

Dressurausbildung Teil 3:

# Der Sattel - Equipment mit Schlüsselfunktion



BU: Wichtige Voraussetzung für einen guten Start ins Reitpferdeleben: Der passende Sattel. Felina hier im Trab. Zur Stabilisierung des Halses führe ich die Zügel noch sehr breit.

Der Sattel gilt leider vielen Reitern immer noch als simples Mittel zum Zweck. Dabei ist er ein immer noch unterschätzter, oft auch missachteter oder falsch verstandener zentraler Faktor der Pferdeausbildung. Seitdem die Reitkunst ihre ersten Ursprünge hatte, versuchen Menschen den Sattel der jeweiligen Nutzungsart, dem Reiter und dem Pferd anzupassen. Gerade heute wächst das Wissen um die Veränderungen in der Anatomie des Pferdes während der Bewegung, freilaufend und unter dem Reiter. Selbst bei einem anscheinend gut passenden Sattel sind nach einer Optimierung erstaunliche Verbesserungen bei Pferd und Reiter zu beobachten. Mir als Dressurausbilderin liegt deswegen viel daran, über wichtige Eckdaten aufzuklären. Viele Probleme, die den Reiter vorher zur Verzweiflung gebracht haben, lösen sich durch eine Satteloptimierung in Wohlgefallen auf. Schon zu Beginn der Ausbildung sollte der Sattel einigen Kriterien genügen, damit er dem Pferd keine Schmerzen bereitet und ihm nicht die Freude an der gemeinsamen Bewegung mit dem Menschen nimmt.

TEXT: KRISTINA JANSSEN, FOTOS: SWANTJE SCHRÖDER

**D**er Sattel soll dem Pferd idealerweise ermöglichen, sich so zu bewegen, wie es das ohne ihn könnte. Gleichzeitig soll er dem Reiter die Möglichkeit geben, bestmöglich in der Bewegung des Pferdes mitzuschwingen, also losgelassen ohne Verspannung auf dem Pferd zu sitzen. Reiten bedeutet, dass sich zwei gänzlich unterschiedliche Körper im Gleichklang miteinander bewegen. Voraussetzung dafür ist, dass beide ihre Gelenke so frei wie möglich bewegen können, damit eine positive Anspannung möglich ist. Ohne diese würde das Pferd vor sich hin schluffen und der Reiter wie ein nasser Sack vom Pferd rutschen. Handelt es sich aber um eine Verspannung, führt diese beim Pferd zum Verschleiß und beim Reiter dazu, dass er sich nicht mehr harmonisch in die Pferdebewegung einfügen kann. Er bewegt sich „gegen“ das Pferd, nicht mit ihm.

Neben der Bewegungsfreiheit von Pferd und Reiter soll der Sattel eine optimale Übertragung der Reiterhilfen auf das Pferd ermöglichen. Die Fähigkeit des Pferdes, den Reiter durch den Sattel hindurch zu spüren, finde ich außerordentlich erstaunlich. Gleichzeitig dient er der bestmöglichen Wahrnehmung des Pferdes durch den Reiter. Haben Sie ihr Pferd jemals ohne Sattel geritten? Dann wissen Sie, wie viele Bewegungen des

Pferderückens auch vom allerbesten Sattel geschluckt wird.

Der Einfluss des Sattels auf die Rittigkeit von Pferden wird leider immer noch unterschätzt. Egal ob fehlende Lauffreude, schlechter Durchsprung im Galopp oder Probleme bei Stellung und Biegung – häufig ist der Sattel ursächlich mitverantwortlich. Auch wenn das Zuchtziel bei Friesen ein Rechteckpferd ist, hat sich der Bereich, in dem der Sattel liegen darf (Brustwirbelsäule), durch die lange, gut gewinkelte Schulter verkürzt. Außerdem haben Friesen im Verhältnis zur Brustwirbelsäule häufig eine lange Lendenpartie. Deswegen ist die Sattellage kurz, auch wenn die Pferde recht lang aussehen. Im Zusammenhang mit der manchmal schwachen Lendenpartie und der nicht immer optimal angeschlossenen Hinterhand sind deswegen gerade Friesen besonders empfindlich gegenüber nicht passenden Sätteln.

Der Grundsatz, dass der Reiter den Fehler immer zuerst bei sich suchen soll, kann erst gelten, wenn das Equipment stimmt: Anders hat das Pferd keine Chance hat, losgelassen zu laufen. Wenn der Sattel das Pferd in der Bewegung stört, ist es schlichtweg unfair, diese trotzdem zu verlangen. Der Vergleich eines nicht passenden Sattels mit nicht passenden Schuhen ist nicht stark genug: Wenn meine Schuhe drücken, kann ich wenig-

tens meinen Gang verändern, um die Belastung so gering wie möglich zu halten. Das Reitpferd hingegen wird durch den Reiter in eine bestimmte Haltung gebracht. Dressurausbildung mit einem nicht passenden Sattel ist wie ein Kampf gegen Windmühlen: Sie kann nicht funktionieren und fügt dem Pferd nur Schmerz und Schaden zu.

## Ein Sattel, der im Stand passt, ist in der Bewegung zu eng

Pferde sollten beim Reiten den Rücken aufwölben, um den Reiter tragen zu können, ohne selbst Schaden zu nehmen. Was dabei passiert, kann jeder leicht selbst ausprobieren, indem er einen Reflex auslöst, damit das Pferd den Brustkorb anhebt. Dafür übt man mit den Fingerspitzen einen kräftigen Druck auf das Brustbein aus (siehe Foto 1). Deutlich zu erkennen ist, dass das Pferd im Bereich der Trapezmuskulatur (hier grün umrandet) breiter wird und sich die Rückenlinie verändert. Ein im Stand angepasster Sattel muss das Pferd in der Bewegung folglich immer einschränken. Logischerweise liegt dann der Schwerpunkt des Sattels auch nicht mehr richtig. Aus diesem Grund sind die ausschließlich im Stand angepasste Maßsättel äußerst problematisch.

Da der Pferderücken im Sattelbereich in der Bewegung ein bis zwei Kammerweiten breiter ist als im Stand, sollte der →



Sattel im Stand etwas zu weit sein. Um das Nachvornkippen des Sattels zu verhindern, kann man mit einem Trapezpad arbeiten (Foto 2): Der Reiter kippt nicht nach vorn (wie es ohne das Pad der Fall wäre), aber das Pferd hat Platz, um sich in den Sattel hinein zu wölben.



Foto 1: Probieren Sie bei Ihrem Pferd mal den Brusthebe-Reflex aus. Beobachten Sie, wie sich die Rückenlinie des Pferdes hebt und das Pferd im Bereich der Trapezmuskulatur deutlich breiter wird (hier grün markiert). Dasselbe passiert, wenn das Pferd bei Reiten über den Rücken geht. Diesen Platz muss ein Sattel dem Pferd bieten, sonst verhindert er die dressurmäßige Gymnastizierung.



Foto 2: Ist der Sattel weit genug für ein Pferd in der Bewegung, verhindert ein Trapezkelpad ein Nachvornkippen des Sattels im Stand.

### Die Sattellänge

Der Wirbelkanal des Sattels sollte vier Finger breit sein, damit er der Wirbelsäule genug Platz bietet. Dies ist bei den meisten modernen Sätteln der Fall. Knackpunkt ist meist die Länge des Sattels: Idealerweise sollte der Sattel nicht erst mit dem letzten Brustwirbel (dem 18.) enden, sondern bereits im Bereich des 16., da sich dahinter die Dornfortsätze sehr nahe kommen. (Das Ende der Brustwirbelsäule ist da, wo die letzte Rippe auf die Wirbelsäule trifft. Das ist, je nach Umfang des Pferdes, gut zu ertasten.)

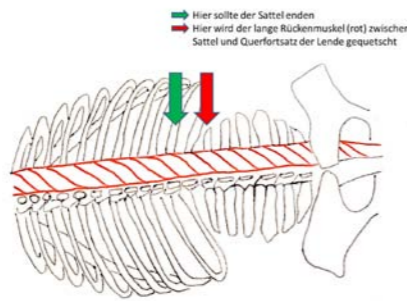


Abb.: Die Rückenwirbelsäule des Pferdes. Deutlich zu erkennen sind die längeren, waagerechten Querfortsätze der Lendenwirbel (rechts) im Vergleich zur schmalen Brustwirbelsäule mit abfallendem Rippenbogen (links).

Keinesfalls darf der Sattel länger sein als die Brustwirbelsäule und in die Lendenwirbelsäule hineinragen. Die Lendenwirbel haben nämlich deutlich längere Querfortsätze als die Brustwirbelsäule. Über diesen liegt der lange Rückenmuskel (Abbildung). Spannt er sich an, schiebt das Hinterbein den Pferdekörper nach vorn. Lässt er los, schwingt das Hinterbein unter den Pferdekörper nach vorne. Liegt der Sattel über der Lendenwirbel-

säule (dies ist bei fast allen Sätteln mit Keilkissen der Fall) wird der Rückenmuskel gewissermaßen zwischen den Querfortsätzen der Lendenwirbel und dem Sattel gequetscht. Folgen für den Pferdekörper sind eine Muskelatrophie (Muskelschwund) im Bereich der Lende und ein Lymphstau direkt hinter dem Sattel. In der Dressurarbeit zeigen sich solche Pferde weniger fleißig, weil ihre Vorwärtsbewegung behindert wird, und sie haben Schwierigkeiten bei den Seitengängen und der Versammlung. Für das Pferd ist ein zu langer Sattel schmerzhaft, für den Reiter ist er ein Quell stetiger Frustration, weil sich die Situation nicht verbessern kann, egal wie sehr er sich bemüht. Dieser Punkt verdient besondere Aufmerksamkeit, weil moderne Sportpferde aller Rassen in den letzten Jahren immer kürzer geworden sind, viele Sattelmodelle aber noch aus einer Zeit stammen, in denen die Pferde deutlich länger waren und eine weniger gewinkelte Schulter hatten.



Foto 3: Indem man den Abstand von Schweifrübe zum Hüfthöcker und danach denselben Abstand vom Hüfthöcker zum Rücken nimmt, kann schnell ermittelt werden, wo der Sattel enden sollte.



Foto 4: Der Sattel sollte an meiner linken Hand enden.



Foto 5: Hier die Stützphase links. Greift das linke Vorderbein danach vor, bewegt sich der Schulterblattknorpel nach hinten unten (Pfeil). Diese Bewegung sollte der Sattel zulassen. Der Schulterblattknorpel befindet sich in dem Bereich, wo der Pfeil ansetzt.

Die richtige Länge des Sattels kann man leicht überprüfen, indem man mit den Händen die Distanz von den Hüfthöckern bis zur Schweifrübe misst und diese dann von den Hüfthöckern nach vorne anlegt. Hier sollte der Sattel enden. (Foto 3 und 4)

### Schulterfreiheit – ein oft falsch verstandenes Verkaufsargument

Damit das Pferd die schönst mögliche Bewegung aus der Schulter machen kann, braucht die Schulter die größtmögliche Bewegungsfreiheit. Bewegt sich das Vorderbein nach vorn, senkt sich das Schulterblatt bogenförmig nach hinten unten. Beim Stützen der Gliedmaße wird der Schulterblattknorpel nach oben gedrückt (Foto 5). In Wendungen und bei Seitengängen kommt der empfindliche Knorpel des Schulterblatts sogar ein bisschen nach außen.

Darüber hinaus hat das Skelett von Pferden unterschiedlich stark ausgeprägte Schulterblätter, eins ist immer etwas prominenter. (Foto 6) Dies ist leicht zu erkennen, wenn man von hinten auf den Pferderücken schaut. Das prominentere Schulterblatt schiebt den Sattel, wenn er keine genügende Schulterfreiheit hat, diagonal schief: Ist das linke Schulterblatt das deutlicher ausgeprägte, wird der Sattel nach hinten rechts geschoben. Oder



Foto 6: Hier ist gut zu erkennen, dass Felinas linkes Schulterblatt deutlich mehr ausgeprägt ist.



Foto 7: Der Sattel wird diagonal nach rechts schief. Diese Schiefe überträgt sich direkt auf meinen Sitz.

anders formuliert, das linke Sattelkissen kommt mehr an die Wirbelsäule. (Foto 7).

Der Sattel, der hinter den Schulterblättern beginnt, hat somit nicht automatische eine gute Schulterfreiheit, schließlich bewegt sich das Schulterblatt beim Vorgreifen des Pferdebeins immer weit nach hinten unten (Foto 5). Ein zu enges Kopfeisen, das im „Bewegungsbogen“ des Schulterblatts liegt, behindert den natürlichen Bewegungsablauf. Die Vorderbeine fußen gebundener, es fällt dem Pferd schwerer, sich im Rücken aufzuwölben, und es kann nicht losgelassen laufen. Die Bewegung geht nicht durch den Körper. Wird über einen längeren Zeitraum mit einem solchermaßen nicht passenden Sattel geritten, erkennt man dies an einer Atrophie der Trapezmuskulatur.

### In der Bewegung zeigt sich, ob der Sattel wirklich passt

Deswegen ist es auch beim Sattelkauf entscheidend, den Sattel immer auszuprobieren und zu beobachten, wie das Pferd sich verhält – schließlich ist es ja die Hauptperson, die sich unter dem Sattel wohlfühlen soll! Um die Veränderung der Bewegung zu beurteilen, braucht es ein geschultes Auge, weswegen der Sattler idealerweise immer auch Reiter und Bewegungsexperte sein sollte und nicht bloß ein guter Handwerker am Material oder gar nur ein Verkäufer. Grundsätzlich gilt, dass die Pferde Veränderungen zum Positiven oder →

### Check-Liste: Wann passt mein Sattel nicht mehr?

- Reagiert das Pferd beim Satteln oder beim Putzen der Sattellage? Angelegte Ohren und ein Verkrampfen des Rückens beim Putzen sind in den meisten Fällen Anzeichen für einen nicht passenden Sattel oder schlechtes Reiten.
- Wie sieht der Abdruck nach dem Reiten aus? Beobachten Sie auffällig trockene Stellen im Schweißbild? An diesen Stellen wird der Schweiß durch den hohen Druck direkt von der Satteldecke aufgenommen. Ist das Fell glatt und gleichmäßig? Wenn nicht, zeigen das aufgeraute Fell die Stellen an, wo der Sattel zu eng wird.
- Der Schwerpunkt des Sattels ist nicht mehr mittig.
- Das Pferd lässt sich plötzlich schlechter stellen, läuft unwilliger vorwärts, springt im Galopp schlechter durch.



## Check-Liste: Was sollte ihr Sattler tun?

- Zuhören, was es für Schwierigkeiten gibt.
- Das Pferd im Stand und in der Bewegung betrachten.
- Den Sattel im gegurteten und ungegurteten Zustand überprüfen.
- Die Kissen auf gleichmäßige Füllung, eventuelle Verhärtungen und ihre Symmetrie überprüfen.
- Den Menschen mit seinem Körper und seinen Sitzproblemen in die Überlegungen miteinbeziehen.
- Bei einer Neuanpassung: Verschiedene Sattelmodelle ausprobieren lassen.

Negativen prompt anzeigen. Deswegen sollten auch immer mehrere Sättel ausprobiert werden, damit das Pferd auswählen kann. Diese Situation lässt sich mit dem Schuhkauf vergleichen: Schnell merkt man: „Passt“ oder „Passt nicht“, und das ganz ohne die Beratung durch einen Orthopäden, der einem sagt, was gut für einen wäre!

Wenn der Sattel gut passt und eine sinnvolle Dressurarbeit durchgeführt wird, verändert sich die Rückenmuskulatur der Pferde häufig sehr schnell. Regelmäßige Kontrolltermine beim Sattler sind daher unerlässlich, oftmals sogar vierteljährlich.

## Sitzprothese oder Kommunikationshilfe?

Der Sattel soll den Menschen komfortabel auf dem Pferderücken mit der größtmöglichen Bewegungsfreiheit platzieren. Leider gibt es viele Sattelmodelle, die den Reiter

in eine bestimmte Form bringen. Der Sattel bestimmt den Sitz so sehr, dass die Bewegungsfreiheit des Menschen stark eingeschränkt ist. Der Mensch erlebt dies nicht immer als Nachteil: Gerade ängstliche Reiter oder Reitanfänger fühlen sich in diesen Sätteln sehr wohl und sicher. Beispielsweise verhindert eine große Pausche, hinter die der Oberschenkel geklemmt werden kann, das freie Mitschwingen des Reiters. Ein Reiter, der noch nicht in der Lage ist, sich in die Bewegung zu integrieren, wird das Gefühl haben, besser sitzen zu können, weil er sich im Sattel fixieren kann: er klemmt sich fest. Um bei der Dressur aber wirklich mit dem Pferd verschmelzen zu können, ist es notwendig, sich frei bewegen zu können, damit die Pferdebewegungen unverspannt mit vollzogen werden können.

## Der Schwerpunkt des Sattels

Um als Reiter unverkrampft aufrecht auf dem Pferd sitzen zu können, muss der Schwerpunkt des Sattels richtig sein. Ist der Schwerpunkt zu weit hinten (Foto 8), kommt der Oberkörper hinter die Bewegung und die Beine rutschen nach vorn. In beiden Fällen ist ein geschmeidiger, aufrechter Sitz nicht möglich. Denn sowohl die Position des Oberkörpers, als auch die der Beine, werden durch das Becken des Reiters vorgegeben. Um dies zu überprüfen, kann ein runder Stift auf die Sitzfläche des aufs Pferd gelegten Sattels gelegt werden. Rollt dieser zum tiefsten Punkt des Sattels, ist alles in Ordnung. Liegt er weiter vorn, wird der Reiter immer nach vorn gekippt, weg von den Sitzbeinhöckern.

Wenn der Schwerpunkt nicht stimmt, führt jegliches Bemühen, die Sitzposition zu korrigieren, zu Verkrampfung und Verspannung. Der ausbalancierte Sitz auf dem Pferd ist nur möglich, wenn als Basis die Position des Beckens stimmt. Gibt es hier eine Dysbalance, braucht es eine Daueranspannung, um sie zu kompensieren. Eine Daueranspannung verhindert aber ein losgelassenes Mitschwingen des Reiters.

Entscheidend für die Sitzgröße ist anders als viele denken, nicht nur die Größe von Becken und Gesäß, sondern auch die Oberschenkelänge: Auch bei einer sehr schlanken Person kann ein langer Oberschenkel dazu führen, dass sie eine größere Sitzfläche braucht, weil sie sich sonst nach hinten gegen das Hinterzwiesel schiebt. Jemand mit einem größeren Gesäß, aber kurzem Oberschenkel passt häufig in eine kleinere Sitzgröße.

Sattelmanagement hört nie auf. Pferd und Reiter entwickeln sich beständig weiter, und auch beim Sattelbau selbst gibt es immer wieder Innovationen, die Pferd und Mensch das Leben leichter machen. Auch wenn die Idee sehr romantisch ist, einen „Sattel fürs Leben“ gibt es leider nicht. Auch der vor vier Monaten passende Sattel kann anfangen zu stören, wenn das Pferd sich muskulär schnell entwickelt. Für das Pferd und die Freude am Reiten ist es aber unerlässlich, an diesem Thema dran zu bleiben. ♥

**Kristina Janssen**, Jahrgang 1984, ist seit ihrer Kindheit begeisterte Reiterin. Als Schülerin erhielt sie eine traditionelle dressurmäßige Grundausbildung und war auf Turnieren bis LK 4 mit Friesenpferden erfolgreich. Während ihres Studiums der Kulturwissenschaften absolvierte sie parallel eine dreijährige Ausbildung zur Reitlehrerin in der Schule der Légèrète bei Philippe Karl. Seit 2009 arbeitet sie hauptberuflich als Reitausbilderin und beschäftigt sich dabei intensiv mit den Grundlagen, die sich aus Anatomie und Psyche des Pferdes und auch des Reiters ergeben. (Mehr Informationen zu Kristina Janssen unter [www.kristina-janssen.com](http://www.kristina-janssen.com))

Foto 8: Felinas Sattel ist etwas zu eng geworden: Der Schwerpunkt ist zu weit hinten, meine Beine kommen etwas vor. Zeit für den nächsten Besuch beim Sattler!

