe. Das Pferd soll konzentriert und aktiv an das Hindernis herangehen, der Mensch unterstützt dabei und zeigt den Weg. Erreicht das Pferd aber das Hindernis, muss es sich allein seinen Weg suchen - gar nicht so einfach, dabei die Füße zu sortieren. Was sich einfach liest, ist in der Praxis ganz schön knifflig: Volle Konzentration ist gefragt, bei allen Beteiligten. Sobald sich der Longenführer nicht mehr auf sein Pferd konzentriert, stürzt es am Hindernis vorbei. Lässt die Konzentration des Pferdes nach, stolpert es über die Schläuche. Ganz deutlich: jedes Pferd kann nur so gut agieren, wie es von seinem Menschen behandelt wird - mit klaren Anweisungen, aber auch mit Freiraum zur eigenen Überlegung.

Bei diesen Longenübungen verhalten sich die Pferde wieder sehr unterschiedlich. Bei allen aber sind die Fortschritte in der Trainingseinheit deutlich sichtbar. Jedes Pferd akzeptiert am Ende die grellen Schläuche auf dem Boden und reagiert deutlich auf den Longeur. Die Bewegungen der Pferde werden fließender, manche wachen regelrecht auf. Obwohl alle vorgestellten Pferde gut trainiert, bemuskelt und fit sind, ist ihnen die Anstrengung anzusehen. Michael Geitner hält die Trainingseinheiten kurz und überprüft bei jedem Pferd die Atmung. Er fahndet mit den Händen nach Schwitzstellen und erläutert, dass Schweiß am Hals auf Stress hinweist, feuchte Stellen an Bauch- und Hinterhandmuskulatur jedoch für effiziente Muskelarbeit sprechen. Die Pferde sollen keinen Stress

empfinden, das ist ihm besonders wichtig. Einige der Pferde zeigen ihre Unsicherheit gegenüber der ungewohnten Situation. Sie werden eilig, springen über die Schläuche oder scheuen sogar vor ihnen. Sofort schaltet Geitner einen Gang zurück und lässt die Pferde die Übung im ruhigen Schritt absolvieren. Nur ein ruhig atmendes und entspanntes Pferd kann lernen, erklärt er. Es ist typisch für ein Fluchttier - einige Pferde werden schneller und wollen so der Situation entkommen. Genau dieses Verhalten soll die Dual-Aktivierung ausschalten. Bayrisch deftig verlangt Geitner dann von den menschlichen Teilnehmern, gefälligst „ihre Birne einzuschalten“ und sich selbst zu erziehen. Denn bei diesem Training ist es wichtig, langsam das Tempo zu steigern und bei Bedarf die Anforderung erstmal wieder zurück zu schrauben.

#### Unterm Reiter

Der dritte Schritt führt die Seminarteilnehmer in den Sattel. In unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden werden die Bodenhindernisse verteilt. „Schließt die Augen, wenn ihr durch die Gasse reitet“, ruft der Trainer. Nur wer sich vorher sehr genau auf den Weg konzentriert hat, kommt durch - mancher landet mit seinem Pferd neben der Gasse. Michael Geitner lehnt es ab, mit Druck zu arbeiten und die Pferde durch die bunten Gassen zu zwingen. „Es braucht so lange, wie es braucht. Was heute nicht geht, geht eben später“, meint er gelassen. Denn er ist sicher: Die Übung funktioniert, irgendwann. Diese Sicherheit vermittelt er den Pferden und Menschen im Seminar und erzeugt damit eine kooperative Atmosphäre. Und so meistern auch hektische vierbeinige Teilnehmer schließlich die Aufgaben. Nicht wenige der Dressurreiter staunen, was ein paar farbige Schläuche auf dem Boden bewirken können - wenn man sich konzentriert. Auch Dressur-Trainer Volker Eubel beobachtet die Fortschritte und will mit der Dualaktivierung weiter machen. Er hat sich überzeugen lassen: „Das ist ein guter Weg, die Pferde zu gymnastizieren und zur Mitarbeit zu motivieren.“ (ang)

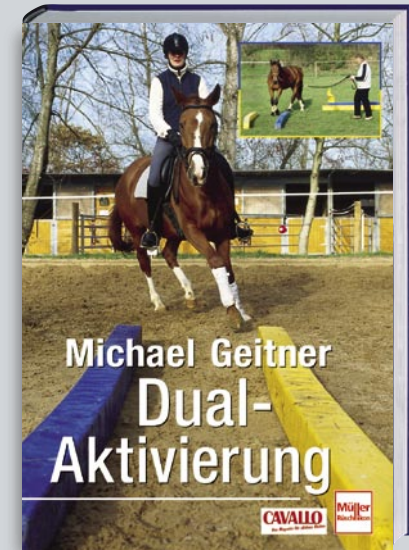
# Michael Geitner im Müller Rüschtikon Verlag



144 Seiten, 99 Farbbilder, Bestell-Nr. 41389  
€ 22,-



Michael Geitner **Be strict – im Sattel**  
Michael Geitner erklärt in seinem Ratgeber, wie das partnerschaftliche Verhältnis zwischen Pferd und Reiter, das am Boden Bestand hat, auch im Sattel erhalten bleibt.  
144 Seiten,  
91 Farbbilder  
Bestell-Nr. 41478  
€ 22,-



Michael Geitner **Be strict – Denken wie ein Pferd**  
Kompetent, sympathisch und sehr direkt erklärt Pferdetrainer Michael Geitner, worauf es ankommt, und vermittelt dem Leser ein »Aha-Erlebnis« nach dem anderen.

Michael Geitner **Dual-Aktivierung**  
Michael Geitner ist es gelungen, mit einer Fahne, fünf Kegeln, bunten Stangen und passenden Übungen die Konzentrationsfähigkeit des Pferdes zu steigern und auch Problemen wie Scheuen, Beißen oder Steigen entgegenzuwirken. Seine Dual-Aktivierung® wurde in Zusammenarbeit mit der Universität München entwickelt.  
160 Seiten, 100 Farbbilder  
Bestell-Nr. 41539  
€ 24,90  
ET: ca. Ende September 2005

Ihr Verlag für  
Pferde-Bücher

Müller  
Rüschtikon

Postfach 10 37 43, 70032 Stuttgart,  
Tel. (0711) 210 80-0, Fax (0711) 236 04 15

# Dualaktivierung: Ein Mosaik zusammengesetzt

**Was ist so neu an der Theorie der Dualaktivierung? Die Dressur-Studien sprachen mit Michael Geitner, der den Begriff geprägt hat und dazu Seminare anbietet.**

**Herr Geitner, wie sind Sie überhaupt auf den Gedanken gekommen, so etwas wie die Dualaktivierung als Trainingsprogramm auszuarbeiten?**

Die Idee kam aus einer Beobachtung heraus: Ich sah, dass ein Pferd mit dem linken Auge eine Gerte beobachtete, an die rotweißes Flatterband geknotet war. Ich dachte mir: Warum macht das Pferd das eigentlich – es hätte doch auch mit dem rechten Auge hinsehen können. Wir wissen ja, dass Pferde mit beiden Augen getrennte Bilder wahrnehmen. Ihre Sicht ist im Wesentlichen monokular, also einäugig.

Diesen Blick des Pferdes fand ich aber so spannend – es war in dem Moment, als würde es mir sagen: Hey, schau mal, was ich mache. Natürlich ist diese Erkenntnis des einäugigen Sehens nicht neu. Viele Trainer kennen diese Tatsache und arbeiten damit, sie bringen das linke Auge stärker ins Spiel. Denn ein Pferd, das vor einem Gegenstand Angst hat, dreht den Kopf, damit es mit dem linken Auge den Gegenstand betrachten kann. Aber mein erster Gedanke war: Ich möchte das rechte Auge stärken. Deshalb haben wir dort ad hoc mit der Flatterbandarbeit begonnen. Und sofort haben wir festgestellt, dass das Pferd diese Bänder an der Gerte aus dem linken Auge relativ gelassen hinnahm. Aber wenn sie in das Blickfeld des rechten Auges kam, reagierte es viel heftiger. Und das war der Ursprung – daraus hat sich die Dualaktivierung entwickelt.

Das ganze Thema hat uns keine Ruhe mehr gelassen.

**Wie haben Sie die Theorie dann weiterentwickelt?**

Nach dieser Flatterbandarbeit entstand natürlich die Idee, diese beidseitige Wahrnehmung ins Reiten einzubauen. Ich arbeitete damals im Training mit Dr. Eberhard Reininger zusammen. Er ist Tierarzt und betreibt zusammen mit dem Olympiasieger Matthias Baumann ein Reha-Zentrum für Sportpferde. Dr. Reininger erinnerte sich daran, dass ihm ein alter Springreitlehrer einmal einen Tipp von früher gegeben hatte: Wenn sich das Pferd sehr aufregt, lege einige Stangen zu einer Gasse und reite ein paar Mal hindurch. Dadurch wird das Pferd ruhiger. Und das war praktisch die Idee für die Dualgasse. Aber wir wollten es genau wissen. Deshalb haben wir eine Literaturrecherche bei der Uni München angeregt zu den Themen „Gehirn- und Augenfunktionen beim Pferd“. Es gab nicht viele Forschungsarbeiten dazu. Die einzig brauchbare war eine Doktorarbeit aus Amerika. Sie sagte, dass Pferde die Komplementärfarben gelb und blau sehr gut unterscheiden können. Deshalb haben wir die ersten Holzstangen gelb und blau angestrichen.

**Gab es bei der Arbeit einen Unterschied mit diesen Farben, registrieren die Pferde gelb und blau wirklich besser?**

Ja, das hat man sofort gesehen. Die Pferde

haben toll reagiert. In den Gassen verändert sich die Bewegung der Pferde sofort, mit wesentlich mehr Hinterhandaktion. Das war der zweite Schritt zur Idee Dualaktivierung.

**Sie arbeiten jetzt nicht mehr mit Stangen, sondern mit eigens angefertigten blauen und gelben gefüllten Stoffschläuchen. Warum?**

Erst mal, weil uns die Stangen zu klein waren. Und zweitens hatte ich Bedenken, dass die Pferde sich weh tun könnten, wenn sie schnell hindurch wollen und auf die Stangen treten. Das wollte ich vermeiden – ich wollte nicht, dass die Pferde einen Heidenrespekt vor der Gasse haben, sondern sich darin wohl fühlen

**Was ist das Ziel der Dualaktivierung?**

Ziel der Dualaktivierung ist, über den visuellen Reiz beide Gehirnhälften des Pferdes anzusprechen. Und noch viel wichtiger ist das Hin- und Herschalten zwischen den beiden Gehirnhälften. Mit diesem Thema beschäftigt sich die Kinesiologie, übersetzt heißt das „die Lehre von der Bewegung“. Das ist eine Richtung der alternativen Medizin mit einem ganzheitlichen Ansatz, die auch Erkenntnisse aus der Neurologie und der Gehirnforschung aufgreift. Eine Kinesiologin, die mit Kindern arbeitet, hat uns entscheidende Tipps gegeben. Sie hat uns berichtet, welche Übungen sie mit den Kindern macht und wir haben uns dann dazu Reitfiguren ausgedacht.

Wir wollen also beim Pferd die Rechts-Links-Koordination fördern. Das Pferd soll erst mal in der Lage kommen, seinen Körper bewusst einzusetzen, bewusst die Muskulatur anzu-steuern. Wichtig ist, dass das Pferd damit ein Bewusstsein für seinen Körper kriegt und merkt, dass ihm das gut tut. Das haben wir wiederum aus dem Sportbereich entlehnt – aus dem Sport für Menschen. Denn auch ein Sportler muss viel Koordinationstraining machen: Jonglieren auf einem Bein, Berühren des rechten und des linken Knies, Zickzack laufen, Achten malen. Alle diese Übungen werden im Spitzensport trainiert.



Michael Geitner in Aktion .

Foto: Hedi Esch

**Sie haben jetzt Ihre Trainingsziele für das Pferd beschrieben. Aber auch der Mensch soll ja bei Ihnen etwas lernen. Was sind hier die Ziele?**

Dieses Ziel hat sich aus der praktischen Arbeit ergeben. Wir haben festgestellt, dass dieses sehr konzentrierte Reiten mit den Rechts-Links-Wechseln auch dem Menschen zu Gute kommt. Er lernt, sich besser zu koordinieren und mit seinem Pferd konzentriert zu arbeiten. Manche Reiter werden dadurch das erste Mal zu dieser konzentrierten Arbeit gezwungen, an der Longe oder auf dem Pferd. Sie müssen immer wieder durch Gassen durch und das schafft man nur mit viel Konzentration. Wir sagen den Leuten: Wenn ihr nicht aufpasst, läuft euch das Pferd einfach an der Gasse vorbei. Klar, warum sollen die sich an-

strengen, wenn es nicht sein muss. Denn die Pferde merken natürlich, dass sie in den Gasen mehr und bewusster arbeiten müssen.

**Sie haben ja ein ganz eigenes Trainingsprogramm entwickelt. Sie arbeiten beispielsweise nicht eine Stunde am Stück. Warum und wie sieht das Programm aus?**

Wir nennen das das 10-10-5. Das bedeutet erst einmal zehn Minuten Schrittphase - sehr konzentriert, sehr flotter Schritt in den Übungen. Dazu gehören auch Tempowechsel im Schritt. Damit meine ich sehr deutliche Tempowechsel von einem sehr langsamen, verhaltenen Schritt bis zum flotten Schritt vorwärts. Diese erste Phase dauert so zwischen sieben bis zehn Minuten., danach gibt es eine kurze ein- bis zweiminütige Pause. Dann beginnt die zehnminütige Trabphase, erst einmal sehr, sehr locker. Auch diese Phase steigert sich, so dass man durch Hindernisse, also etwa die Dualgasse oder über das Dreieck im flotten Trab geht. Dann gibt es eine Schrittphase, zwischen ein und zwei Minuten. Dabei heißt es zügig gehen, nicht etwa stehen bleiben. Und schließlich kommt das Finale. Das sind dann die letzten drei bis fünf Minuten, in denen wir dem Pferd alles abverlangen, was in dieser Trainingsphase möglich ist. Der Hintergrund dieser Aufteilung ist, dass das Pferd genau weiß: Nach der zweiten Pause muss es volle Leistung bringen. Das kann es aber auch - die Pferde geben so ihr ganzes Potential frei, weil sie keine Energie zu sparen brauchen. Sie können sich darauf verlassen, dass sie nach dieser zweiten Pause nur noch ein paar Minuten arbeiten müssen.

**Und wie lange dauert es, bis die Pferde dieses 10-10-5-Prinzip verinnerlicht haben und tatsächlich zu Höchstleistungen in der letzten Trainingseinheit auflaufen?**

Zwischen drei Tagen und drei Wochen. Dabei wird die Höchstleistung in der letzten Sequenz immer höher. Aber die meisten kapierten es sehr schnell - man merkt, sie nutzen auf einmal ihre Pausen. Sie kennen ja

diese Schrittlücker, die ständig rennen und rennen. Die fangen plötzlich an, in der Pause ganz ruhig zu gehen, nehmen den Kopf hinunter in die Dehnungshaltung. Manche Pferde lernen es in drei Tagen. Aber nach drei Wochen haben sie es alle drauf. Ich habe bisher keinen erlebt, der länger gebraucht hat.

**Was war aus Ihrer Sicht der größte Erfolg, den Sie bisher mit einem Pferd durch die Dualaktivierung erzielt haben? Haben Sie da vielleicht ein bestimmtes Pferd vor Augen?**

Ja, das habe ich. Da war ein Vielseitigkeitspferd, achtjährig. Der kam Anfang September letzten Jahres zu uns und war absolut durchtrittig - der hat im Schritt tatsächlich acht Spuren im Sand hinterlassen, von den Hufen und von den Fesselgelenken. Der war muskulär am Ende und die rechte Seite hat überhaupt nicht mehr gearbeitet. Am zweiten Tag habe ich mit ihm ein Erlebnis gehabt, wie ich es noch nie bei einem Pferd hatte. Ihm ist beim Longieren die Hinterhand praktisch stehen geblieben - und er hat sich wie ein Frosch einfach auf den Bauch gelegt. So unkoordiniert war er und entsprechend verhielt er sich auch.

Er ist nur mit dem Steigergebiss geführt worden, er konnte nicht stehen bleiben, man konnte ihn eigentlich nicht mehr satteln. Im Grunde war er vollkommen durchgeknallt. Und heute? Er steht wieder korrekt auf den Fesselgelenken, seine Kondition hat sich unglaublich verbessert, er ist inzwischen sehr rittig. Das haben wir mit einer Mischung aus Dualaktivierung, Longieren und Reiten hingekriegt.

**Herr Geitner, vielen Dank für das Gespräch! (cls)**

*Ende September erscheint Michael Geitners neues Buch über die Dualaktivierung im Müller-Rüschlikon Verlag.*

## Rund um den

## Büchermarkt

**Sally Swifts Ratschläge zum richtigen Sitz erweisen sich als Gold wert und Ina Cygons „Leichter Sitz“ mag auf den ersten Blick ungewöhnlich wirken, die Argumentation der Buchautorin ist aber auf jeden Fall spannend.**

Sally Swift

Reiten aus der Körpermitte

Band 2: Perfektion im Sattel

Müller Rüschlikon 2004, 256 Seiten

ISBN 3-275-01406-4 34,90 Euro

Das erste Buch von Sally Swift über das Reiten aus der Körpermitte wirbelte bereits 1985 die Reiterwelt durcheinander. In ihrem zweiten Band beschäftigt sich die Autorin nun vor allem mit der Ausbildung des Pferdes mit Hilfe des Centered Riding.

Im Vorwort betont Sally Swift, dass es sich nicht um eine spezielle Reitweise handelt. Das Reiten aus der Körpermitte sei vielmehr der effektivste Weg, um ein Pferd in allen Disziplinen im klassischen Sinn gut zu reiten. Ein hoher Anspruch - und das Buch wird ihm gerecht. Gleich zu Beginn beantwortet Swift die Frage, wo denn die Vorteile ihrer Bewegungslehre liegen. Ein Pferd, schreibt sie, wisse von Natur aus, wie es sich zu bewegen habe - jedenfalls so lange, bis der Reiter aufsitzt. Damit es nicht in seinen Bewegungen gestört werde, müsse der Reiter ausbalanciert sitzen und brauche ein gutes Körperbewusstsein und viel Gefühl für sein Pferd. Sally Swift beschreibt, wie sich eine Bewegung in Harmonie mit dem Pferd anfühlen soll, und weckt im Leser den unbedingten Wunsch, dieses Gefühl mit seinem Pferd auch zu erreichen.

Zunächst allerdings muss er sich im ersten Teil des Buches mit Theorie begnügen, die

Sally Swift jedoch knapp und übersichtlich auf das Nötigste beschränkt. Sie erklärt die Lernmechanismen, mit denen der Körper neue Bewegungsabläufe verinnerlichen kann. Diese Mechanismen bewusst einzusetzen, stehen beim Reiten aus der Körpermitte im Mittelpunkt.

Der zweite, weitaus längere Teil des Buches beschäftigt sich mit praktischen Lektionen. Die Kapitel orientieren sich an der klassischen Ausbildungsskala. Allerdings ersetzen bildhafte Beschreibungen wie „Heben Sie den Rücken Ihres Pferdes durch das Reiten von Übergängen“, oder „Entdecken Sie den Energieaustausch“ die gewohnten Begriffe wie Losgelassenheit oder Schwung. Eine bildhafte Sprache, reich an Adjektiven, gehört ohnehin zur erfolgreichen Lehrmethode der Autorin. Da ist von Balletttänzer-Armen, von Kathedralensäulen oder auch vom „Reiten auf einer Welle“ die Rede. Zahlreiche Skizzen veranschaulichen die Erläuterungen.

Wenn die Lektionen dann in den Sattel führen, erläutern Text, Fotos und Skizzen wieder jede Einzelheit. So können die Lektionen tatsächlich nachvollzogen werden. Zu Beginn des Buches konnte vielleicht noch der Eindruck entstehen, das Reiten aus der Körpermitte