

## 39. Infotreffen Gams Riethof, 26.10.2019

Einblick in den Leitfaden für HTK-Pferde, Demonstration der Übungen des Basistrainings für das HTK-Therapiepferd

Organisatoren: Q-Zirkel Gams: Silvia Tanner, Susanne Egger, Corinne Almer, Luzia, Simone und Claudia

Referentin: Franziska Item, eidgenössisch Dipl. Tierphysiotherapeutin HF seit 2018, Humanphysiotherapeutin seit 2010



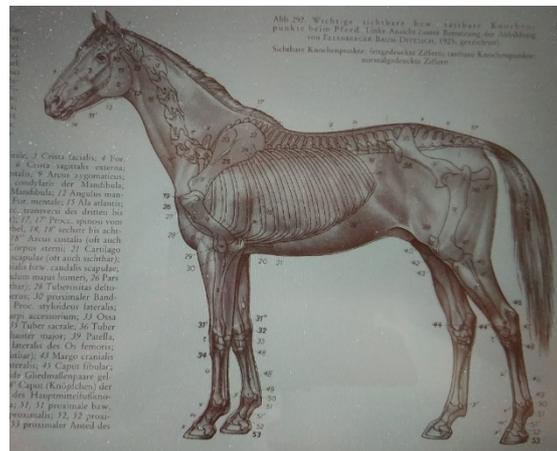
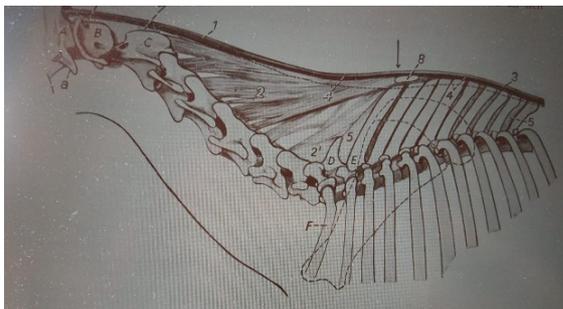
Wir trafen uns bei bestem Wetter auf dem Hof von Silvia Tanner, wo sie mit ihrer Schwester Luzia und Susanne Egger, seit 2004 die HTK von anfänglich einem Halbtage nun auf vier Halbtage aufgebaut hat.

Das Kuchenbuffet und Getränke luden zum geniessen und plaudern ein. Danach begrüßte uns Silvia und präsentierte ihre vier Therapiepferde, sowie die Mitarbeiterinnen.

Mit einem sehr interessanten Vortrag über

Übungen, die bei Pferden angewendet werden können, ging es nun weiter. Franziska erklärte uns, dass es wichtig sei, entgegen der physiologischen Schiefe des Pferdes zu arbeiten. Hierzu zeigte sie uns schöne Bilder der Anatomie.

Wie zum Beispiel, dass die HWS nicht am Mähnenkamm entlang geht, sondern sehr tief „absinkt“ und beim Schulterblatt in die BWS mündet. Die obere BWS hat lange und spitze Dornfortsätze, welche knorpelige Verbindungen haben und physiologisch mit etwa zehn Jahren verknöchern. Zudem läuft das Nackenband drüber, welches bei einer Beugung des Pferdes



gedehnt wird und somit den Rücken des Tiers anhebt. Bei einer gestreckten Haltung, wie zum Beispiel beim Steigen, werden die Dornfortsätze zueinander geschoben. Diese Annäherung kann zu Schmerzen führen und bei pathologischer BWS-Extension kommt es zu „kissing spines“.

Anatomiebilder: Quelle: Nickel, Schummer, Seiferle; Lehrbuch der Anatomie der Haustiere; Parey Verlag; 2004

Wie auf dem Bild einer aufgemalten Faszie auf dem Pferd zeigt, erstreckt sich die faszia thorakolumbalis vom Rist über den Rücken, Sattellage, bis hin zum Gesäss. So kann man sich dann auch gut vorstellen, dass eine lokale Verspannung auch Einfluss nimmt im



Verlauf der Fasern und so zu weiteren Verspannungen der ipsilateralen Seite, der Gegenseite oder diagonal führen kann. Faszien sind straffe und sehr empfindliche Strukturen.

Des Weiteren hat Franziska erläutert, dass für eine gute Gesamtkoordination, die inter- und intramuskuläre Koordination beachtet werden soll. Hierfür braucht es eine gute Muskellänge, freie Gelenke, keine Verspannungen, keine Überdehnungen, kein Schmerz und weitere Faktoren, wie physiologische Vorgänge (Kalzium und Magnesium als Beispiel). Erst wenn diese Faktoren stimmen, kann man optimal an der Koordination arbeiten.

Pferde besitzen eine physiologische Schiefe. Diese ist für das Wildpferd wichtig, da es in der Diagonalen die bessere Kraftübertragung hat (siehe PNF oder Roger Federers Aufschlag 😊) und somit schneller aus dem Stand in die Flucht, dem vollen Galopp kommt.

Der pathologischen Schiefe hingegen ist unbedingt entgegenzuwirken. Ursachen für eine pathologische Schiefe sind die darauf sitzende Person, schiefe Klienten, innere Verspannungen des Pferdes, Schmerz, Wirbelblockaden, psychische Faktoren oder Stress.

Somit kam Franziska auch schon zur Behandlungsplanung.

Eine gute Mobilität ist die Voraussetzung für Kraft und Gleichgewicht. So muss die Reihenfolge des Beübens des Gleichgewichts und Koordination folgend eingehalten werden:

1. Statisches Pferd (Pferd in Ruhe)
2. Dynamisches Pferd (Pferd in Bewegung)
3. Objektbezogenes Pferd (Pferd mit Patienten/ Klienten/ Reiter)

Ansonsten riskiert man Überlastungen und Schmerzen.

Für die Basiskraft braucht es einen langen Reiz, viele Wiederholungen, einen adäquaten Widerstand und individuelle Übungsauswahl. Um effizient zu arbeiten empfiehlt Franziska die Nahziele und Fernziele festzulegen und diese regelmässig zu kontrollieren. Erst wenn ein Ziel erreicht sei, solle das Nächste angestrebt werden. Die 9 Basisübungen ersetzen aber nicht das Training am Boden, Ausritte, Longenarbeit und weiteres. Es sei lediglich eine Erweiterung der Möglichkeiten.



Nach einer Kaffeepause mit Kuchen und guten Gesprächen ging in zwei Gruppen an die praktische Arbeit. Ich konnte zuerst die Übungsgruppe besuchen, wo Franziska an Päuli, dem 13 jährigen Tinkerwallach, die zwei Anwendungen „aktives Anheben des vorderen Rückenbereichs“ und „Schritt vor und zurück“ vorzeigte. Zuerst beobachteten wir seinen Gang, welche Bewegungen er machte, dann bestimmten wir die physiologische Schiefe. Erst danach behandelte Franziska Päuli. Den Reiz setzte Franziska auf der

Mittellinie des Bauchs an verschiedenen Stellen. 2-3 Sekunden hoch, dann passiv absinken lassen. Dies 10-15 Mal wiederholen für eine optimale Mobilisation. Bei der Anwendung zur Kräftigung setzt man den Reiz etwa 10 Sekunden lang.



Eine weitere Steigerung erzielt man, indem die Therapeutin/ der Therapeut neben dem im Schritt gehenden Pferd den „Bauchreiz“ setzt. Dies ist jedoch, wie bei Demonstration gut sichtbar war, sehr anstrengend für den Menschen. Ein Hufauskratzer sollte nur im äussersten Notfall verwendet werden, um den Reiz zu setzen, da damit das Pferd sehr schnell verletzt werden kann.

Beim „**Schritt vor und zurück**“ testet man zuerst aus, welches Bein das Pferd mühelos anheben kann und welches nicht. Die schlechtere Seite zu heben kann bereits als Übung angesehen und in den Stallalltag integriert werden. Danach kann der einzelne Schritt mittels sanften Zugs am Strick ausgelöst werden. Die Schwierigkeit scheint im Bremsen des Schrittes zu liegen. Franziska musste sehr schnell und klar abbremsen, damit es nur ein Schritt blieb. Die nächste Übung ist der einzelne Schritt zurück. Dies ist mit wohldosiertem Druck an der Brust des Pferdes oder am rückwärts ziehenden Strick durchzuführen.



Nach einigen Durgängen und etwas Training signalisiert Päuli klar, dass das nun reicht und er nun Ruhe möchte. Somit begaben wir uns zur weiteren Kaffeepause mit Sandwiches.

Nach der Pause erzählen uns Susanne und Corinne wie diese HTK Stelle seinen Anfang fand, wie die Pferde heissen und deren Charakterzüge wurden erklärt. Im Jahr 2004 begannen Susanne und Silvia mit der HTK in Gams auf dem Hof der Eltern, wobei Luzia die Ausbildung der Pferde übernahm. Seither konnten Sie kontinuierlich aufbauen. Der Stall ist wunderbar ausgestattet und lässt Nichts vermissen. Die Pferde leben in einem Offenstall und laufen je 2x pro Woche in der Hippo, 3x pro Woche diverse Trainings, und 1-2 Ruhetage pro Woche.

Dies sind die Pferde:

Cindy, Freiburgerstute, 1995



Medrana, Haflingerstute, 1999

Päuli, Tinkerwallach, 2006

mit Rocky, Haflingerwallach, 1995



Einen Teil der Hippostrecke konnten wir bei beginnendem Sonnenuntergang bewundern, inmitten hoher Berge und einer grossen Fläche mit Landwirtschaft. Am Ende, bei einem schönen Weiher, erzählte dann Corinne vom geselligen Q-Zirkel. Sie hätten mit drei Leuten im Jahr 2008 gestartet und nun seien sie vierzehn. Sie treffen sich an drei Abenden pro Jahr in einem Restaurant, essen, plaudern und diskutieren zu diversen Themen. Einmal jährlich treffen sie sich zu einer praktischen Anwendung. Der Erfahrungsaustausch sei stets wichtig.

Nach diesem schönen und lehrreichen Nachmittag im Rheintal begaben wir uns wieder auf den jeweiligen Heimweg.

Vielen Dank an dieser Stelle für dieses großartige Infotreffen. Ich hoffe, dass alle Namen richtig sind und ich niemanden vergessen habe.

Bericht geschrieben von: Conny Hess, [www.physiotherapie-hess.ch](http://www.physiotherapie-hess.ch), [info@physiotherapie-hess.ch](mailto:info@physiotherapie-hess.ch)