

Aufbautraining

Wird ein Pferd wegen Krankheit, Verletzung, zu wenig Zeit des Besitzers, oder sonst einem Grund aus dem Training genommen, verändert sich dessen Körper, wie auch dessen mentale Stärke.

Durch die geänderten Lebensumstände verändert sich das gesamte Verhalten des Pferdes und seinen mentalen Zustand. Ein Pferd, das im Sport eingesetzt wird, bekommt mehr Futter, bringt tägliche Leistung und muss mental 100% einsatzbereit sein. Gönnen man dem Pferd eine längere Pause, muss sich dessen Lebensrhythmus anpassen. Der Verdauungstrakt bekommt weniger zu tun, die Muskeln und die Kondition bilden sich zurück. Ausserdem kann das Pferd sozusagen einen „Gang herunter schalten“ und seinen ganzen Körper, wie auch seinen Geist, „herunterfahren“.

Um nach längerer Pause wieder die geübten Leistungen im Sport zu bringen, muss das Pferd gründlich aufgebaut werden. Ausserdem muss es mental wieder trainiert und motiviert werden, um die gewünschten Leistungen halten zu können.

Hatte das Pferd einen Verletzungsbedingten Ausfall, ist es wichtig, dass der Schwachpunkt der Verletzung während des Bautrainings berücksichtigt und vollkommen behoben wird. Nur so kann ein späterer Rückfall ausgeschlossen werden.

Auch bei Freizeitpferden, die längere Zeit auf der Weide standen, ist es wichtig, sie korrekt aufzubauen. Mit einem gezielten Bautraining können spätere Verletzungen oder Mangelerscheinungen durch Überbeanspruchung in den ersten Phasen des Wiedereinsatzes vermieden werden.

Durch das trainieren der ehemaligen Rennpferde habe ich auf diesem Gebiet viel Erfahrung sammeln können. Während sie rennen liefen, waren die Rennpferde Hochleistungssportler. Kommen sie direkt aus dem Training, müssen sie einen „Gang hinunter gefahren werden“, und körperlich wie auch mental auf ihren neuen Lebensstandart trainiert werden. Mental müssen sie sich an ein weniger hektisches Leben gewöhnen. Der Körper der ehemaligen Rennpferde wurde bis an hin auf Schnelligkeit und Ausdauer getrimmt. Die Muskeln, die unsere Pferde im eigentlichen Reitsport brauchen, sind bei ihnen unterentwickelt und müssen gezielt aufgebaut werden.