

# Leistungsdiagnostik Pferd

🕒 27. Juli 2021

👤 [Nora Dickmann](#)



Text: Alexandra Koch

Foto: [www.Slawik.com](http://www.Slawik.com)

**Ganz egal, ob man auf die ersten Einerwechsel hinarbeitet oder auf einen mehrtägigen Wanderritt: Ohne Fitness und optimale Vorbereitung geht es nicht! Wir haben Dr. med. vet. Katharina Kirsch, Tierärztin für das Deutsche Olympiade-Komitee für Reiterei e. V. (DOKR), und weitere Experten nach ihren besten Tipps gefragt**

## **Bessere Einschätzung möglich**

Viele Reiter, welche die Möglichkeiten der Leistungsdiagnostik ausprobiert haben, möchten diese auf keinen Fall mehr missen. „Der Vergleich zwischen Pferden auf höchstem Leistungsniveau mit zwölf, 13 Jahren, einem Tier mit 15, 16 Jahren und einem sieben Jahre alten Jungspund ist häufig unheimlich spannend“, so die Expertin. „Sowohl der behandelnde Tierarzt als auch vor allem die Reiter lernen das Pferd dadurch viel besser kennen und können seine Möglichkeiten besser einschätzen.“

Begonnen hatte das „Projekt Leistungsdiagnostik“ im Bereich Vielseitigkeit, heute sind auch die Spring- und Dressurreiter im Mittelpunkt des Geschehens. Laktatwerte, Herzfrequenzen und die Geschwindigkeiten der Pferde im Training und Wettkampf sind Parameter, die bei der Einstellungen

Leistungsdiagnostik besonders häufig im Mittelpunkt stehen. Bei den deutschen Kaderreitern bedeutet dies, dass sie viele Werte im Training selbst aufnehmen und diese danach durch das Team Leistungsdiagnostik analysiert und regelmäßig mit den Reitern diskutiert werden. „Festgehalten werden von den Reitern unter anderem die Trainingsinhalte und -dauer sowie die Trainingsintensität. Auch äußere Faktoren wie das Höhenprofil und Geläuf, welche Lektionen abgefragt werden sowie das Wetter und die jahreszeitlichen klimatischen Bedingungen vor Ort spielen eine Rolle“, so Dr. Katharina Kirsch. Ein optimales Training sorgt bei Pferden für eine rasche Leistungssteigerung, Bei den Top-Athleten sei dies natürlich besonders ausgeprägt, verrät Dr. Kirsch. „Ausdauertrainierte Tiere weisen einen weniger starken Anstieg der Herzfrequenz vor. Die Herzfrequenz kehrt bei ihnen nach starker Belastung schneller in den Ruhezustand zurück. Die Anpassung des Herz-Kreislauf-Systems durch ein dem Tier angepasstes systematisches Training geht bereits nach einigen Tagen bis wenigen Wochen vor sich. Die Muskulatur passt sich nach einigen Wochen bis hin zu mehreren Monaten an. Bei Knochen, Gelenken, Bändern und Sehnen kann dies mehrere Monate bis einige Jahre in Anspruch nehmen.“ „Gesteigert werden kann das Training beispielsweise durch vermehrte Geschwindigkeit, ein anspruchsvolleres Streckenprofil oder erhöhte Länge der Stecke“, erläutert Dr. Kirsch. „Durch individuell geplantes Training werden sowohl die Grundlagenausdauer als auch die wettkampfspezifische Ausdauer erhöht. Während die Grundlagenausdauer dauerhaft im Training gesteigert werden kann, handelt es sich bei der wettkampfspezifischen Ausdauer um ein Intervalltraining.“

Eine besondere Rolle spielt bei jeglicher Art von Leistungsdiagnostik der bekannte Laktatwert. „ATP – Adenosin-Tri-Phosphat – wird vornehmlich als Überträger von Energie in Zellen genutzt. Aus dem bei der Energieabgabe aus ATP entstandenen ADP – Adenosin-Di-Phosphat – regeneriert die Zelle ATP. Muskelkontraktionen benötigen Energie in Form von ATP. Die Energie wird auf unterschiedliche Art und Weise bereitgestellt: aerob, anaerob und alaktizid sowie anaerob und laktizid. Bei Letzterem erfolgt die Bildung von Laktat. Je nach Intensität und Dauer der Belastung laufen die Stoffwechselvorgänge auf unterschiedliche Art und Weise ab, und die Anteile der Energiebereitstellung variieren“, erläutert die Veterinärin. „Die vermehrte Bildung von Laktat bedeutet, dass gleichzeitig der pH-Wert im Blut absinkt und nach einiger Zeit eine Beeinträchtigung der Muskelfunktion und somit Ermüdung eintritt“, erklärt Kirsch. Daher werden im Rahmen der Leistungsdiagnostik bei den Kaderpferden zehn, 30 und 60 Minuten nach dem Ritt durchs Gelände Blutproben genommen. Die geben Aufschluss über die Entwicklung des Laktatwertes während des gesamten Trainingsprozesses. Laktatwerte sind für Vielseitigkeits- und Springpferde nach Gelände und Parcours wichtige Parameter. Bei den Dressurpferden sind diese Werte jedoch wenig aussagekräftig, da kaum Laktat produziert wird. Hier werden allerdings andere Parameter wie etwa die Herzfrequenz herangezogen.

### **Empfehlenswerte Messgeräte**

Mittlerweile gibt es eine ganze Reihe von Geräten zur Trainingsoptimierung, die auch für „Otto Normalreiter“ erschwinglich und gut nutzbar sind. „Die meisten kosten zwischen 100

Einstellungen

Euro“, erläutert Dr. Katharina Kirsch, „eine Investition, die es dem Reiter wert sein sollte.“

Beim DOKR sind die Geräte der Firma Polar im Einsatz. Dazu gehören etwa das „Polar Equine Herzfrequenz-Messgerät“ und der „Polar Equine Reitgurt“. „Dieser wurde so konzipiert, dass er perfekt unter den Sattel passt und dadurch bequem und sicher zu tragen ist“, verrät die Expertin. Auch der „KER ClockIt Equine Fitness Tracker“ ist im Einsatz. Über dessen App können die Reiter in Kombination mit einem Herzfrequenzmessgurt eine Herzratenmessung durchführen, die mit einer Farbskala arbeitet, um zu zeigen, wie lange welche Intensität im Training vorherrschte.

**Den kompletten Artikel finden Sie in der August-Ausgabe der Mein Pferd.**

## Lesen Sie jetzt:

### Querdenken im Reitsport

Text: Kerstin Niemann Foto: Jacques Toffi Wirkliche Veränderung setzt ein, wenn eingefahrene Bewegungsmuster verändert werden. Wenn das Gehirn neue Verknüpfungen schafft. Und wenn man ...

### Recht: Was ist, wenn ein Hengst mit Gendefekt deckt?

Text: Andreas Ackenheil, Rechtsanwalt Foto: www.Slawik.com Der Spezialist für Pferderecht, Rechtsanwalt Andreas Ackenheil, gibt auch in dieser Ausgabe die besten rechtlichen Tipps rund ums Thema ...

---

# Mein Pferd

Mein Pferd hat sich zu einem der führenden Reitsportmagazine im deutschsprachigen Raum entwickelt. Alle relevanten Themen werden gründlich recherchiert und mit Herzblut von den einzelnen Redakteuren geschrieben.

Mein Pferd ist authentisch und bewegt sich immer am Puls der Leser. Ausdrucksstarke und emotionale Bilder liefern dazu eine klare Linie im Heft.

## Seiten

Heft

Foto-Voting

Besser Reiten

Pferdehaltung

Pferdegesundheit

Abenteuer Reiten

---

© 2022 JAHR MEDIA GmbH & Co. KG

[Impressum](#) [Datenschutz](#) [Redaktion](#) [Mediadaten](#) [Archiv](#)

[Einstellungen](#)