

# „Die verflixte Zügelhand“

## Bericht von: Zoe Sanigar Zollinger

Welcher Reiter kennt sie nicht, die Problematik unserer Hände, sobald sie den Zügel fassen?

Unsere Hände! Ausgestattet mit zwei Hochpräzisionswerkzeugen, welche sich vor 280 Mio. Jahren aus Flossen herausgebildet haben sind wir in der Lage, Kleinstarbeit innert kürzester Zeit mit unseren Händen zu leisten. Mit winzigstem Kraftaufwand setzt die Hand des Uhrmachers mikroskopisch kleine Federn an ihren Platz. Dieses Vielzweckwerkzeug ist das Ergebnis eines komplizierten Zusammenspiels von Nerven und Muskeln, Knochen und Bändern. Neun verschiedene Muskeln bewegen allein den Daumen. Einige dieser Muskeln enden an Knochen innerhalb der Hand, andere reichen bis in den Arm.



Abb. 75: Charles de Kunffy hat einmal gesagt, dass der Mensch nicht zum Reiten auserkoren sei, denn Gott habe ihn nicht mit Armen ausgestattet, die vom Ellbogen bis zum Gebiss des Pferdes reichen ...

Doch sitzen wir auf dem Pferd, scheinen sie unserem Willen nur noch bedingt zu gehorchen. Anstelle von einigen Gramm halten wir gut und gerne mit einigen Kilos dem empfindlichen Pferdemaul entgegen. Macht uns etwas auch nur geringfügig Sorgen oder sogar Angst, schalten sich unser Instinkt und unsere Reflexe ein und übernehmen die Koordination unserer Hände meist ohne, dass wir uns dessen überhaupt bewusst werden. Unser natürlicher Schutzreflex veranlasst unseren Körper, die inneren Organe zu schützen. Wir krümmen uns zusammen und die Hände beginnen rückwärts zu ziehen. Bereits schon kleinste Verspannungen in Schulter, Nacken- und Rückenbereich (oder mental) lassen uns unsere Hände nicht

mehr losgelöst und unabhängig koordinieren. Das Resultat: die Reiterhand wird hart und genauso wirkt sie auf das Maul, das Pferd verspannt sich physisch und mental und wir befinden uns schon mitten im Teufelskreis.

Gelingt es uns jedoch entspannt, losgelöst und in Balance auf dem Pferderücken „Platz zu nehmen“, unsere Schultern zu entspannen und der Nickbewegung des Pferdes sanft immer wieder nach vorne nachzugeben, die Hinterhand des Pferdes zu aktivieren, um es an das Gebiss treten zu lassen, wird eine konstante und weiche Verbindung zum Pferdemaul möglich.

Aus dieser „soften“ Anlehnung in der Losgelöstheit der Bewegungen kann sich das Pferd durch die Zügelführung „weich geführt“ fühlen, es entspannt sich körperlich und mental gleichermassen. Eine Basis der Losgelöstheit ist gelegt für die weitere Entwicklung von Schwung und Takt, die Bausteine, die die weitere pferdegerechte Arbeit

wie das Reiten von Lektionen überhaupt erst möglich machen. Das Gefühl der vertrauensvollen und weichen Anlehnung in die Reiterhand macht definitiv süchtig. Auch deshalb Grund genug, sich öfters mal wieder einigen Übungen für die Schulung der Koordinationsfähigkeit und der Förderung der Feinfühligkeit unserer Präzisionswerkzeuge zu widmen.

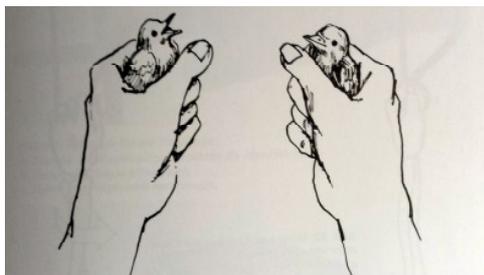
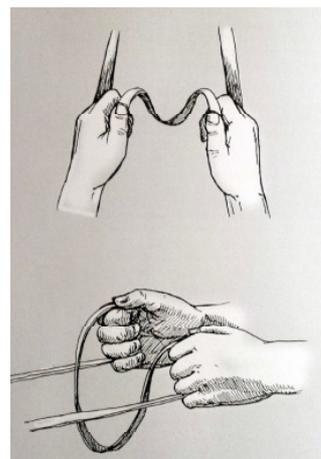


Abb. 80: Halten Sie die Hände, als ob Sie kleine Vögel festhalten würden. Zerdrücken Sie die Vögelchen nicht und verdrehen Sie die Hände nicht so, dass die Köpfe der Vögel aneinander schlagen.



13.3: Zwei Ansichten der von mir empfohlenen Position der Hände. Achten Sie darauf, dass Ihre Daumen oben sind.

### KRÄFTE MESSEN

- ⇒ Bei Messungen wird oftmals vergessen, dass im Pferdemaul die Kräfte BEIDER Hände ankommen.
- ⇒ Ein Wert einer Zügelanlehnung von beidseits gefühlten 300 Gramm ergeben gemessen: Linke Hand 200g, Rechte (dominante) Hand 300g. Somit wirken 500g auf das Pferdemaul und das auch noch unregelmässig aufgrund der Rechts- oder Linkshändigkeit des Reiters.
- ⇒ Bei einer Kandarenzügelführung potenzieren sich diese 500 g zu 1'160 g (Übersetzungsverhältnis 7.9). Wieder gilt, dass beide Kräfte auf der Zunge ankommen was einen Wert von 1'660 g (!) ergibt.

Quelle: Wie straff darf der Zügel sein? Von Fritz Stahlecker ([http://www.hsh-fritz-stahlecker.de/fileadmin/user\\_upload/Dokumente/Stahlecker\\_Zuegel.pdf](http://www.hsh-fritz-stahlecker.de/fileadmin/user_upload/Dokumente/Stahlecker_Zuegel.pdf))

#### Bildernachweis:

Buch „Reiten aus der Körpermitte“ von Sally Swift (Band 1)  
ISBN 3-275-00956-7

Zoe Sanigar Zollinger