

Schweizer Freizeitreitverband



SFRV/ASEL

Schweizer Freizeitreitverband
Association Suisse d'Equitation de Loisir
Associazione Svizzera di Equitazione del Tempo Libero

DER SFRV AN DER BEA/PFERD 2019

Wir freuen uns, dieses Jahr wieder an der BEA/PFERD in Bern zu sein.

Es wird an zwei Tagen Vorführungen zum Freizeitreitabzeichen SFRV geben, eine SFRV HorseChallenge am 27.4.2019 auf dem Gelände des NPZ und am 2.5.2019 einen kostenlosen Infoabend zum «Energetischen Pferdetherapeuten SFRV» (Anmeldung Infoabend).

PFERD
26.4.–5.5.2019



AUS DEM SFRV-VORSTAND

Am 2. März fand wieder unsere alljährliche Generalversammlung in Wangen an der Aare statt. Wir haben uns sehr gefreut, mit den anwesenden 43 Mitgliedern nach einem gemütlichen Rahmenprogramm mit Apéro und einer Filmvorführung in konstruktiver Atmosphäre über die diesjährigen Traktanden zu diskutieren und abzustimmen. Das Protokoll der GV kann im Mitgliederbereich auf unserer Website eingesehen werden.

Wir danken allen Teilnehmern an der GV und würden uns freuen, auch im nächsten Jahr wieder zahlreiche Mitglieder bei der GV begrüßen zu dürfen. Der SFRV bleibt auch weiterhin ein wichtiger Bestandteil in der Schweizer Pferdewelt und Ansprechpartner für alle Freizeitreiterinnen und Freizeitreiter.

Die nächste Generalversammlung findet am 7. März 2020 in Wangen a. A. statt.

Wir freuen uns, dieses Jahr wieder mit einem Messestand an der BEA/PFERD vom 26.4. bis 5.5.2019 in Bern teilnehmen zu können. Die Vorbereitungen laufen auf Hochtouren und ihr dürft gespannt sein, was wir alles für euch vorbereiten. Eines sei bereits verraten: Der Besuch an unserem Stand wird viele glückliche Gewinner zur Folge haben!

Besucht uns in Halle 13
am Stand Nummer V005

ÜBER DAS FREIZEITREITABZEICHEN SFRV ZUR GRUNDAUSBILDUNG PFERD UND FREIZEITREITPRÜFUNG GOLD SFRV

Seit Anfang 2019 wird vom SVPS neu die Grundausbildung Pferd als 1. Ausbildungsstufe angeboten. Über das Freizeitreitabzeichen SFRV kann die Prüfung zur Grundausbildung Pferd absolviert werden.

Das Freizeitreitabzeichen SFRV

Das Freizeitreitabzeichen gliedert sich in sechs Stufen/Abzeichen nach den Farben Gelb, Orange, Rot, Violett, Blau und Grün. Es umfasst ein theoretisches Lehrmittel je Stufe und für den Trainer umfassende Ausbildungshilfen.

Für den Freizeitreiter bildet das Freizeitreitabzeichen ein umfassendes Ausbildungskonzept, das den angehenden Reiter zusätzlich zum Reiten auch im Umgang, in der Pferdewahrnehmung, im Beobachten des natürlichen Verhaltens und in der Ethik dem Pferd gegenüber ausbildet und sensibilisiert.

Beim Reiten wird auf einen losgelassenen Sitz und feine Hilfengebung Wert gelegt.

Ausbilder des Freizeitreitabzeichens SFRV können ihre Schüler jetzt neu nach vier Stufen an die Prüfung Grundausbildung Pferd anmelden. Nach allen sechs Stufen wird die Ausbildung Freizeitreitabzeichen SFRV abgeschlossen mit der Freizeitreitprüfung Gold SFRV.

Inhalte Prüfung Grundausbildung Pferd

Die Grundausbildung ist in zwei Teile gegliedert: Attest: Führarbeit im Schritt im Gelände rund um den Hof, grundlegende Bodenschule und mündliche Fragen.

Diplom: Reiten im Schritt rund um den Hof und Abteilungsreiten in allen Gangarten. Es kann nur der Teil Attest absolviert werden oder beide Teile, die zum Diplom führen.

Prüfungsdatum Grundausbildung Pferd

Am 22. Juni wird in Merzligen BE eine Prüfung Grundausbildung durchgeführt, Ausbilder können sich beim Sekretariat SFRV melden, wenn sie Schüler an die Prüfung anmelden möchten.

Inhalte Freizeitreitprüfung Gold SFRV

Theoriefragen schriftlich, Bodenarbeit und Gelassenheit, Longieren mit Körpersprache, Trailreiten und ein kleines Dressurprogramm. Die Prüfung zeichnet sich aus durch einen vielsei-

tigen Umgang mit dem Pferd und beim Reiten wird Wert gelegt auf die Grundlagen des losgelassenen Sitzes und feine Hilfengebung.

Prüfungsdaten**Freizeitreitprüfung Gold SFRV**

Die Prüfung findet jeweils am 22. Juni oder 11. August 2019 in Merzligen BE und am 15. September 2019 in Marthalen ZH statt. Ausbilder können sich beim Sekretariat SFRV melden, wenn sie Schüler an die Prüfung anmelden möchten.

Als Anbieter selber eine Grundausbildungsprüfung durchführen

Ausbilder, die unsere Zulassungsbedingungen erfüllen (diese können jederzeit auf dem Sekretariat des SFRV angefordert werden), unsere Ausbildungsmodule absolviert haben und die Infoveranstaltung der Grundausbildung Pferd des SVPS besucht haben, können sich über die Webseite des SVPS oder telefonisch beim SVPS anmelden, wenn sie eine Prüfung bei sich durchführen wollen. Falls Sie unsicher sind, melden Sie sich auf dem Sekretariat SFRV.

KURSPROGRAMM 2019

Weiterbildungsmöglichkeiten anzubieten ist einer der wichtigen Aufgaben des SFRV. Viele unserer jährlichen Kurse finden für die Lehrgänge zur Basisausbildung SFRV und

den «Energetischen Pferdetherapeuten SFRV» statt. Für Kurse der Basisausbildung SFRV haben wir freie Zuschauerplätze und vereinzelt aktive Teilnehmerplätze. Wer

sich für die umfangreiche Ausbildung interessiert, die für alle Interessenten offen ist, kann sich als Zuschauer einen ersten Eindruck verschaffen.

DATUM	VERANSTALTUNG	KANTON	TEILNAHME
02.05.2019	Infoabend «Energetischer Pferdetherapeut SFRV»	BE	Offen
11.05.2019	Tageskurs Arbeit an der Doppelloge, Denra Dürr	VD	Offen
11./12.05.2019	Zuschauer: Longieren in Anlehnung, Helmut Piller	ZH	Offen
25.05.2019	Mentaltraining für Reiter, Christiane Herrmann	FR	Offen
25./26.05.2019	Zuschauer: Longieren in Anlehnung, Helmut Piller	VD	Offen
15./16.06.2019	Zuschauer: Reiten 1 – Centered Riding, Christa Müller	VD	Offen
22.06.2019	Grundausbildung Pferd und GOLD-Prüfung Freizeitreitabzeichen SFRV	BE	Offen
29./30.06.2019	Freizeitreitabzeichen SFRV Modul 2, Nirina Meyer	ZH	Mitglied
05.07.2019 bis 17.04.2020	«Energetischer Pferdetherapeut SFRV»	FR/BE	Offen
13./14.07.2019	Zuschauer: Reiten 3 – Trail/Geschicklichkeit, Deborah Schaad	ZH	Offen
27./28.07.2019	Zuschauer: Reiten 3 – Trail/Geschicklichkeit, Deborah Schaad	VD	Offen
04.08.2019	Reitsimulator – Zügelführung, Jenny Neuhauser	ZH	Mitglied
07. bis 10.08.2019	Vorbereitung GOLD-Prüfung Freizeitreitabzeichen SFRV	BE	Offen
11.08.2019	GOLD-Prüfung Freizeitreitabzeichen SFRV	BE	Offen
17./18.08.2019	Zuschauer: Reiten 1 – Centered Riding, Christa Müller	ZH	Offen
31.08.2019	Tageskurs Sitzschulung mit Pferd, Jenny Neuhauser	ZH	Offen
01.09.2019	Tageskurs Arbeit an der Doppelloge, Denra Dürr	ZH	Offen
07./08.09.2019	Zuschauer: Reiten 2 – Basis der Reitkunst, Nirina Meyer	VD	Offen
15.09.2019	GOLD-Prüfung Freizeitreitabzeichen SFRV	ZH	Offen
21./22.09.2019	Zuschauer: Reiten 2 – Basis der Reitkunst, Nirina Meyer	ZH	Offen
26.10.2019	Reitsimulator – Seitengänge, Jenny Neuhauser	ZH	Mitglied
24.11.2019	Reitsimulator – Halbe Paraden, Jenny Neuhauser	ZH	Mitglied

Alle Angaben ohne Gewähr



ZUSCHAUER: REITEN 1 – CENTERED RIDING, CHRISTA MÜLLER

Centered Riding®, auch bekannt als «Reiten aus der Körpermitte», ist eine von Sally Swift entwickelte Methode, welche den Reiter mehr über sich und das Pferd erfahren lässt. Sie ermöglicht es, besseres Körperbewusstsein zu erlangen und somit eingefahrene Körpermuster zu erkennen und zu verändern. Man kommt in Balance und lernt mit Leichtigkeit den Bewegungen des Pferdes zu folgen. Somit weiss man immer genau, was das Pferd unter dem Reiter tut. Ohne Zwang und ohne besondere körperliche Anstrengung wird das Pferd zur Mitarbeit angeregt.

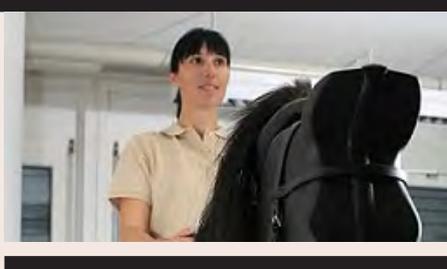
Datum	Sa., 15.06.2019, 10–18 Uhr So., 16.06.2019, 09–17 Uhr
Ort	Avenches, Schweiz
Organisator	Schweizer Freizeitreitverband SFRV
Preis	CHF 50.– (Zuschauer CHF 50.– pro Kurstag)



TAGESKURS ARBEIT AN DER DOPPELLONGE, DENRA DÜRR

Korrekt durchgeführt ist die Arbeit an der Doppellonge sehr effektiv zur Gymnastizierung auf höherem Niveau. Die Einflussnahme auf Anlehnung, Biegung, Gleichgewicht und Versammlung erhöht sich im Vergleich zur einfachen Longe um ein Vielfaches.

Datum	Sa., 11.05.2019
Ort	Institut Equestre National Avenches, IENA Sàrl, Les Longs-Prés, Avenches, Schweiz
Organisator	Schweizer Freizeitreitverband SFRV
Preis	CHF 220.– (Nicht-Mitglieder: CHF 255.–; Mitglieder IG Pferdewohlergehen 10% Rabatt, Zuschauer CHF 50.–)



REITSIMULATOR ANLEHNUNG UND KORREKTE ZÜGELFÜHRUNG, JENNY NEUHAUSER

Der Workshop beinhaltet eine theoretische Einführung in das Thema der elastischen Anlehnung und der korrekten Zügelführung. Es werden am Boden praktische Übungen für eine sitzunabhängige, ruhige Hand gemacht. Anschliessend wird die korrekte Zügelführung und ruhige Hand auf dem Reitsimulator geübt. Jede/r Teilnehmer/-in bekommt eine individuelle Lektion auf dem Reitsimulator (Dauer ca. 30 bis 40 Minuten).

Datum	So., 04.08.2019
Ort	Zürich, Schweiz
Anmelde-schluss	16.06.2019
Organisator	Schweizer Freizeitreitverband SFRV
Preis	CHF 140.– (Kurs nur für Mitglieder des SFRV buchbar)

MENTALTRAINING FÜR REITER, CHRISTIANE HERRMANN

Wer kennt nicht dieses mulmige Gefühl nach schlechten Erlebnissen beim Reiten, im Umgang mit den Pferden oder die Nervosität und Anspannung am Turnier? Das muss nicht sein! An diesem Kurstag erhalten Sie einen Einblick in die vielfältigen Möglichkeiten des Mentaltrainings, wie und warum es funktioniert und was alles möglich sein kann.

Datum	Sa., 25.05.2019, 9–17 Uhr
Ort	Düdingen, Schweiz
Organisator	Schweizer Freizeitreitverband SFRV
Preis	CHF 180.– (Nicht-Mitglieder: CHF 215.–; Mitglieder IG Pferdewohlergehen 10% Rabatt)



INFOABEND «ENERGETISCHER PFERDE THERAPEUT SFRV»

Kostenloser Infoabend zum Lehrgang «Energetischer Pferdetherapeut SFRV».

Im Lehrgang zum «Energetischen Pferdetherapeuten SFRV» lernen Sie, wie das energetische System funktioniert, wie Sie diese Energieflussstörungen erkennen und mit Hilfe des kinesiologischen Muskeltests die optimale Therapie herausfinden, um die Störung beheben zu können. Das macht jede Therapie einzigartig!

- Infos zum Lehrgang
- Ausschreibung/Anmeldung

Datum	Do., 02.05.2019, 18.30–20 Uhr
Ort	Genossenschaft Nationales Pferdezentrum Bern (NPZB), Mingerstrasse, Bern, Schweiz
Organisator	Schweizer Freizeitreitverband SFRV

EXTERNE KURSE VON TRAINERN SFRV UND REFERENTEN DES SFRV

Neben unseren selbst organisierten Tages- und Mehrtageskursen haben wir ab diesem Jahr auch externe Kurse unserer Trainer SFRV und offiziellen Referenten aufgeschaltet. Diese sind für Mitglieder des SFRV ebenfalls mit einer Vergünstigung buchbar. Die Liste wird fortlaufend aktualisiert. Hier ein Auszug aus den aktuell buchbaren Kursen:

- Art of Riding Intensiv-Wochenenden, Luci Furrer
- Tageskurs Extreme-Trail/Feuer, Thomas Berger
- Longieren mit Körpersprache – Klare Führung und Gymnastizierung aus der treibenden Position, Nirina Meyer

- Tageskurs Liberty-Horsemanship, Freie Arbeit – Reiten mit Halsring, Thomas Berger
- Verspannungen im Pferdekörper erkennen und behandeln, Kristina Gau Hiltbrunner
- Tageskurs Energetische Unterstützung für mein Tier und mich, Peter Gugger
- Kinesiologischer Selbsttest – Dein Pferd besser verstehen lernen, Kristina Gau Hiltbrunner

Wofür sich der SFRV einsetzt und warum sich eine Mitgliedschaft lohnt, findet ihr hier: www.sfrv-asel.ch/ueber-uns

SFRV HORSECHALLENGE®

Die SFRV HorseChallenge® ist eine Vielseitigkeitsprüfung mit vier Disziplinen. Dazu gehören drei stationäre Prüfungen mit je acht Aufgaben, nämlich Trail/Dressur geritten, Bodenarbeit und Gelassenheit sowie ein Gelände-ritt/-marsch mit Postenaufgaben und Fragen zum Thema Pferd und Reiten. Sie ist offen für alle Pferdeliebhaber, sei dies in berittenen wie auch in geführten Prüfungen und Klassen. Das Freizeitreitabzeichen SFRV oder Brevet wird für die Teilnahme nicht vorausgesetzt.

DATUM	VERANSTALTUNG	KANTON	TEILNAHME
27.04.2019	SFRV HorseChallenge® Bern	BE	Offen
02.06.2019	SFRV HorseChallenge® Wegenstetten	AG	Offen
23.06.2019	SFRV HorseChallenge® Düringen	FR	Offen
13.07.2019	SFRV HorseChallenge® Niederrohrdorf	AG	Offen
11.08.2019	SFRV HorseChallenge® Sumiswald	BE	Offen
06.10.2019	15. Schweizermeisterschaft SFRV HorseChallenge® 2019	FR	Qualifikation

Alle Angaben ohne Gewähr



Wir freuen uns sehr, ist der Anlass im NPZ Bern bereits nach zwei Wochen ausgebucht. Er findet während der BEA/PFERD statt und wir freuen uns, zusammen mit dem Organisationskomitee auf viele Besucher. Die Anmeldung für die SFRV HorseChallenge® in Wegenstetten ist auch bereits möglich. Die Ausschreibungen und Anmeldeformulare der anderen Anlässe folgen in den kommenden Wochen. Es wird eine tolle Saison, da sind wir uns sicher! Bist Du auch dabei?

Alle Infos findest du unter:
www.sfrv-asel.ch/sfrv-horsechallenge

DAS REGULIEREN DES REITER- GEWICHTES

DER EINFLUSS
DES REITERGEWICHTES
AUF DEN PFERDE-
RÜCKEN UND SEIN
BEWEGungsverhalten
IST ERHEBLICH



Gewichtshilfe gelingt am besten, wenn wir uns nicht mit den Knien am Sattel abstützen oder festhalten, sondern unser Körpergewicht durch die Innenseite unserer Beine in die Fussgelenke fliessen lassen. Über die Ballen der grossen Zehen balancieren wir uns dann schlussendlich in den Steigbügeln aus.

Ein junges Pferd muss mit anderer Gewichtseinwirkung geritten werden als ein ausgewachsenes. Ein gut trainiertes mit starkem Rücken ist anders belastbar als ein Pferd mit schwacher Rückenmuskulatur, und bei einem Pferd mit steifem Rücken ist nochmals ein anderer Einsatz des Reitergewichtes erforderlich.

Deshalb ist es von grossem Vorteil, wenn wir unser Gewicht im Sattel kontrollieren können.

Hierbei geht es noch nicht um die «Gewichtshilfe», wie man sie z.B. für halbe und ganze Paraden, Seitengänge oder die Versammlung einsetzt, sondern um das Regulieren des Körpergewichtes an sich.

Erst, indem wir Kontrolle über unser Gewicht erlangen, können wir präzise dosierte und effektive Gewichtshilfen geben (Bild 1)!

Über den richtigen Einsatz von Sitzzentrum und Bein können wir in allen Gangarten und von Moment zu Moment die Belastung des Pferderückens durch unser Gewicht bestimmen – gefühlt auf das Kilo genau.

Dies gelingt am besten, wenn wir uns nicht mit den Knien am Sattel abstützen oder festhalten, sondern unser Körpergewicht durch die Innenseite unserer Beine in die Fussgelenke fliessen lassen. Über die Ballen der grossen Zehen balancieren wir uns dann schlussendlich in den Steigbügeln aus.

Wir können unser Gewicht also nicht nur auf den Sitzbeinhöckern und Schambeinästen im Sattel ausbalancieren, sondern wie bei allen Arten des entlastenden Sitzens auch über die Fussballen im Steigbügel.

Leichtigkeit ist für mich der Neutralzustand des Sitzes!

Ist das Pferd an einen leicht sitzenden Reiter gewöhnt, spürt es jede, auch in Abstufungen einsetzbare Gewichtshilfe sofort. Sitzt die Reiterin dagegen konstant tief und schwer, muss sie einen Weg finden, wie sie z.B. zum Angaloppieren oder für halbe Paraden noch mehr Gewicht einsetzen kann. Dies geschieht dann oft über erhöhten Kreuz- und Schenkeleinsatz in Verbindung mit Rücklage des Oberkörpers und Ziehen am Zügel (Bild 2).

Ein leichter und doch mit dem Pferd verbundener Sitz hat viele Vorteile und ist für Pferd wie Reiter eine angenehme, freundliche und schonende Art im Sattel zu sitzen. Dieses leichte Sitzen wirkt auf das Pferd motivierend und anregend, besonders wenn sein Temperament eher ruhig ist. Hingegen kann ein etwas schwereres Sitzen ein nervöses und hibbeliges Pferd beruhigen und erden. Doch dafür muss ich mein Gewicht regulieren und im richtigen Moment ein- oder aussetzen können.

In der Lernphase dieser Sitztechnik wird hierfür der Oberkörper noch mit einbezogen. Er neigt sich beim Entlasten etwas vor (Entlastungssitz) und richtet sich beim Belasten wieder auf (Vollsitz). Hierbei sollte vermieden werden, in Rücklage zu geraten, denn dadurch würde der Pferderücken zu sehr belastet, und Verspannung wäre die Folge (Bild 3).

Nach einer Zeit des Übens wird der Reiter in der Senkrechten, also im Lot bleiben können, sodass dieses Be- und Entlastungsspiel von aussen nicht mehr sichtbar ist.



In der Lernphase dieser Sitztechnik wird hierfür der Oberkörper noch mit einbezogen. Er neigt sich beim Entlasten etwas vor (Entlastungssitz) und richtet sich beim Belasten wieder auf (Vollsitz). Hierbei sollte vermieden werden, in Rücklage zu geraten, denn dadurch würde der Pferderücken zu sehr belastet, und Verspannung wäre die Folge.



Nach einer Zeit des Übens wird der Reiter in der Senkrechten, also im Lot bleiben können, so dass dieses Be- und Entlastungsspiel von aussen nicht mehr sichtbar ist.

Erst wenn wir das Pferd dazu gebracht haben, seinen Rumpf und somit seinen Rücken aufzuspannen (anzuheben), ist es sinnvoll, mit erhöhter Gewichtseinwirkung im Sattel zu arbeiten.

Erst in diesem «aufgespannten» Zustand ist der Rücken des Pferdes stabil genug, den Reiter (fast) mühelos zu tragen. Erkennbar ist dies durch ein angenehmes Sitzgefühl und ein «Von-hinten-mitgenommen-werden».

Oft signalisiert ein Pferd den Verlust dieser (Rumpf-)Aufspannung, indem es gegen die Hand geht, sich heraushebt oder hinter den Zügel kommt. Dies liegt meist an ungünstigem Zusammenspiel von Gewicht-, Schenkel- und Handeinwirkung, aber auch an muskulärer und physischer Ermüdung, Überforderung und emotionalem Stress.

Denra Dürr

DAS IST DER MOMENT – DAS PFERD BRAUCHT EINE PAUSE!

Der Verlust der Aufspannung steht zudem immer in Verbindung mit einer Störung des Energiekreislaufes, der diesen tragfähigen Spannungsbogen erschafft und aufrechterhält!

In diesem Falle ist folgendes Vorgehen zu empfehlen:

- den Pferderücken als Erstes entlasten
- dann das Sitzzentrum stabilisieren und
- mit tiefer Wade den Brustkorb des Pferdes unterstützen
- seine Hinterbeine zum Untertreten anzuregen
- mit ruhender und weicher Hand die «neue», von hinten kommende Energie/Dynamik in Empfang nehmen und
- sie in den Bewegungskreislauf des Pferdes zurückzuführen.

Pferd und Reiterin werden so zu einer Art Perpetuum mobile, und der Energieverbrauch für die Vorwärtsbewegung reduziert sich auf ein Minimum – der Freude-Faktor steigt jedoch auf ein Maximum.