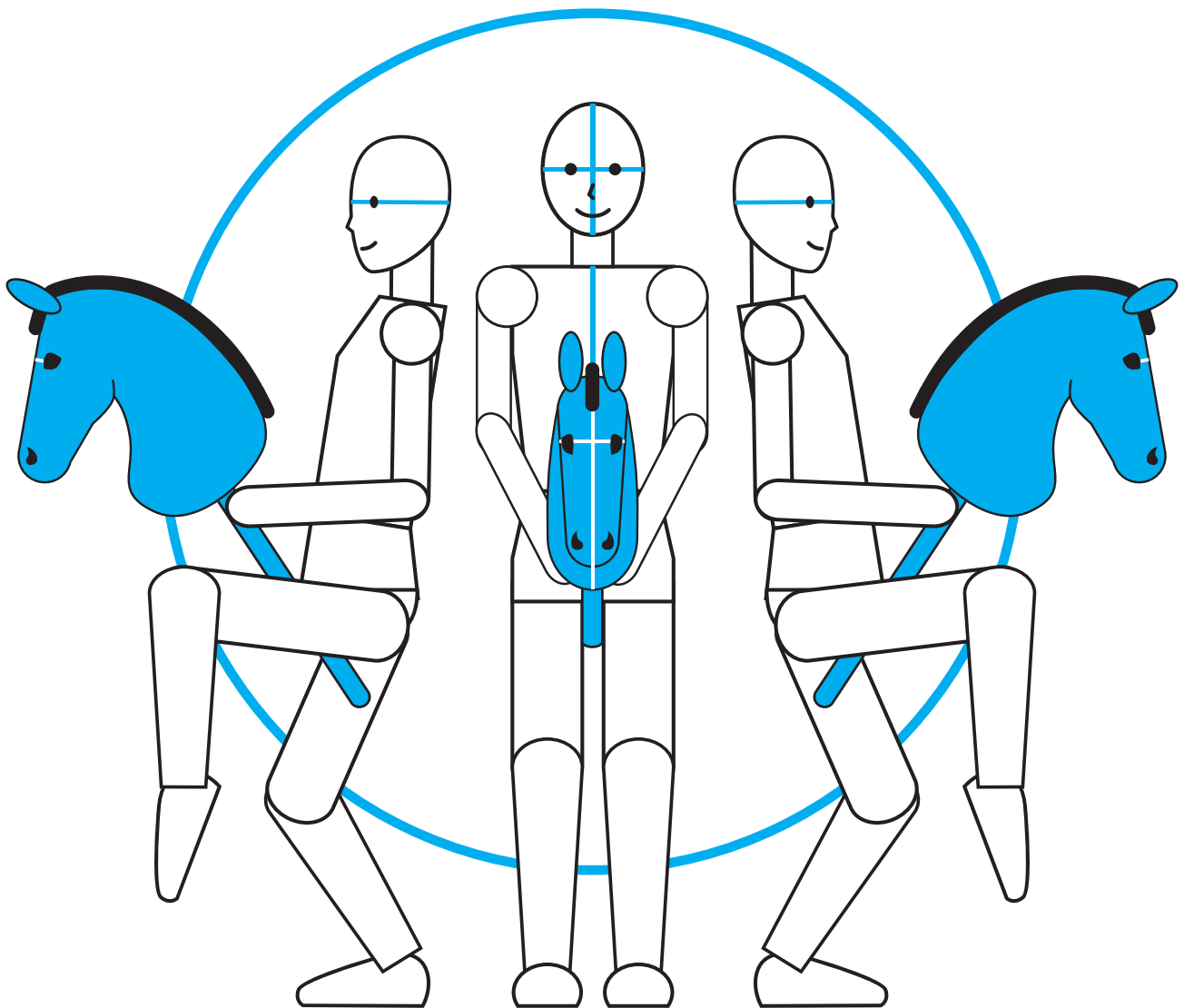


# Dressur-Basics

## Alle Hobbyhorsing-Dressurlektionen mit Bildern

Basierend auf den finnischen Hobbyhorsing-Regeln

Erstellt: April 2023



Originaltexte © Suomen Keppihevosharrastajat ry, 2022

Übersetzt, ergänzt und illustriert von Mila (@mimisponyhof) und Picu (@khtvapalo)

# Über dieses Projekt

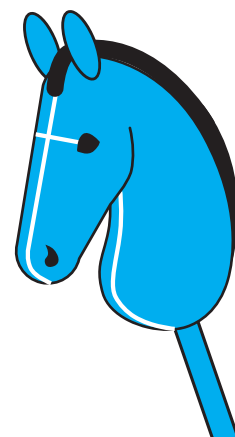
Hast du jemals Dressurlektionen geübt und dich gefragt, ob das was du gerade machst eigentlich richtig ist? Hobbyhorsing ist keine super exakte Wissenschaft, doch es gibt ein offizielles Regelwerk und einen Konsens darüber, wie die meisten Bewegungen aussehen sollten. Alle Dressurlektionen sind in den offiziellen Regeln der SKHHRV beschrieben, doch es ist oft schwierig, Bewegungen nur anhand eines Textes zu verstehen.

Natürlich gibt es auch einige Video-Tutorials zum Thema Hobbyhorsing-Dressur auf Youtube und anderen Plattformen. Doch nicht alle Menschen können von Videos gleich gut lernen. Bis man die Bewegung in einem Video überhaupt erfasst hat, ist sie meist schon wieder vorbei. Man schaut das Video nochmal an. Und nochmal. Und nochmal... und nochmal. Und dann ist man irgendwann genervt und macht etwas Anderes. Weil Dressur ist eh blöd und schwierig und **niemand** versteht sie! Buh!

Doch Dressur muss sich nicht so anfühlen! Wenn man die Lektionen verstanden hat, macht Dressur richtig Spaß und ist außerdem super hilfreich für alle anderen Disziplinen! Wir haben die offiziellen Beschreibungen der Lektionen daher mit hilfreichen Grafiken und extra Infos ergänzt und können so hoffentlich etwas Licht in die Dressur-Dunkelheit bringen.

**Viel Spaß beim Trainieren!**  
**- Mila & Picu**

! Dieser Guide ist **KEIN** offizielles Dokument der Suomen Keppihevosharrastajat ry! Picu ist geprüfte Dressur-Richterin und die Texte wurden fast exakt aus den original-Regeln übernommen, doch es handelt sich dennoch um kein offiziell abgezeichnetes Regelbuch.



# Inhalt

## Hobbyhorse-Dressur 1

### Technische Regeln 1

Zügelhaltung 1

Oberkörper 1

### Gangarten und Grundlagen 2

Schritt 2

Trab 2

Galopp 2

**Varianten 2**

Arbeits-Gangart 2

Versammelte Gangart 2

Mittlere Gangart 2

Verlängerte/starke Gangart 2

**Reitrichtungen 2**

Linke Hand 2

Rechte Hand 2

### Begriffserklärung 3

Das Hobbyhorse stellen 3

Das Hobbyhorse biegen 3

### Dressurlektionen 3

Halten 3

Rückwärtsrichten 3

**Seitengänge 4**

Schenkelweichen („Leg yield“) 4

Schulterherein („Shoulder-in“) 4

Travers/Kruppeherein („Haunches-in“) 5

Halbpass („Half Pass“) 5

Zickzack-Halbpass 6

Halbpass auf dem Zirkel 6

**Wendungen 6**

Vorhandwendung 6

Hinterhandwendung 6

**Galopplektionen 7**

Einfacher Galoppwechsel 7

Fliegender Galoppwechsel 7

Außengalopp 7

**Pirouetten 7**

Galopp-Pirouette 7

Variante 1 7

Variante 2 8

Pirouette im Schritt 8

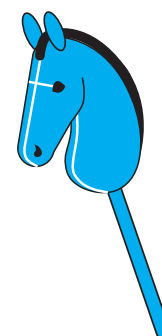
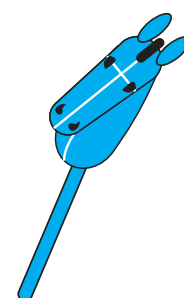
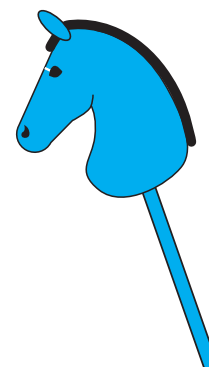
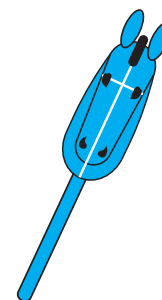
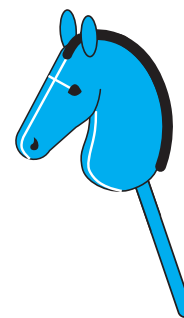
**Passage und Piaffe 9**

Passage 9

Piaffe 9

Piaffe-Pirouette 9

### Bahnfiguren 10



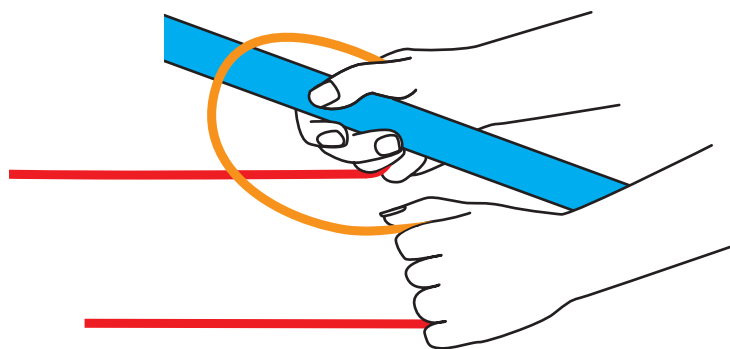
# Hobbyhorse-Dressur

In der Dressur ist das Ziel, sich möglichst mühelos im Dressurviereck zu bewegen. Das Grundprinzip ist, dass der Oberkörper des/der Reiter\*in ruhig bleibt, während die Beine (theoretisch die Beine des Pferdes) die ganze Arbeit erledigen. Hobbyhorse-Dressur basiert zwar ursprünglich auf der Dressur mit echten Pferden, allerdings sollen dabei keine echten Pferde imitiert werden. Die Bewegungen, Begriffe und Bewertungssysteme sind nach wie vor ähnlich, doch es geht immer mehr darum, den menschlichen Körper zu fordern und herauszufinden, wie elegant und mühelos man schwierige Bewegungskombinationen ausführen kann. Dressur erfordert eine gute Koordination, Balance, Ausdauer und Körperbeherrschung.

## Technische Regeln

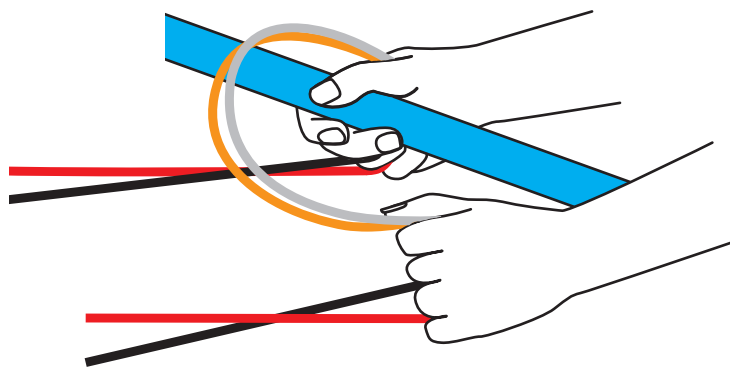
### Zügelhaltung

Der/die Reiter\*in hält die Zügel in beiden Händen; die äußere Hand hält Stock und Zügel, die innere Hand hält nur den Zügel. Die Hände sollten nahe zusammen bleiben und möglichst ruhig gehalten werden. Wenn sich die Reitrichtung ändert, wird die Zügelhaltung so unauffällig wie möglich an die neue Richtung angepasst. (= der Stock wechselt in die andere, nun äußere Hand) Der Kontakt mit dem Gebiss sollte stets aufrechterhalten werden (= die Zügel hängen nicht durch), es sei denn es wird etwas anderes verlangt wie z.B. freies Gehen am langen Zügel.



#### Zügelhaltung (ein Zügel):

Der Trensenzügel führt zwischen dem kleinen Finger und dem Ringfinger in die Hand hinein (rot) und zwischen dem Daumen und dem Zeigefinger wieder heraus (orange). Der Daumen der inneren Hand wird oben auf den Zügel gelegt. Der Stock (blau) wird zusätzlich in der äußeren Hand gehalten. Oft kann es einfacher sein, zuerst den Zügel ordentlich aufzunehmen und dann erst das Hobbyhorse.



#### Zügelhaltung (zwei Zügel):

Der Trensenzügel verläuft genau gleich wie bei der Zügelhaltung mit einem Zügel. Der Kandarenzügel verläuft innen (= näher am Hals), führt zwischen dem Ringfinger und dem Mittelfinger in die Hand hinein (schwarz) und zusammen mit dem Trensenzügel zwischen dem Daumen und dem Zeigefinger wieder heraus (grau). Auch der Stock wird genauso gehalten, als würde man nur einen Zügel in der Hand haben.

### Oberkörper

Die Haltung des/der Reiter\*in sollte ruhig sein, entweder gerade (aufrecht) oder leicht nach hinten gelehnt. Es sollte keine zusätzliche Bewegung stattfinden wie z.B. ein Schwingen der Schultern.

# Gangarten und Grundlagen

## Schritt

Der Schritt ist die Basis der Grundgangarten und entspricht dem normalen Gehen eines Menschen. Ein Fuß berührt beim Schritt immer den Boden.

## Trab

Trab ist eine schnellere Gangart und entspricht dem Laufen des Menschen. Der Trab hat eine Schwebephase, bei der beide Beine in der Luft sind.

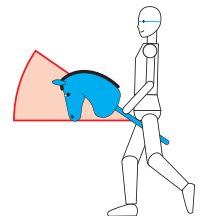
## Galopp

Die schnellste der drei Grundgangarten. Der Galopp wird in einem Rhythmus gesprungen und es gibt eine Schwebephase. Ein Bein greift dabei immer weiter vor, das andere folgt. In einer Reitbahn oder einem Dressurviereck wird standardmäßig immer der Galopp verwendet, bei dem das innere Bein weiter vorgreift (Handgalopp/Innengalopp), es sei denn es wird in der Aufgabe explizit Außengalopp verlangt, bei dem das Bein auf der Außenseite weiter vorgreift.

## Varianten

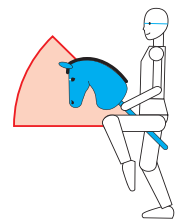
### Arbeits-Gangart

Die natürliche Art des/der Hobbyhorser\*in, eine Gangart zu reiten. Diese Variante kommt häufig in leichten Prüfungen zum Einsatz. Der Kopf des Hobbyhorses sollte **etwas aufrechter** getragen werden als in der natürlichen bequemen Position beim Springen oder Ausreiten. (~35°)



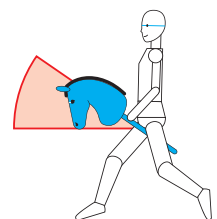
### Versammelte Gangart

Versammelte Gangarten zeichnen sich durch kurze hohe Schritte aus. Sie werden im gleichen oder langsameren Tempo geritten als andere Varianten der Gangarten. Der Kopf des Hobbyhorses wird dabei hoch getragen. (~45°)



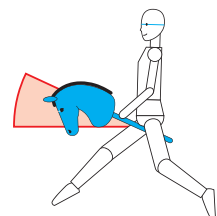
### Mittlere Gangart

Mittlere Gangarten sind den Arbeits-Gangarten ähnlich, das Gesamtbild der Schritte soll jedoch runder und länger sein. Die Schritte sind länger als bei der versammelten Gangart und kürzer als bei der verlängerten. Der Kopf des Hobbyhorses wird gleich getragen wie bei den Arbeits-Gangarten. (~35°)



### Verlängerte/starke Gangart

Die Schritte sind lang, rund und die Beine greifen weit nach vorne. Das Tempo ist schneller als bei den anderen Varianten der Gangarten. Der Kopf des Hobbyhorses wird tiefer als sonst getragen. (~25°)



## Reitrichtungen

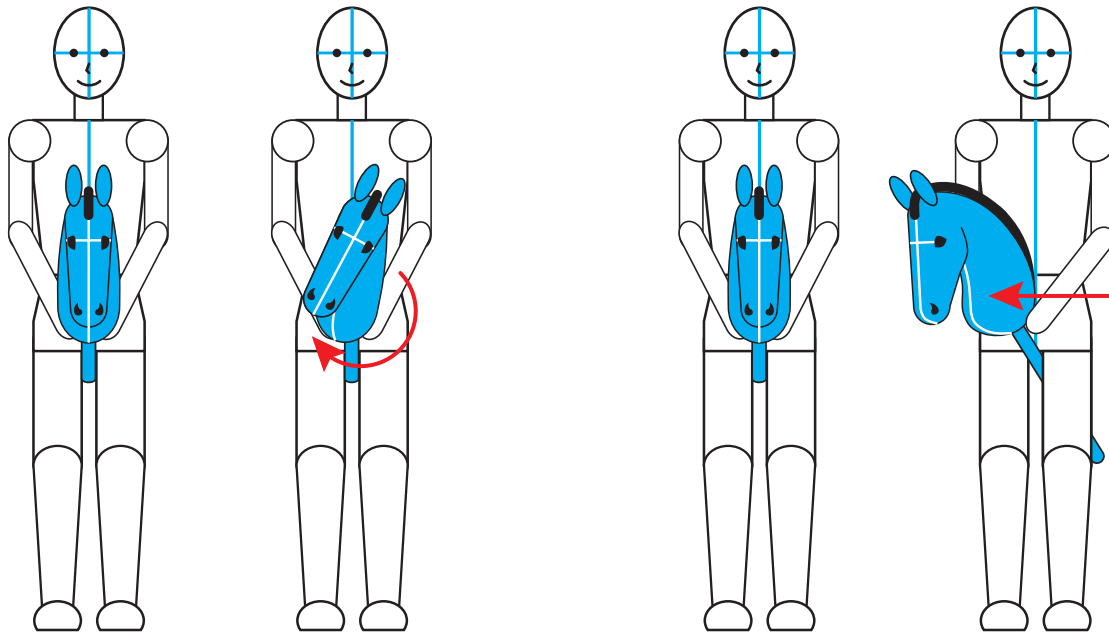
### Linke Hand

Die linke Hand ist auf der Innenseite der Bahn. (gegen den Uhrzeigersinn)

### Rechte Hand

Die rechte Hand ist auf der Innenseite der Bahn. (im Uhrzeigersinn)

# Begriffserklärung



## Das Hobbyhorse stellen

Der Stock wird gedreht und das Maul zeigt nicht mehr gerade nach unten zum Boden, sondern leicht zur Seite. Das Auge und der Rand der Nüster des Hobbyhorses sollte für den/die Reiter\*in sichtbar sein.

## Das Hobbyhorse biegen

Der Kopf des Hobbyhorses zeigt als ganzes in eine bestimmte Richtung. Der Drehpunkt ist der/die Reiter\*in selbst.

Stellen und biegen können zwar auch getrennt voneinander ausgeführt werden, doch meistens werden beide Bewegungen kombiniert. (=„positioniert“) Das Hobbyhorse wird in Kurven fast immer etwas gestellt und gebogen, selbst in den Ecken der ganzen Bahn. Auf der Geraden kann man diese Bewegungen im Schritt und Trab vernachlässigen, im Galopp ist das Hobbyhorse jedoch immer leicht zum führenden Bein hin positioniert. (Meistens nach innen) Während Bahnfiguren wie z.B. Schlangenlinien, auf Zirkeln und besonders im Rahmen von Seitengängen sollte man besonders auf die Position des Hobbyhorses achten, denn dadurch können die Bewegungen besser voneinander unterschieden werden.

# Dressurlektionen

## Halten

Der/die Reiter\*in steht in einer ruhigen Position mit paralleler Beinhaltung. Der Kopf des Hobbyhorses ist „entspannt“ und leicht unterhalb der Normalstellung.

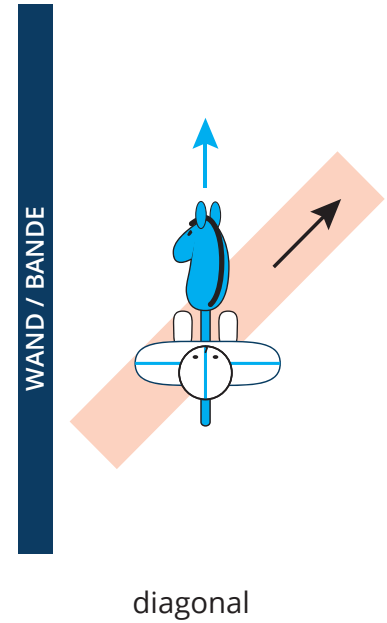
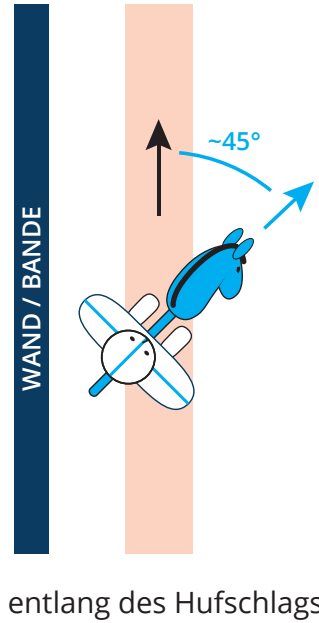
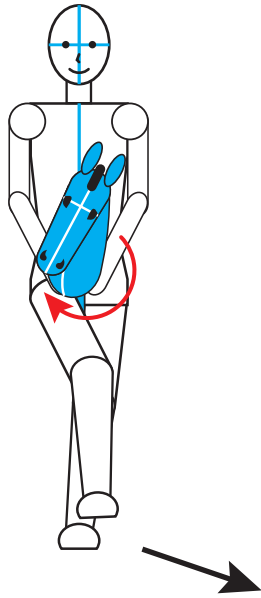
## Rückwärtsrichten

Sich in einer bestimmten Anzahl von Schritten rückwärts bewegen. Der Kopf des Hobbyhorses wird etwas höher gehalten, aber nicht so hoch wie bei einer Versammlung.

# Seitengänge

## Schenkelweichen („Leg yield“)

Schenkelweichen ist der einfachste Seitengang. Es kann gerade und diagonal geritten werden. Oberkörper, Füße und Hobbyhorse zeigen in die gleiche Richtung, etwa 45 Grad von der Reiterrichtung weg. Der Körper bewegt sich schräg vorwärts und man steigt mit einem Fuß schräg vor den anderen. Das Hobbyhorse wird von der Bewegungsrichtung weg gestellt.

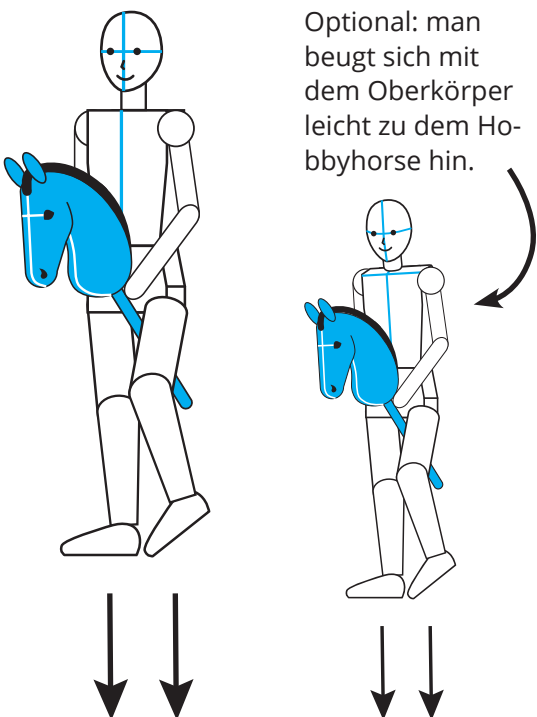


entlang des Hufschlags

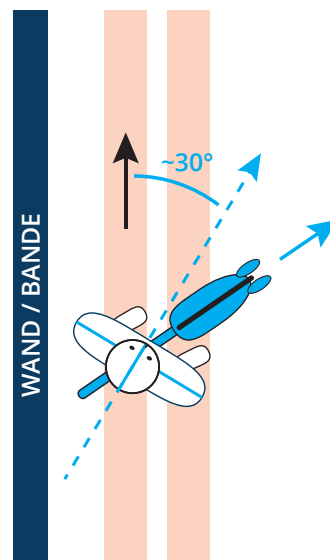
diagonal

## Schulterherein („Shoulder-in“)

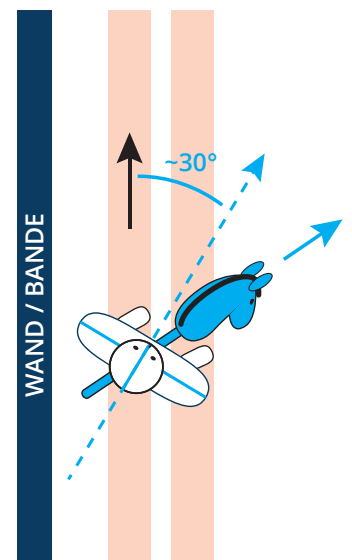
Der ganze Körper ist leicht zur Innenseite des Vierecks gedreht (ca. 30 Grad), die Füße und das Hobbyhorse sind noch etwas stärker nach innen gebogen, das Hobbyhorse kann zusätzlich noch von der Bewegungsrichtung weg gestellt werden. Die Füße überkreuzen sich **nicht**, sondern bleiben beide auf ihren jeweils eigenen Spuren nebeneinander. Das Schulterherein wird nicht diagonal geritten sondern auf einer geraden Bahn und kann in allen Gangarten gezeigt werden.



Optional: man beugt sich mit dem Oberkörper leicht zu dem Hobbyhorse hin.



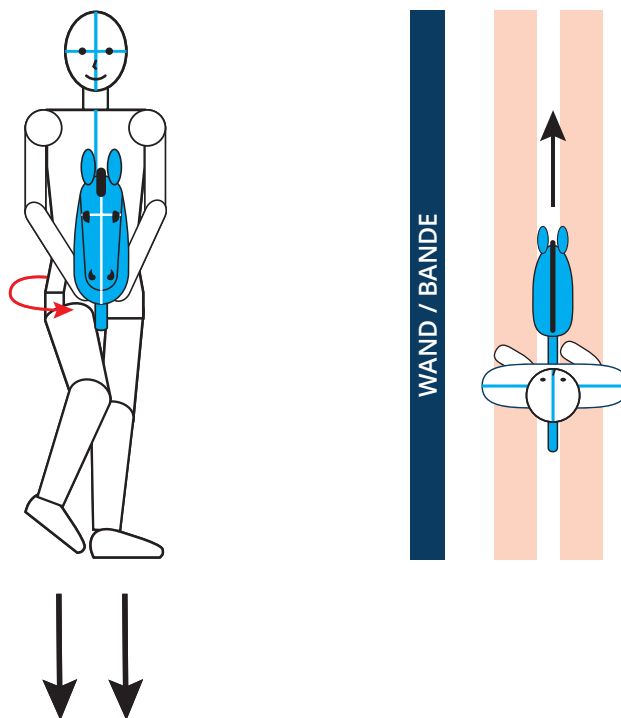
nur Biegung



Biegung und Stellung

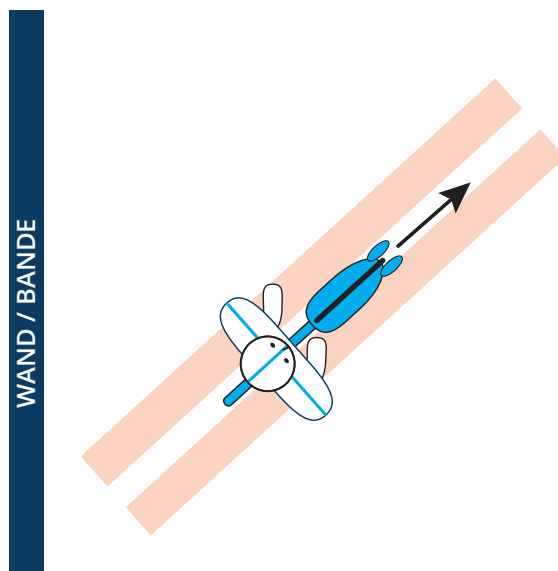
## Travers/Kruppeherein („Haunches-in“)

Der Unterkörper wird ab der Taille abwärts stark zur Außenseite des Vierecks hin gedreht. Die Schultern, der Oberkörper und das Hobbyhorse zeigen jedoch in die Bewegungsrichtung. (In diesem Fall gerade nach vorne.) Das Hobbyhorse wird dabei gegen den inneren (vorderen) Oberschenkel gedrückt. Die Beine sollten sich bei jedem Schritt überkreuzen, dabei aber auf ihren eigenen Spuren bleiben. Im Galopp passiert das während der Schwebephase wenn das (äußere) unterstützende Bein das führende Bein kurz kreuzt. Travers und Traversale werden nie im Außengalopp geritten.



## Traversale („Half-Pass“)

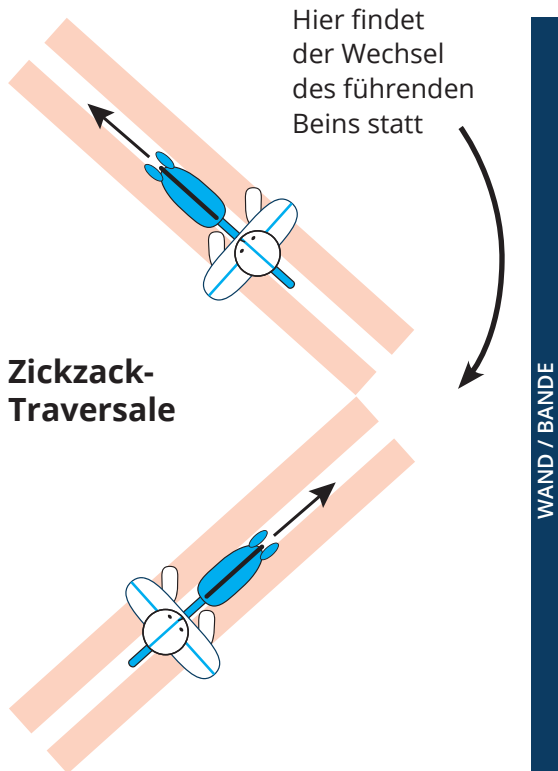
Travers, der auf einer diagonalen Linie, z.B. durch die ganze Bahn geritten wird. Oberkörper und Hobbyhorse sind in Richtung der Bewegung gedreht. Unterkörper und Füße sind parallel zur Wand/von der Bewegungsrichtung weggedreht. Die Richtung der Bewegung ergibt sich aus der Richtung, aus der man kommt, dh. wenn man von der rechten Hand in die Traversale hineinreitet, bleibt rechts die Innenseite und links die Außenseite.



## Zickzack-Traversale („Zigzag Half-pass“)

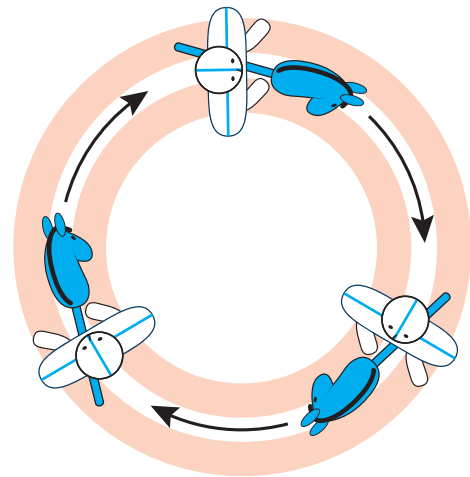
Bei der Zickzack-Traversale wird die Richtung der Traversale nach einer bestimmten Anzahl der Schritte gewechselt. (siehe Bahnfiguren) Bei dem ersten Set Schritte entfernt sich der/die Reiter\*in von der Mittellinie, bei dem letzten Set kehrt er/sie zur Mittellinie zurück. Wenn die Zickzack-Traversale im Galopp geritten wird erfolgt immer ein Galoppwechsel, wenn sich die Richtung ändert. Die genaue Anzahl der Schritte/Sprünge ist vorgegeben z.B. als: **3-6-6-6-3**, wobei jeder der Bindestriche einen Richtungswechsel angibt.

(3 Schritte, Wechsel, 6 Schritte, Wechsel, 6 Schritte, Wechsel, 6 Schritte, Wechsel, 3 Schritte)



## Traversale auf einem Kreis

Hierbei bewegt sich der Oberkörper gerade auf einer Kreisbahn. Becken und Füße zeigen schräg nach außen, das Hobbyhorse ist nach innen zum Kreis positioniert.



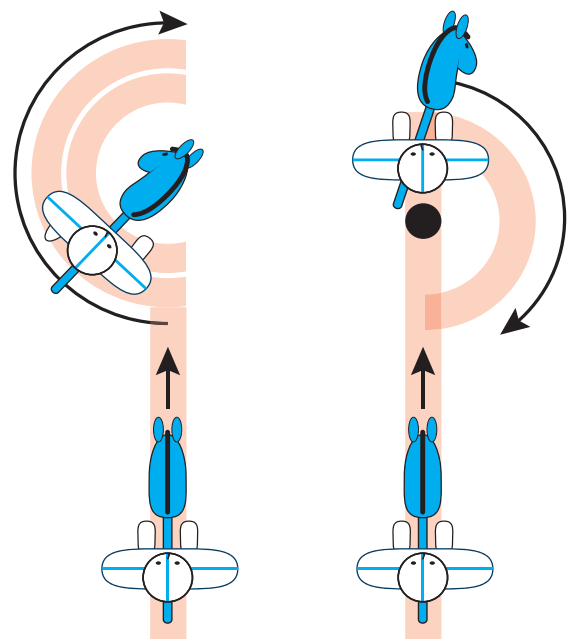
## Wendungen

### Vorhandwendung

Der/die Reiter\*in führt eine 180-Grad-Bewegung um den Kopf des Hobbyhorses als Drehpunkt aus. Die Beine bewegen sich hierbei auf zwei Spuren und das Hobbyhorse ist in die Bewegungsrichtung gestellt.

### Hinterhandwendung

Der/die Reiter\*in führt eine 180-Grad-Bewegung um das imaginäre Ende des Hobbyhorse-Stocks als Drehpunkt aus. Das Wenden auf der Hinterhand ist das Gegenteil von der Vorhandwendung und das gleiche wie eine **halbe Pirouette im Schritt**. (siehe Seite 8) Das Hobbyhorse ist in die Bewegungsrichtung positioniert.



# Galopplektionen

## Einfacher Galoppwechsel

Ohne Schwebephase. Es werden drei Schritte Trab oder Schritt geritten und dann wird mit dem anderen Bein neu angaloppiert.

## Fliegender Galoppwechsel

Der/die Reiter\*in wechselt das führende Bein des Galopps. Man springt in die Luft, um bei der Landung das andere Bein als Führungsbein zu nehmen. Der Kopf des Hobbyhorses sollte leicht zum gewechselten Führungsbein hin positioniert werden und der Stock wechselt möglichst unauffällig in die andere Hand. Fliegende Wechsel können auf höherem Niveau auch bei jedem einzelnen, jedem zweiten, oder jedem dritten Galoppsprung stattfinden.

## Außengalopp

Sich absichtlich im falschen Galopp bewegen. Das äußere Bein greift weiter vor. Das Hobbyhorse ist zum führenden (äußeren) Bein des Galopps hin positioniert.

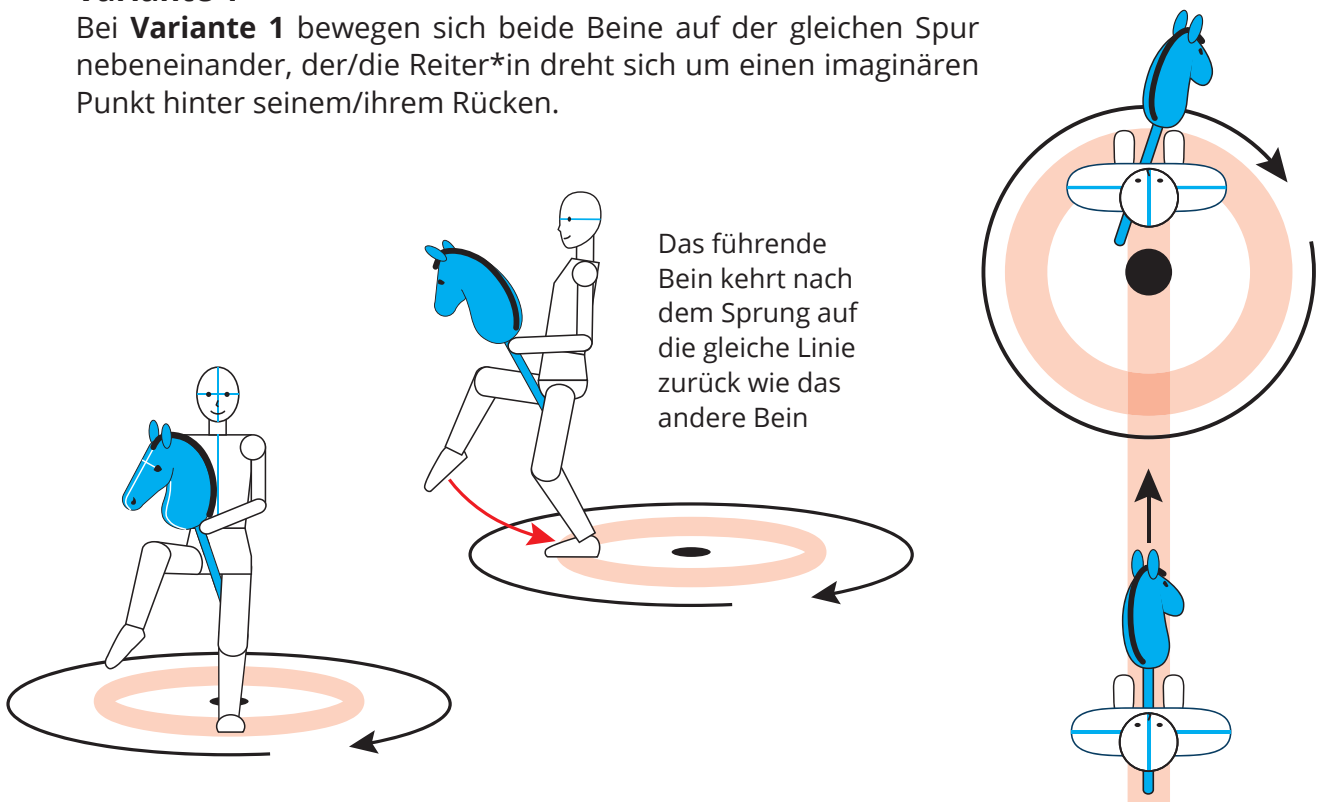
# Pirouetten

## Galopp-Pirouette

Die Pirouette wird begonnen, indem der Galopp fast an Ort und Stelle versammelt wird und sich dann in Richtung des führenden Beins bewegt. Der Kopf des Hobbyhorses ist in einer **sehr** versammelten (=hohen) Position und in Richtung der Bewegung positioniert. Der/die Reiter\*in bleibt gerade. Die Anzahl von Sprüngen in einer Pirouette beträgt 5-6, abhängig von der Sprunglänge. Bei einer Doppelpirouette ist die Anzahl der Sprünge doppelt so groß (10-12). Es ist nicht erlaubt, mehr als eine Doppelpirouette zu zeigen. Es gibt zwei unterschiedliche Arten, eine Galopppirouette auszuführen:

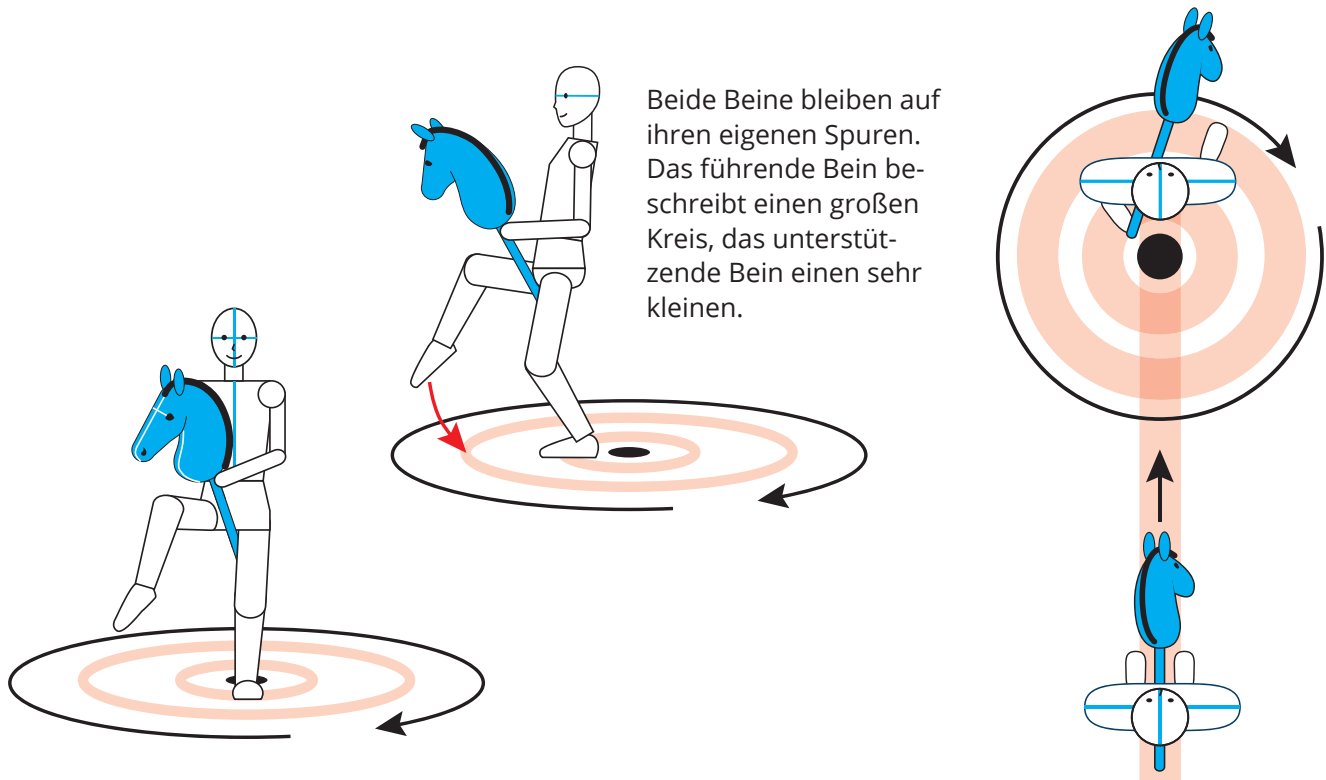
### Variante 1

Bei **Variante 1** bewegen sich beide Beine auf der gleichen Spur nebeneinander, der/die Reiter\*in dreht sich um einen imaginären Punkt hinter seinem/ihrem Rücken.



## Variante 2

Bei **Variante 2 („unterstützendes Bein“)** bewegen sich die Beine des/der Reiter\*in auf zwei Spuren. Das führende Bein bewegt sich in einer größeren, aufwärts gerichteten Bewegung in einem großen Kreis und das andere Bein innerhalb der Bewegung in einem kleineren Kreis, wobei dieses Bein das meiste Gewicht des Körpers aufnimmt.



Beide Varianten der Galoppirouette sind gleichwertig. Innerhalb einer Dressurprüfung dürfen sie jedoch nicht gemischt werden. Die Galopp-Pirouette kann auch als **halbe Pirouette** (Wendung) ausgeführt werden, wobei die ideale Sprung-Anzahl 3 ist. Die Stockhand wird nach diesen 3 Schritten unauffällig gewechselt, wenn der/die Reiter\*in wieder auf der gewünschten Linie ist.

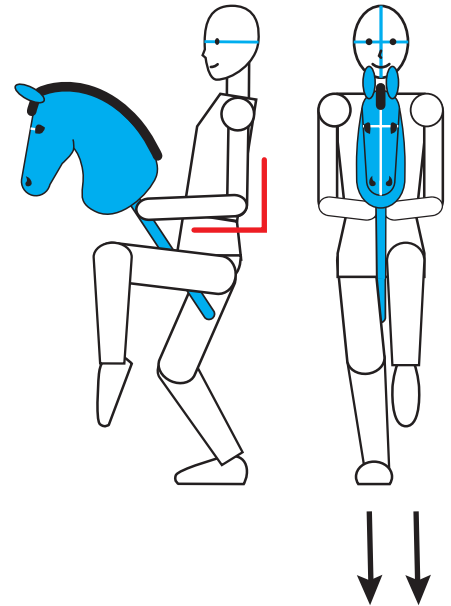
## Pirouette im Schritt

Eine 360 Grad Drehung mit dem Ende des Hobbyhorse-Stocks als Drehpunkt. Sie wird im versammelten Schritt ausgeführt. Das Hobbyhorse wird in Richtung der Bewegung positioniert, der/die Reiter\*in bleibt hingegen gerade. Die Beine überkreuzen sich. die korrekte Anzahl der Schritte für eine ganze Pirouette ist 4-5. Eine halbe Pirouette im Schritt wird **Hinterhandwendung** genannt. (Siehe Seite 6)

## Passage und Piaffe

### Passage

Die Passage ist ein sehr stark versammelter Trab. Ein Bein wird in einem 90° Winkel auf ca. die Höhe der Hüfte angehoben. Dabei wird der „hängende“ Fuß gerade nach unten gestreckt, sodass die Zehen zum Boden zeigen. In einer kurzen Schwebephase werden die Beine gewechselt und das andere Bein auf die gleiche Weise angehoben. Die Beinbewegung soll locker und kraftvoll in einem langsamem Rhythmus vorwärts gehen. Wenn man den/die Hobbyhorser\*in von vorne betrachtet, sollen sich die Beine nicht überkreuzen, jedes bleibt auf seiner eigenen Spur. Die Position des Hobbyhorses ist **noch stärker versammelt (~50°)** als bei anderen versammelten Lektionen und es wird ca. auf der Höhe des Bauchnabels getragen.

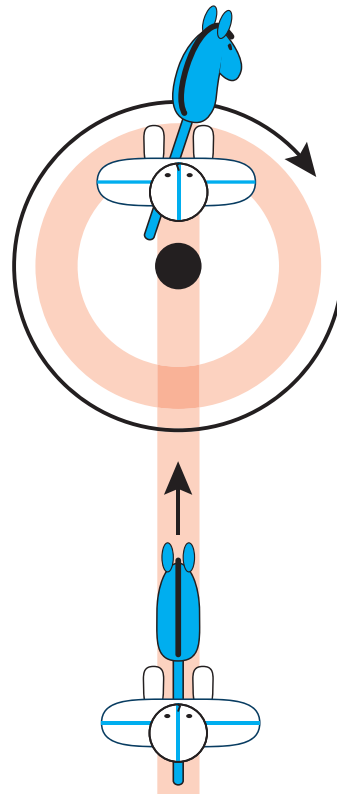


### Piaffe

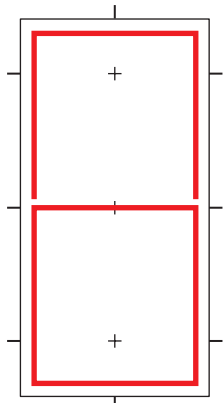
Die Piaffe funktioniert technisch gleich wie die Passage, aber ohne Vorwärtsbewegung. Diese Lektion hat mit Abstand die **stärkste aller Versammlungen**. Das Hobbyhorse wird noch etwas steiler gehalten (~55°) als bei der Passage. Auch bei der Piaffe sollen sich die Beine nicht überkreuzen.

### Piaffe-Pirouette

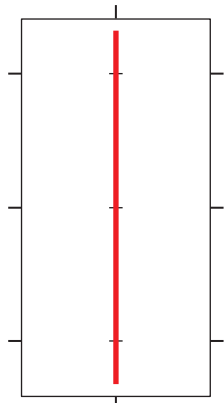
Bei der Pirouette in der Piaffe bewegt sich der/die Reiter\*in in einem kleinen Kreis um einen imaginären Punkt hinter seinem/ihrem Rücken herum. Die ideale Anzahl der Schritte ist hierbei 7-8. Der/die Reiter\*in bleibt völlig gerade, das Hobbyhorse wird in Richtung der Pirouette positioniert. Eine halbe Piaffe-Pirouette hat vier Schritte, eine doppelte 14-6.



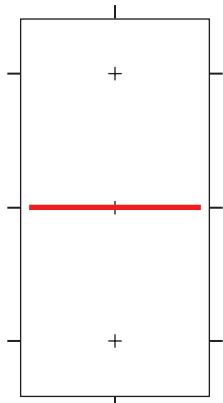
# Bahnfiguren



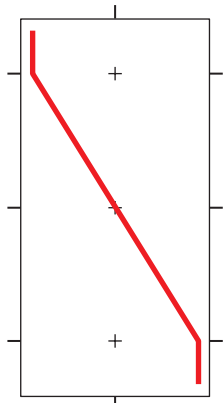
ganze Bahn und halbe Bahn



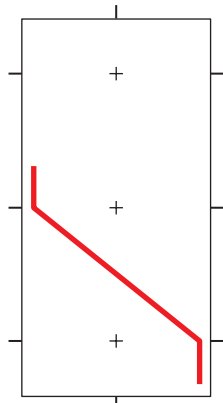
Durch die Länge der Bahn/auf die Mittellinie



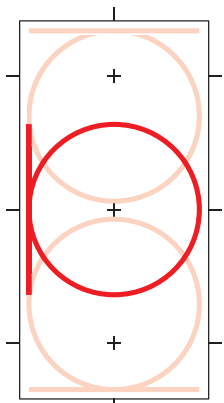
Durch die Breite der Bahn



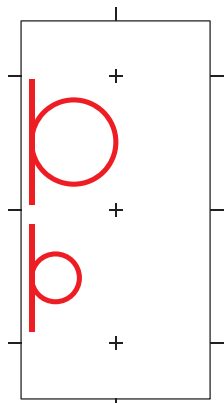
Durch die ganze Bahn wechseln



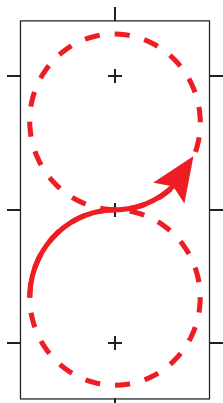
Durch die halbe Bahn wechseln



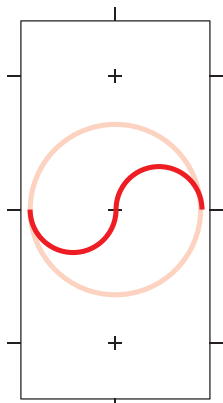
Zirkel und Mittelzirkel (Ö: große Touren)



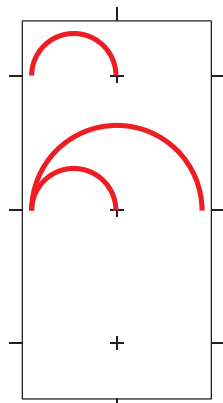
Volten (Ö: kleine Touren)



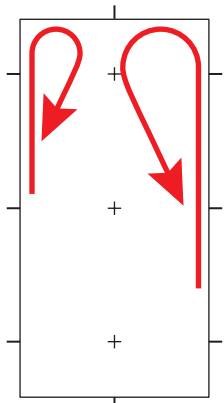
Aus dem Zirkel wechseln (8-Form)



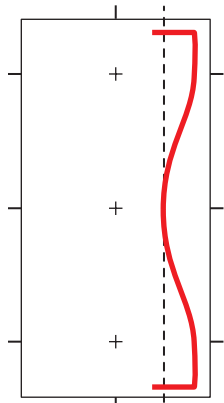
Durch den Zirkel wechseln



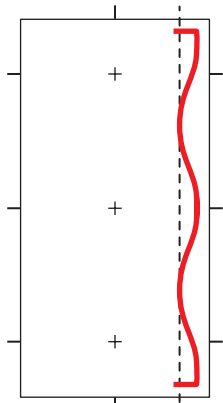
Halbe Zirkel/Volten



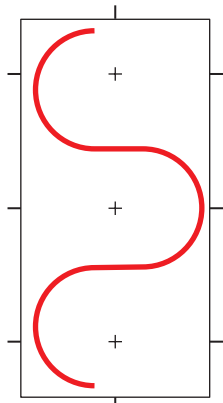
aus der Ecke kehrt (beginnt wie Volte)



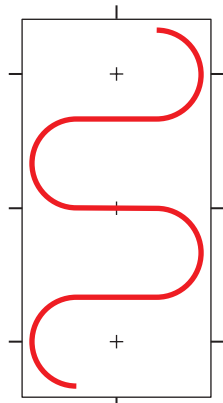
einfache Schlangenlinie (ca. bis 1/4 der Breite)



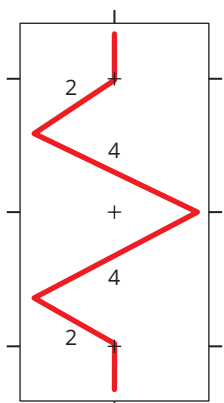
doppelte Schlangenlinie (flacher als einfache SL)



dreifache Schlangenlinie

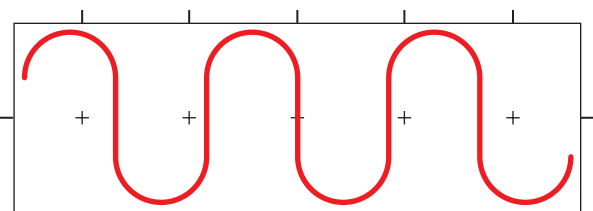


vierfache Schlangenlinie



Zickzack-Traversale im kleinen Viereck (2-4-4-2)

sechsfache Schlangenlinie im großen Viereck. Man kann Schlangenlinien mit bis zu sechs Bögen reiten



Zickzack-Traversale im großen Viereck (3-6-6-6-3)

