

Der Weg zur Traversale

Bereit für Multitasking?

Traversalen sind wie Tanzschritte. Basierend auf Balance und erst dann ausdrucksstark, wenn Kraft und Schwung die Leichtigkeit wecken. Sie fordern perfekte Koordination – von Pferd und Reiter.

TEXT: SARAH SCHNIEDER FOTOS: STEFAN LAFRENTZ

Einer Strandkrabbe fällt es tatsächlich leichter, seitwärts zu laufen als geradeaus. Das können Pferde definitiv nicht von sich behaupten. Schon die ersten Seitwärtsschritte im Schenkelweichen sind eine Herausforderung für Koordination und Körperbeherrschung. Deutlich schwieriger wird es aber, wenn Stellung und Biegung in Bewegungsrichtung hinzukommen. Dabei sind es gerade die ausdrucksstarken Traversalen, die Dressurfans Gänsehaut bereiten. Dann, wenn das Pferd frei aus der Schulter zur Seite tritt, die Beine weit kreuzen und es schwingvoll und nahezu mühelos die Diagonale erobert.

„Das setzt Multitasking bei Pferd und Reiter voraus“, sagt Grand Prix-Reiterin Judy Reynolds. Der Reiter muss darauf achten, dass er seinen inneren Gesäßknochen etwas mehr belastet, der innere Schenkel am Gurt für die Längsbiegung des Pferdes sorgt und der äußere Schenkel die Vorwärts-Seitwärts-Bewegung erhält. „Gleichzeitig gibt die innere Hand die Stellung vor und weist leicht seitwärts, die äußere Hand begrenzt die Stellung wiederum, damit die Schulter des Pferdes nicht ausweicht“, erklärt die Irin. Nur so kann der Reiter das Pferd darin unterstützen, sich ausbalanciert und geradegerichtet seitwärts zu bewegen. Ganz schön kompliziert! Kein Wunder, dass die ersten Traversalen auf Turnieren erst ab der Zwei-Sterne-L-Dressur gefordert sind. Doch wie fängt man an?

Judy Reynolds zeigt auf Gut Hohenkamp in Dorsten mit der Vize-Weltmeisterin der jungen Dressurpferde von 2014, Samoura M, wie sich Pferd und Reiter gezielt auf diese Herausforderung vorbereiten.

Anlagenbesitzerin Sabine Haag Molenteller demonstriert mit Grand Prix-Pferd Painted Brown, welche Fehler Traversalen häufig stören und wie sie geschickt behoben werden können. Auf den nächsten Seiten geht es seitwärts. >





UNSERE EXPERTEN



Judy Reynolds

Die irische Grand Prix-Reiterin war bei Weltreiterspielen, Europameisterschaften und Olympischen Spielen am Start und belegte mit Vancouver K-jüngst Rang vier im Weltcup-Finale in Omaha/USA. Sie trainiert auf der Anlage Gut Hohenkamp in Dorsten.

Sabine Haag Molkenteller (r.)

ist die Inhaberin von Gut Hohenkamp. Sie trainiert bei Judy Reynolds und plant in diesem Jahr erste Starts im Grand Prix.

www.gut-hohenkamp.de



der Einstieg



Stabilisierendes Schenkelweichen

So geht's: Schenkelweichen zählt zwar nicht zu den Seitengängen, ist aber eine erste Übung, um Pferd und Reiter an die Seitwärtsbewegung heranzuführen. Das Pferd ist dabei leicht gestellt und nicht gebogen. Die Vorhand ist der Hinterhand immer leicht voraus, um die Vorwärtsbewegung zu erhalten. „Ich lege es im Schritt und Trab gerne entlang der Diagonalen an“, erzählt Judy Reynolds. Anfangs startet man allerdings an der langen Seite mit dem Blick Richtung Bande, um dem Pferd eine Begrenzung zu geben.

Effekt: Das Pferd lernt nicht nur, die seitwärtstreibenden Hilfen anzunehmen, es wird auch dazu aufgefordert, sich mehr zu schließen und mit der Hinterhand unter den Schwerpunkt zu treten.

Tipp: Anfangs genügen nur einige Schritte im Schenkelweichen. Die Lektion ist kräftezehrend, vor allem, wenn das Pferd des Öfteren noch die Balance verliert.

Stellendes Schulterherein

So geht's: Stellung und Biegung in der Seitwärtsbewegung werden erstmals im Schultervor oder Schulterherein gefordert. „Beim Schultervor stelle ich das Pferd leicht im Genick nach innen und führe die Vorhand gering nach innen, so dass das innere Hinterbein etwas mehr Last aufnehmen muss“, erklärt Reynolds. Im Schulterherein wird die Längsbiegung des Pferdes verstärkt, indem die Vorhand deutlicher in die Bahn geführt wird. Das Pferd bewegt sich auf drei Hufschlägen. Das äußere Vorderbein und das innere Hinterbein treten auf einer Linie. Es kreuzen nur die Vorderbeine.

Effekt: Diese Übung fördert die Versammlung. Das innere Hinterbein wird aktiviert. Außerdem verbessert der Reiter damit die Geraderichtung.

Tipp: Der Reiter sollte daran denken, dass die äußere Schulter in die Bahn geführt wird. Der äußere Zügel ist der führende, der innere bleibt in der Stellung flexibel.

Taktisches Travers

So geht's: Im Travers geht es zum ersten Mal um die Seitwärtsbewegung in Stellung und Biegung in Bewegungsrichtung. Die Hinterhand wird dabei leicht ins Bahninnere geführt. Eine große Herausforderung für Pferd und Reiter. „Das Pferd muss sich geschmeidig biegen lassen und den seitwärtstreibenden Schenkel gut annehmen“, gibt Judy Reynolds zu bedenken. Am besten legt man es an der langen Seite an. Der Reiter belastet den inneren Gesäßknochen vermehrt und dreht seinen Oberkörper in die Bewegungsrichtung. Das Pferd biegt sich um seinen inneren Schenkel, der äußere schiebt es in die Vorwärts-Seitwärts-Bewegung. Die Hinterbeine kreuzen ebenso wie die Vorderbeine.

Effekt: Diese Übung fordert die Hakenbeugung des inneren Hinterbeins und ist ein weiterer Schritt in der Versammlung.

Tipp: Travers lässt sich gut aus einer Volte einleiten.



Richtungsweisendes Renvers

So geht's: Renvers ist im Prinzip nichts anderes als die Konterlektion zu Travers. Die Hilfengebung ist identisch. In diesem Fall bewegt sich das Pferd nur mit der Hinterhand auf den äußeren und mit der Vorhand auf den inneren Hufschlägen. „Der Reiter sollte immer genau darauf achten, dass er das Pferd nicht zu stark abstellt, sondern die Vorwärtsbewegung erhält“, betont Judy Reynolds. Das Pferd bewegt sich auf vier Hufschlägen.

Effekt: Diese Lektion zielt ebenso auf die Geschmeidigkeit in der Längsbiegung ab und verbessert die Lastaufnahme der Hinterhand.

Tipp: „Man kann das Renvers gut wie eine einfache Schlangenlinie einleiten“, rät die Grand Prix-Reiterin. Aus der Ecke kommend wende man in den Bogen ab und schiebt das Pferd in der korrekten Stellung in die Vorwärts-Seitwärts-Bewegung. Schwieriger ist es, aus einer Kurzkehrt-Wendung heraus anzutrabern und ins Renvers zu gehen.



das Ergebnis

Nach dem Abwenden auf die Mittellinie (l.) legt die Reiterin erst einmal ein Schulterherein an (r.), um daraus die Traversale zu entwickeln.

Typgerechte Traversale

So geht's: „In den ersten Traversalen ist es für Pferd und Reiter ungewohnt, sich auf der Diagonalen zu bewegen“, macht Reynolds deutlich. Schnell verliert das Pferd den Schwung oder die Seitwärtsbewegung gerät ins Stocken. „Deshalb sollten die ersten Traversalen von der Mittellinie aus in Richtung Hufschlag geritten und flach angelegt werden“, so die Ausbilderin. Traversalen werden auf dem Turnier im versammelten Trab oder Galopp geritten. Die Hilfengebung ist identisch zum Travers. Mit der achtjährigen Samoura beginnt Judy Reynolds nach dem Abwenden auf die Mittellinie im Schulterherein. Daraus schiebt sie das Pferd in die Traversale. „Nach einigen Tritten reite ich wieder Geradeaus oder Schulterherein und dann erneut einige Tritte in die Traversale“, beschreibt die Berufsreiterin. „Oft werden die Pferde anfangs zu stark gestellt und können sich dadurch nicht ausbalancieren.“ Der Wechsel zwischen Traversale und Geradeaus korrigiert die Stellung immer wieder.

Effekt: Das Pferd wird nicht nur in der Längsbiegung geschmeidiger, auch seine Tritte werden immer kadenzierter, weil sich die Lastaufnahme und die Tragkraft verbessert. „Nach einiger Zeit kann man die Traversale über die ganze Diagonale etwas steiler anlegen. Dann greift die Vorhand freier aus der Schulter und die Bewegung wird ausdrucksstärker“, betont Judy Reynolds.

Tipp: Eine Mischung aus all diesen Lektionen bringt Abwechslung ins Training. Beispielsweise lässt sich eine Traversale aus der Ecke bis zur Viertellinie anlegen, daraus eine Pferdelänge geradeaus und dann im Schenkelweichen zurück zum Hufschlag reiten. Das macht das Pferd aufmerksam und der Reiter lernt, seine Gewichts- und Schenkelhilfen exakt zu dosieren.



die Vorbereitung





Zirkel verkleinern im Galopp – auch gerne im Travers – fördert die Versammlung.

der richtige Schwung

Wenn der Ausdruck fehlt

Der Fehler: Viele Pferde verlieren den Schwung in der Traversale. Sie treten nicht mehr so frei aus der Schulter heraus und vermitteln ihren Reitern das Gefühl, nicht mehr an den treibenden Hilfen zu stehen.

Das kann man dagegen tun: „Um den Ausdruck zu verbessern, rate ich meinen Schülern, in der Traversale zuzulegen und wieder abzufangen“, erklärt Grand Prix-Reiterin Judy Reynolds. Sabine Haag Molkenteller und Painted Brown bauen Tempowechsel in flach angelegte Traversalen ein und fördern dadurch die Tragkraft und den Schwung im Antreten. Die Versammlung für die Galopptraversalen fördern sie durch Zirkelverkleinern und Travers auf dem Zirkel.

Achtung: „Bevor man Tempounterschiede einbaut, sollte man erst kontrollieren, ob das Pferd in sich geradegerichtet ist und nicht zu stark gestellt oder gebeugt“, spricht Reiterin Sabine Haag Molkenteller aus Erfahrung. Denn wenn es nicht optimal im Gleichgewicht ist, kann es seine Bewegung nicht entfalten.



die nötige Biegung

Wenn die Hinterhand vorausgeht

Der Fehler: Hauptsache kreuzen? Falsch! Wichtig ist, dass die Vorhand der Hinterhand immer voraus ist, um das Pferd in sich gerade zu halten. Besonders in den Anfängen passiert es allerdings häufig, dass die Hinterhand in der Seitwärtsbewegung vor der Vorhand abfußt.

Das kann man dagegen tun: „Wenn man die Ecke ausreitet, sollte man immer erst ein Schulterherein anlegen und daraus in die Traversale übergehen“, erklärt Judy Reynolds. Damit verhindert man, dass das Pferd bereits schief in die Traversale einsteigt.

Achtung: „Das Problem entsteht vor allem, wenn der Reiter in der Ecke bereits zu stark mit dem äußeren Schenkel einwirkt“, gibt Sabine Haag Molkenteller zu bedenken.



Dressurreiterin Sabine Haag Molkenteller stellt für Reiter Revue einige der häufigsten Fehler nach, die im Traversalentraining auftreten. Wie hier die vorausgehende Hinterhand (l.) und das Verlieren der Längsbiegung.

Wenn Seitwärts auf der Strecke bleibt

Der Fehler: Im Aufbau der Traversale geht bei manchen Pferden die Längsbiegung verloren. Der äußere Schenkel kommt nicht durch und das Pferd tritt nicht mehr in der Seitwärtsbewegung kreuzend.

Das kann man dagegen tun: „Travers ist eine perfekte Übung, um das Pferd in der Längsbiegung ans Seitwärts zu gewöhnen“, macht Judy Reynolds deutlich. Sabine Haag Molkenteller demonstriert den Unterschied, indem sie aus dem Travers in die Traversale wechselt. Dies kann übrigens nicht nur auf gerader Linie, sondern auch auf dem Zirkel geritten werden.

Achtung: „Die Übung ist kräftezehrend und sollte immer in Reprisen gefordert werden“, betont Haag Molkenteller.

AUSBILDUNG

die korrekte
Stellung

Die Reiterin achtet darauf, dass das Genick in der Einleitung der Traversale gerade bleibt.

Wenn die Stellung stockt

Der Fehler: Sehr oft passiert es, dass sich das Pferd in der Wendung im Genick verkantet und in der Traversale verirrt.

Das kann man dagegen tun: „Der Reiter muss immer wieder erföhlen, dass er sein Pferd wirklich am äußeren Zügel hat und am inneren nachgeben kann“,

betont Judy Reynolds. Viele Reiter wirken mit der inneren Hand unbewusst rückwärts, um die Stellung zu verstärken. Das macht sich sofort bemerkbar.

Achtung: In der Stellung sollte man das innere Auge leicht schimmern sehen und nicht mehr! Nur so kann das Pferd in sich gerade bleiben.

der gerade Wechsel

Wenn Zick-Zack gefragt ist

Der Fehler: Zick-Zack-Traversalen sind eine echte Herausforderung, weil der Wechsel der Längsbiegung extrem schnell vonstatten geht. Kein Wunder, dass viele Pferde schief werden und die Hinterhand nach dem Umstellen voraus geht. Im Galopp ist außerdem der fliegende Wechsel ein weiterer Schwierigkeitsgrad.

Das kann man dagegen tun: „Der Reiter muss sich bewusst machen, dass er sein Pferd erst einmal komplett geraderichten sollte“, erklärt Judy Reynolds. Anfangs mindestens eine Pferdelänge lang. „So weit, bis man das Pferd komplett gerade hat und es dann geschmeidig umstellen kann.“

Achtung: Besonders beim fliegenden Galoppwechsel kann ein zu schnelles Umstellen und Fordern der Längsbiegung in die neue Richtung dazu führen, dass das Pferd aus dem Gleichgewicht gerät.

Vollkommen geraderichtet: Nur so kann das Pferd feinfühlig umgestellt werden.

ZEDAN



Bewährte Rezeptur
Neues Design

Schutz und Pflege
...natürlich **ZEDAN**



ZEDAN

die
Insektenschutz
Sprühlotion

für Mensch und Tier

gegen Fliegen,
Bremsen und Mücken

Lotion répulsive
contre les mouches,
taons et moustiques

Repellents vorsichtig verwenden. Vor Gebrauch stets Kennzeichnung und Produktinformationen lesen.

www.zedan.de / info@zedan.de
Service Telefon 0800 - 2622 355