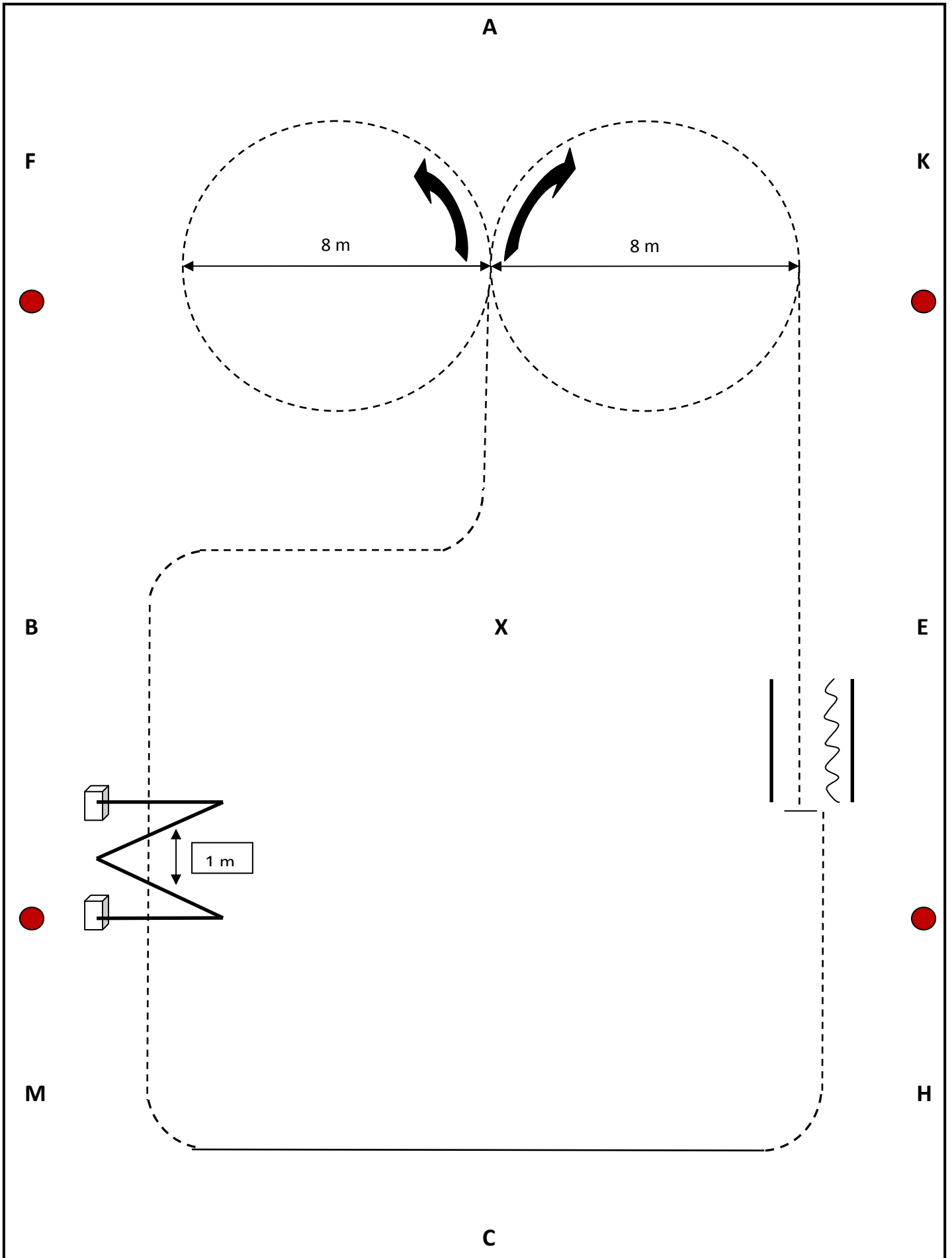


Übung Gymnastizierung - Kombiniert - Nr. 4



Übungsaufgabe:

- 1.) Nach dem Aufwärmen und locker reiten, im Trab auf die ganze Bahn. Dabei schon aussitzen.
 - 2.) In der freien Hälfte der Bahn auf einen Linkszirkel gehen, dieser sollte mindestens 8m Durchmesser im Trab haben. Das Pferd wird in einer leichten Innenstellung geritten, das innere Bein verhindert ein nach innen kommen des Pferdes. Mindestens einen Zirkel. Anschließend aus dem Zirkel wechseln.
 - 3.) Dasselbe nun auf der rechten Hand im Rechtszirkel. Nach 1 ½ Zirkeln auf der rechten Hand bleiben und auf dem 3. Hufschlag bleiben. Das Pferd ist nun gerade gestellt.
- **Beachte:** Den Kopf des Pferdes LANGSAM mit so wenig Zügeldruck wie möglich stellen. Bei ruckartigem und/oder zu starkem Zügeldruck können Muskel- und Sehnenverletzungen entstehen bzw. das Pferd kann mit Gegendruck reagieren.
- 4.) Das Pferd **gerade gestellt** (Wichtig !!!) in die Stangengasse reiten und aus dem Trab anhalten. Sollte das nicht gehen, vorher in den Schritt durchparieren und dann am Ende der Stangen anhalten. Anschließend die Länge der Stangen Rückwärtsrichten. Dieses sollte flüssig und gerade passieren. Wenn das Pferd dies noch nicht kann, erst nochmal trocken üben oder nur wenige Schritte machen.
 - 5.) Nun aus dem Rückwärtsrichten heraus das Pferd in einen flotten Schritt treiben. Wenn das gut klappt, dann beim nächsten mal direkt vom rückwärts in den Trab treiben. → NICHT zu viel Stress machen beim losreiten!!! Das Pferd soll fleißig, aber hauptsächlich ruhig und am Zügel vorwärts gehen.
 - 6.) An der kurzen Seite der Bahn Übergang vom Trab in den Schritt oder vom Schritt in den Trab (siehe durchgezogene Linie). Darauf achten, dass das Pferd nicht „auseinander fällt“, d.h. Zügel und Beine während des Übergangs dran lassen.
 - 7.) Vor der Ecke bei **M** wieder antraben (oder im Trab bleiben, wenn davor angetrabt wurde) und über das Stangen-M traben. Dabei darauf achten, dass man mittig über den Stangen bleibt. Die Stangen sollten nicht mehr als 20 cm erhöht werden (siehe Kästchen in der Skizze) und in den Zwischenräumen der Trabinie, sollte mind. 1m Platz sein.

8.) Nach einem Durchgang kurze Pause am langen Zügel. Danach kann die Reihenfolge der Hindernisse verändert werden, ebenso der Schwierigkeitsgrad.

9.) Beispiele höhere Schwierigkeitsstufe:

- Die Zirkel im Galopp geritten, mit einem einfachen oder fliegenden Galoppwechsel
- zwischen Stangengasse und Stangen-M → Übergänge
Trab-Galopp-Trab oder Schritt-Galopp-Schritt
- in Stangengasse galoppieren – Stop – Rückwärts - Angaloppieren