

Die Hand

„Die Hand fängt nur auf, hält niemals zurück.“

Otto von Monteton



So soll es sein! Die korrekte Handhaltung ist die Basis für eine richtige Einwirkung

Über die Handhaltung, ihre Position und Wirkung kann man Bücher schreiben. Jede Reitauffassung interpretiert ihre Funktion anders und das bietet Zündstoff für viele - teilweise überflüssige - Diskussionen.

Wo gehört sie hin? Hoch – tief – breit – eng?

Wer weiß das heute schon, wenn jeder etwas anderes vermittelt, um seine Ideen und Erkenntnisse zu vertreten.

Wenn man sich die überlieferten Grundsätze der Ausbildung anschaut, gibt es nur eine Definition und diese ist absolut richtig. Neue Erkenntnisse braucht man nicht.



Die Hand gehört mit korrekt aufgestellter und geschlossener Faust eine Handbreit über den Widerrist. Die Gerte zeigt in Richtung Pferdeknie. Man kann eine Linie vom Ellbogen bis zum Pferdemaul ziehen. Nur mit dieser Handhaltung kann man korrekte und feine halbe Paraden geben, gefühlvoll aus dem Ellbogen vorgeben, der Nickbewegung des Pferdekopfes folgen! Nur bei einer solchen Handhaltung liegt das Gebiss ruhig im Pferdemaul ohne schmerzhaften Druck auf Zunge oder Laden zu erzeugen!

Die Einwirkungen der Hand werden erst durch richtiges Mit- und Zusammenwirken mit den Hilfen der Schenkel und des Sitzes zu führenden Hilfen gemacht. Die Sicherheit dieser führenden Hilfen hängt von der richtigen Anspannung der Zügel ab, die wiederum nur durch richtiges Anlehnen des Pferdes an das Gebiss erhalten werden kann. Die Zügel sind somit das Verbindungsglied zwischen der Hand des Reiters und dem Maul des Pferdes und stellen ausschließlich bei korrekter Haltung eine konstante Anlehnung zum Pferdemaul sicher.

Man teilt Zügelhilfen in nachgebende, durchhaltende, annehmende oder auch verwahrende Zügelhilfen ein, die immer in Verbindung mit Kreuz und Schenkel des Reiters eingesetzt werden müssen und niemals vorherrschen dürfen. Wann immer Fehler in der Handhaltung auftreten ist ein gefühlvoller und korrekter Einsatz der Hand und in der Folge das Zusammenwirken der Hilfen nicht mehr sichergestellt.

„Die fehlerhafte Neigung der meisten Reiter, zu viel mit den Händen und zu wenig mit Schenkel- und Gewichtshilfen einzuwirken, muss dauernd bekämpft werden.“

Richtlinien Reiten und Fahren Band 1, 1962

Auf keinen Fall sollte man sie extrem breit oder hoch tragen, die Hände verdrehen oder mit viel zu langem Zügel nach hinten einwirken oder diese breit auseinander ziehen, denn alles das sorgt für schmerzhaften Druck auf das Pferdemaul und führt zu Verspannungen. Viele Pferde sind dann im Genick verworfen, zeigen einen falschen Knick, ein offenes Maul oder andere Fehler.

Die Argumentation, die Hand aus Korrekturzwecken in bestimmter Form zu halten und hoch, breit oder tief führen zu müssen und das noch über einen längeren Zeitraum ist ein Hinweis auf eine insgesamt fehlerhafte Einwirkung. Es führt zu Verspannungen und zu einem verunsicherten Pferd. Das Maul ist offen, die Pferde drücken in die Hand, schlagen mit dem Kopf oder werden sogar widersetzlich. Im Ergebnis wirkt eine fehlerhaft positionierte und falsch eingesetzte Hand immer störend auf den Gang und die Losgelassenheit des Pferdes.

Wenn ein Pferd das Gebiss annimmt, sich loslässt und durchlässig ist, der Reiter über einen korrekten Sitz verfügt, dann sind solche Systeme unnötig und eine Argumentation für ein solches Vorgehen überflüssig.



Eine solche Handhaltung ist grob fehlerhaft. Die Nase kommt hinter die Senkrechte. Die Hand wirkt rückwärts. Der Rücken ist weg gedrückt. Der Schwung aus der Hinterhand so nicht mehr sichergestellt. Das Pferd ist massiv verspannt. Auch ist das Ziel eines solchen Vorgehens nicht nachvollziehbar!



Mit einer solch hohen Hand muss das Pferd mit der Nase hinter die Senkrechte kommen. Die Reiterin knickt in der Hüfte ein, die Absätze sind hoch gezogen.



Auch so ist es falsch. Die Hand ist verdreht, zu breit geführt. Gefühlvolle Halbe Paraden kann man so nicht mehr geben. Der Reiter übt zu viel Druck auf das Pferdemaul aus.



Auch das ist falsch. Die Hand ist zu tief. Die Fäuste nach unten gedrückt. Man kann keine gefühlvollen halben Paraden geben und nicht aus dem Ellbogen der Bewegung folgen.

Nicht nur, dass die Hand oftmals bei vielen Reitern falsch gehalten und eingesetzt wird, sie ist auch in vielen Fällen sehr unruhig. Beim Leichttraben beispielsweise folgt sie dem Reiter beim Aufstehen nach oben und beim Einsitzen wieder nach unten. Bei manch einem Reiter macht das bis zu 20 cm rauf und runter aus. Das arme Pferdemaul, welches das ertragen muss. Niemand macht das mit Absicht – aber wenn es einem keiner erzählt, kann man nichts ändern.

Nur wie bekommt man die ruhige Hand in der richtigen Position hin? Wie bei allem gibt es auch hier Übungen, mit denen man das Problem in den Griff bekommen und die Handhaltung verbessern kann.

Dicke, flauschige Lammfellunterlagen sind bei einem gut sitzenden Sattel grundsätzlich unnötig, allerdings kann man diese in diesem Fall sinnvoll nutzen: Wenn die Hand nämlich korrekt positioniert ist, dann berühren die kleinen Finger den oberen Rand des Fells. Diese Berührung kann man fühlen. Konzentriert man sich darauf, registriert man zum Einen, wann und ob die Hand hoch und runter geht und des weiteren lernt man, die Bewegung aus dem Ellbogengelenk soweit zu steuern, dass die Hand dort bleibt, wo sie hingehört – in diesem Fall nämlich am Rande der Lammfellunterlage.

Wenn man beispielsweise bei Sitzübungen an der Longe statt der Zügel eine Gerte parallel über den Sattel in beide Hände nimmt und versucht diese so ruhig zu halten,

dass beide Hände gleich hoch geführt werden, dann dient auch das schon der Verbesserung der Handhaltung. Das in Schritt, Trab (Leichttraben, Ausreiten) und Galopp (leichter Sitz, Ausreiten) zu üben, macht den Sitz mit der Zeit unabhängiger von der Hand und man entwickelt ein Gefühl für die richtige Position.



Mit der Gerte in der Hand verbessert man die Handhaltung. Man kann es an der Longe in Verbindung mit Sitzübungen trainieren oder beim Reiten auf der ganzen Bahn, auf dem Zirkel oder der großen Acht.

Fehler in der Handhaltung liegen neben einer fehlerhaften Interpretation und/oder Umsetzung der Reitlehre vielfach auch an Verspannungen des Reiters. Viele Reiter sind im Bereich der Schultern und des Beckens verspannt. Das wird nicht selten ausgelöst durch Sättel mit einer tiefen Sitzfläche und dicken Kniepauschen oder auch durch eine Arbeit mit vorwiegend sitzender Tätigkeit.

Auch durch Rückenschmerzen oder durch generelle Unsicherheit oder Ängste beim Reiten. Diese Verspannungen spiegeln sich dann in einer unruhigen, rückwärts wirkenden Hand oder in allgemeinen Haltungsfehlern wieder.

In solchen Fällen sind gymnastischen Übungen am Boden, die die eigene Elastizität verbessern oder auch Sitzübungen an der Longe eine gute Möglichkeit, diese Probleme zu reduzieren.

Die gute Hand des Reiters zeichnet sich immer durch Stetigkeit und gefühlvolles Einwirken aus. Durch halbe Paradén, die in der passenden Dosierung und im richtigen Moment gegeben werden. Durch das Zusammenwirken der Hilfen, die beim Pferd das Annehmen des Gebisses ermöglichen und so eine konstante Anlehnung schaffen.

Das zu erreichen ist eine große Aufgabe!
Aber da man ja bekanntlich mit seinen Aufgaben wächst, ist es wie in vielen Fällen
die Übung, die den Meister macht 😊

Anne Schmatelka