

Wieviel Gewicht darf aufs Pferd: individuelles Gesamtbild analysieren

Zur Grafik (rechte Seite): Als graue Fläche dargestellt, ist der Idealfall bezüglich Belastung des Pferdes ersichtlich. Tragen Sie nun Ihre persönlichen Angaben/Werte in das Diagramm ein und verbinden Sie die Punkte zu einer Fläche. Je grösser die Fläche, desto näher am Ideal. Je kleiner die Fläche, desto kritischer.

Faktoren für die Selbsteinschätzung und Beurteilung der Gewichtsbelastung des Pferdes:

► **Verhältnis des eigenen Gewichts und der eigenen Grösse zu Gewicht und Grösse des Pferdes** (Wert zwischen 1 und 10)

z.B. 500 kg : 55 kg = 9
z.B. 540 kg : 90 kg = 6

► **Fitnesszustand der Reiterin oder des Reiters** (Wert zwischen 1 und 10)
1 = untrainiert
10 = konditionell und körperlich topfit

► **Ausrüstung: Sattelanpassung und -kontrolle durch Experten?** (Wert zwischen 1 und 10)
1 = unpassend, Material wurde länger nicht überprüft und passt nicht auf das Pferd
10 = passend, regelmässig kontrollierte und auf das Pferd ideal angepasste Ausrüstung

► **Ausbildungsstand Reiter:in:** (Wert zwischen 1 und 10)
1 = Reitanfänger:in, Gelegenheitsreiter:in, schwerfällige:r unkoordinierte:r Reiter:in
10 = fortgeschrittene:r koordinierte:r Reiter:in

► **Tragfähigkeit des Pferdes** (Wert zwischen 1 und 10)
Röhrbeinbelastungsindex (RI), siehe Seite 9

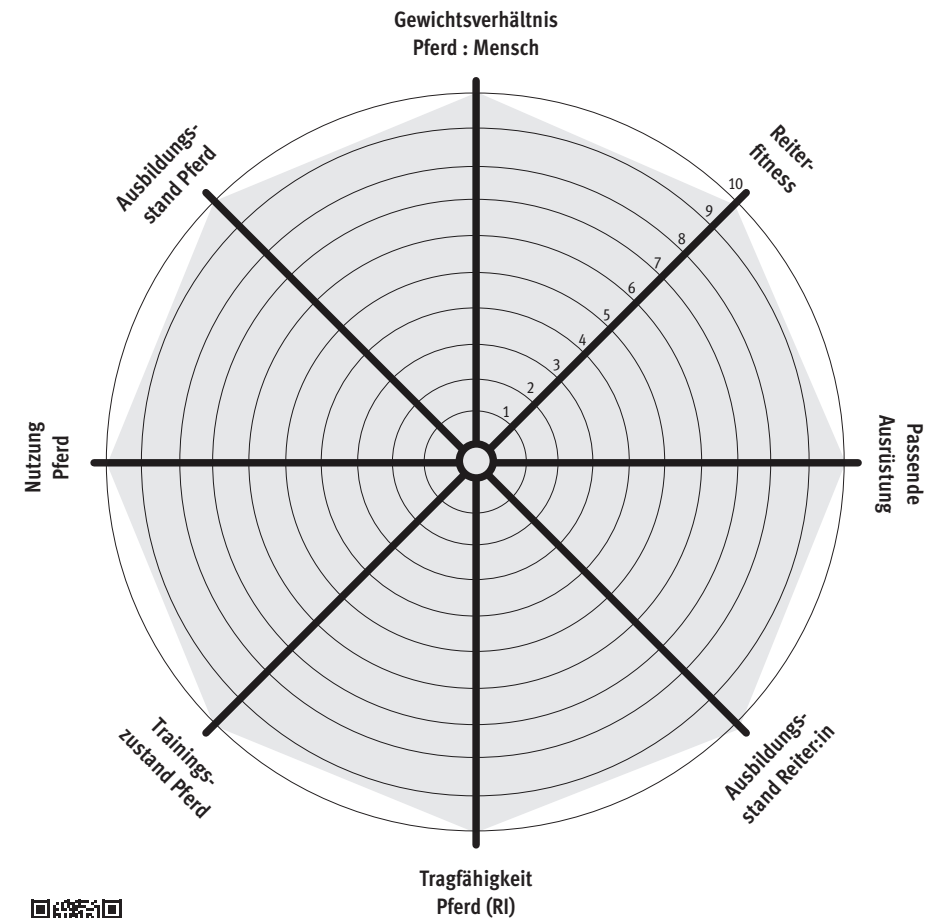
► **Trainingszustand des Pferdes**
1 = im Aufbau
10 = konditionell und körperlich topfit

► **Wie stark nutze ich mein Pferd? Mit welcher Trainingsintensität?** (Wert zwischen 1 und 10)
1 = unregelmässige, zeitweise sehr intensive sportliche Nutzung mit hoher körperlicher Beanspruchung
10 = regelmässige, gleichmässige Nutzung mit bewusst kontrollierter Trainingsarbeit

► **Alter und Ausbildungsstand des Pferdes** (Wert zwischen 1 und 10)
1 = junges, unerfahrenes Pferd (3–4 Jahre)
10 = älteres, hoch ausgebildetes Pferd



Selbsteinschätzung



Hinweis: Die Grafik kann hier heruntergeladen und ausgedruckt werden unter fnch.ch > Ausbildung > Grundausbildung und nutzen Sie dieses als Kursunterlagen und Unterrichtsmaterial.