

# **ANIVET**

Tiermedizinisches Ausbildungszentrum für ganzheitliche Therapie

## **AQUATRaining FÜR PFERDE ALS PHYSIOTHERAPEUTISCHE ERGÄNZUNG**

---

Facharbeit aus dem Studiengang  
Pferdephysiotherapie

Verfasser:

Cindy Molls, Rodebachstr. 7a, 52538 Gangelt

Juli 2023

<b>Inhaltsverzeichnis</b>	<b>Seite</b>
1. Einleitung	3
2. Der Aquatrainer	
2.1 Allgemeines	4
2.2 Umgang mit dem Aquatrainer/Gewöhnung an den Aquatrainer	5
2.3 Beispiel: Pferd, das zum ersten Mal zum Aquatraining kommt	6
3. Aquatraining für ein gesundes Pferd zur Trainingsergänzung	
3.1 Für welche Pferde eignet sich das Aquatraining?	7
3.2 Wirkung des Aquatrainings	9
3.3 Vergleich: Bewegung mit und ohne Wasser	10
3.4 Ziele des Aquatrainings	14
3.5 Vorher-/Nachher-Fotos	15
4. Aquatraining als Rehabilitationsmaßnahme	
4.1 Indikationen/Kontraindikationen	19
4.2 Besonderheiten	21
4.3 Vorgehensweise	22
4.4 Praxisfälle: Sehnenschaden	23
5. Aquatraining im Zusammenhang mit einer physiotherapeutischen Behandlung	29
6. Fazit	30
7. Literatur	31
8. Eigenständigkeitserklärung	32

## 1. Einleitung

Das Aquatraining gewinnt in der Pferdewelt eine immer größer werdende Bedeutung. Auch Tierärzte und Kliniken empfehlen immer öfter die Anwendung des Aquatrainings, da es sich - richtig angewendet - um eine sehr schonende Trainings- und Rehabilitationsmaßnahme handelt.

Der Aquatrainer ist sehr vielseitig einsetzbar, sodass er beispielsweise dafür genutzt werden kann, Pferde nach einer Verletzung kontrolliert zu bewegen oder aber die Kraft, Balance, Koordination und Gelenkbeweglichkeit zu verbessern.

Durch den Wasserauftrieb werden Gelenke, Sehnen und Bänder weniger belastet. Der hydrostatische Druck stimuliert die Hautnerven, sodass Schmerzen reduziert werden.

Dies sind nur einige wenige Punkte, die das Aquatraining besonders machen. In meiner Facharbeit werde ich noch auf weitere Aspekte eingehen und erklären, warum das Aquatraining eine sehr gute Ergänzung zur Physiotherapie ist. Außerdem werde ich zwei Beispiele für Pferde mit einer Sehnenruptur erläutern.

Durch die unterschiedlich einstellbare Wasserhöhe kann man verschiedene Trainingseffekte erzielen. So kann man beispielsweise verschiedene Muskelgruppen trainieren oder aber den Schritt verbessern. Näheres dazu wird im Kapitel „Ziele des Aquatrainings“ erläutert.



## 2. Der Aquatrainer

### 2.1 Allgemeines

Der Aquatrainer besteht aus einem etwa einen Meter breiten und drei Meter langen Laufband, das unter Wasser gesetzt wird. Die Geschwindigkeit des Laufbandes und die Höhe des Wassers können individuell auf jedes Pferd eingestellt werden. In Kombination mit einer individuell abgestimmten Häufigkeit bietet dies die ideale Möglichkeit, das Training oder die Rehabilitation zu unterstützen.

Um die Sicherheit für die Pferde während des Aquatrainings zu gewährleisten, ist es ratsam, den Aquatrainer nur von geschultem Personal bedienen zu lassen. Der Aquatrainer selber ist mit einem Notaus-Schalter und einer Lichtschranke versehen, sodass im Fall der Fälle das Gerät sofort stoppt.

Aus eigener Erfahrung kann ich sagen, dass die meisten Pferde den Aquatrainer sehr schnell akzeptieren. Allerdings darf man nicht vergessen, dass Pferde Fluchttiere sind. Deshalb kann man erstens nie vorsichtig genug sein und zweitens kann man nie im Voraus sagen, wie ein Pferd reagiert, das in Panik gerät.

Zur Hygiene muss man ebenfalls ein paar Dinge sagen. Mein Aquatrainer ist an einen Brunnen angeschlossen. So habe ich die Möglichkeit für jedes Pferd frisches Wasser zu verwenden. Wer keinen Brunnen zur Verfügung hat, benötigt entsprechende Filteranlagen, um zu gewährleisten, dass jedes Pferd sauberes Wasser hat, um ein Infektionsrisiko zu vermeiden.



## **2.2 Umgang mit dem Aquatrainer und Gewöhnung der Pferde an den Aquatrainer**

So gut das Training im Wasser sein kann, kann man auch einiges falsch machen. Der wohl größte Fehler besteht darin, die Pferde zu überfordern.

Um die Pferde an den Aquatrainer zu gewöhnen, braucht es vor allem viel Ruhe und Geduld. Wenn die Pferde das erste Mal zu mir kommen, arbeite ich mit einer zweiten Person zusammen und beziehe auch den Besitzer mit ein. Denn das ist die Vertrauensperson des Pferdes.

Die meisten Pferde nehmen den Aquatrainer sehr gut an. Allerdings gibt es auch solche, die eine längere Gewöhnungszeit benötigen. Deshalb sollte man sich bei der Gewöhnung an das Pferd anpassen und ihm genügend Zeit geben, den Aquatrainer kennenzulernen. Denn es soll mit einem positiven Gefühl das erste Aquatraining beenden. Hier wird der Grundstein für die weiteren Trainingseinheiten gelegt. Deshalb gilt hier: weniger ist mehr!

Mit viel Geduld und Belohnung lassen sich die meisten Pferde sehr schnell auf die neue Situation ein.

Wie bereits erwähnt, sollte der Aquatrainer nur von geschultem Personal bedient werden. So ist gewährleistet, dass in einer Notfallsituation schnell gehandelt werden kann. Denn es kann auch passieren, dass ein Pferd Panik bekommt. Dann zählt jede Sekunde, um dem Pferd so schnell wie möglich aus seiner Situation zu verhelfen.

Außerdem muss der Bediener ein geschultes Auge haben, um die Einstellungen, wie Geschwindigkeit und Wasserhöhe, auf jedes Pferd individuell anzupassen. Das Pferd muss einen guten Schritt gehen und das Pferd soll sich durch den ganzen Körper – wie eine Welle – bewegen. Das funktioniert nur, wenn die Geschwindigkeit und die Wasserhöhe richtig eingestellt sind.

Je nach Ziel des Aquatrainings muss dann auch nochmal auf die Einstellungen geachtet werden. Ein Pferd, das zur Trainingsergänzung oder zum Muskelaufbau kommt, wird selbstverständlich anders trainiert, als ein Pferd, das nach z. B. einer Sehnenverletzung zum Antrainieren kommt.

## **2.3 Beispiel: Ein Pferd, das zum ersten Mal zum Aquatraining kommt**

Bereits bei der Terminabsprache wurde über den Gesundheitszustand des Pferdes gesprochen, falls nötig, das Okay vom Tierarzt eingeholt und das Ziel des Aquatrainings besprochen.

Nachdem ich mir einen ersten Überblick über das Pferd verschafft habe, wird das Pferd beim ersten Training ganz in Ruhe mit dem Aquatrainer vertraut gemacht. Dafür wird es einige Male durch den Aquatrainer geführt. Erst wenn das gut klappt, werden die Türen geschlossen. Mit geschlossenen Türen lasse ich das Pferd einige Tritte vor und zurück gehen, um ihm zu zeigen, dass es sich frei bewegen kann.

Da die meisten Pferde kein Laufband kennen, müssen sie erstmal verstehen, dass sie auf dem Band laufen können. Sollte das Pferd das nicht sofort verstehen, wird das Laufband immer wieder gestoppt und neu gestartet, bis das Pferd es versteht. So darf sich das Pferd mit dem Laufband vertraut machen, bevor der Aquatrainer mit Wasser gefüllt wird.

Wichtig ist, dass das Pferd sein Gleichgewicht auf dem Laufband findet, da vorher das Befüllen mit Wasser keinen Sinn macht. Um es dem Pferd etwas leichter zu machen, kann die Geschwindigkeit zu Beginn etwas höher gewählt werden. So fällt es ihm leichter sich auszubalancieren. Dies ist allerdings nur bei einer geringen Wasserhöhe der Fall. Mit zunehmender Wasserhöhe sollte die Geschwindigkeit immer wieder angepasst und verlangsamt werden. Nur so ist die Bewegung durch den ganzen Körper möglich und eine Überanstrengung wird vermieden. Je nachdem, wie das Pferd sich beim ersten Mal anstellt, entscheide ich individuell, ob es Sinn macht, bereits beim ersten Mal mit Wasser zu arbeiten. In den meisten Fällen ist es sinnvoller, die Pferde erstmal ohne Wasser laufen zu lassen.

Das erste Training dauert in der Regel 10 - 15 Minuten und wird dann von Mal zu Mal individuell aufgebaut und angepasst.

Nach dem Training wird das Pferd vorsichtig aus dem Aquatrainer rausgeführt. Aus hygienischen Gründen werden die Beine gewaschen und desinfiziert. Bei Pferden, die beispielsweise zu Mauke neigen, sollten die Beine zusätzlich abgetrocknet werden.

### **3. Aquatraining für ein gesundes Pferd zur Trainingsergänzung**

#### **3.1 Für welche Pferde eignet sich das Aquatraining?**

Aquatraining wird bei gesunden Pferden vor allem dann eingesetzt, um die Beweglichkeit in den Gelenken von Beinen und Rücken zu verbessern, mehr Muskelkraft zu entwickeln sowie das Gleichgewicht und die Koordination zu fördern. Pferde, die eine starke natürliche Schiefe haben, werden durch den Aquatrainer dabei unterstützt, gerader zu gehen.

Mit bloßem Auge ist bereits deutlich erkennbar, wie sich der Aquatrainer auf die Beweglichkeit der Beine und der Wirbelsäule auswirkt. Bereits mit Wasser auf Kronrandhöhe nimmt der Bewegungsumfang der Beine zu. Auch die Beckenneigung und die seitliche Bewegung der Wirbelsäule wird deutlich größer.

Vor allem Pferde mit Rückenproblemen, z. B. fehlende Muskulatur, profitieren enorm vom Aquatraining.

Durch das Wasser bewegen die Pferde sich durch den ganzen Körper. Die Bewegung gleicht einer Undulationsbewegung. Deshalb ist das Aquatraining auch für Pferde, die Schwierigkeiten haben, sich loszulassen, sehr zu empfehlen.

Weitere Indikationen für das Aquatraining eines gesunden Pferdes sind:

- Verbesserung des Bewegungsablaufes (z. B. Verbesserung des Schritts)
- Abwechslung zum täglichen Training
- Schulung der Koordination und der Konzentration
- Verbesserung der Kondition
- Muskelaufbau
- Prävention
- Verbesserung der Rittigkeit
- Ergänzung nach einer physiotherapeutischen Behandlung
- Verbesserung der Leistungsfähigkeit
- Vorbereitung auf Turniere
- Erholung und Regeneration
- Förderung der Motivation

Es gibt aber auch gesunde Pferde, für die das Aquatraining nicht geeignet ist. Vor allem Pferden mit panischer Angst vor Wasser sollte das Aquatraining nicht

zugemutet werden. Auch für Pferde, die sich nach mehreren Malen im Aquatrainer nicht entspannen, ist das Aquatraining nicht geeignet. Denn ein permanentes Verspannen während des Trainings schadet dem Pferd mehr, als dass es einen positiven Effekt hat.

Copyright  
Pferdetherapie  
Cindy Molls

### 3.2 Wirkung des Aquatrainings

Wie auch beim Schwimmen reduziert der Auftrieb des Wassers ab einer gewissen Höhe die Belastung der Gelenke, Sehnen und Bänder – im Aquatrainer natürlich etwas weniger, als beim richtigen Schwimmen. Durch das kalte Wasser und die ständige Bewegung im Wasser profitieren die Pferde außerdem vom Kühl- und Massageeffekt, was wiederum die Durchblutung fördert.

Das Auftreten wird durch die Wasseroberfläche gedämpft. Somit können die Pferde effektiv aber mit weniger Belastung trainieren.

Der Wasserwiderstand sorgt dafür, dass die Pferde mehr Muskelkraft aufbringen müssen, um sich fortzubewegen.

Die Beinaktion wird durch das Wasser wesentlich aktiver, dadurch kann das Pferd weiter Richtung Schwerpunkt treten, sodass das Becken abkippen kann, die Bauchmuskulatur aktiviert und der Rücken aufgespannt wird. Somit werden sowohl Bauch- und Rückenmuskulatur als auch die Kruppen- und Schultermuskulatur und selbstverständlich auch die Muskulatur der Beine und des Halses trainiert. Allgemein kann man also sagen, dass es sich beim Aquatraining um ein Ganzkörpertraining handelt.

Dadurch, dass beim Aquatraining weder Sattel noch Reiter die Bewegung des Pferdes einschränken bzw. stören, gilt es als ein sehr entspannendes und lösendes Training. Die Bewegung durch den ganzen Körper löst Verspannungen. Durch die gezielte An- und Entspannung der Muskulatur wird diese gefordert, ohne überfordert zu werden. Dies hat einen schonenden, effektiven und vor allem nachhaltigen Muskelaufbau zur Folge.

Das Aquatraining ist aber nicht nur physische Arbeit für das Pferd, sondern auch psychische. Denn es wird vor allem Konzentration der Pferde verlangt. Somit eignet sich das Training auch ideal als geistige Auslastung.

Vor allem für Pferde, die zum stationären Aquatraining über mehrere Tage oder Wochen kommen, ist es wichtig Pausen einzuhalten, die auch im normalen Trainingsalltag stattfinden, damit sich die Muskeln regenerieren können. So sollte ein Pferd, das beispielsweise für eine Urlaubsbetreuung über eine Woche zum Aquatraining kommt, nicht volle sieben Tage im Aquatrainer gearbeitet werden.

### 3.2 Vergleich: Bewegung mit und ohne Wasser



Während der Bewegungsablauf ohne Wasser dem natürlichen Bewegungsablauf fast gleichkommt, ändert sich der Bewegungsablauf mit Wasser folgendermaßen:

- die Beinaktion nimmt zu, dadurch aktiveres Ab- und Aufsetzen
- die Bauchmuskeln werden aktiviert
- der Rücken wird aufgewölbt
- das Becken kippt ab
- die Hinterhand nimmt vermehrt Last auf
- der Hals wird fallen gelassen

Folgende Muskelgruppen werden beim Aquatraining angesprochen:

- ✓ Bauchmuskulatur
- ✓ Rückenmuskulatur
- ✓ Brustmuskulatur
- ✓ Schultermuskulatur
- ✓ Kruppenmuskulatur
- ✓ Extensoren
- ✓ Flektoren
- ✓ Halsmuskulatur

Die Biomechanik des Pferdes beim Aquatraining unterscheidet sich in einigen Aspekten von der an Land. Die wichtigsten Punkte sind die folgenden:

1. **Auftrieb:** Das Wasser bietet dem Pferd einen Auftrieb, der es teilweise entlastet. Dadurch wird der Druck auf die Gelenke und Sehnen reduziert, was insbesondere für Pferde mit Gelenkproblemen oder Verletzungen des Sehnen-Apparates von Vorteil sein kann. Aber auch gesunde Pferde profitieren dadurch, dass die Gelenke und Sehnen in keinem Fall überlastet werden.
2. **Widerstand:** Das Wasser erzeugt einen erhöhten Widerstand gegen die Bewegung des Pferdes. Dies führt dazu, dass die Muskeln intensiver arbeiten müssen, um sich gegen den Widerstand fort zu bewegen. Dadurch wird die Muskulatur gestärkt und die Kondition verbessert.
3. **Gleichgewicht:** Das Pferd muss sein Gleichgewicht im Wasser anders halten als an Land. Der Auftrieb und der Widerstand des Wassers erfordern eine Anpassung der Körperhaltung und eine stärkere Aktivierung der Rumpfmuskulatur, um das Gleichgewicht zu halten.
4. **Bewegungsablauf:** Der Bewegungsablauf im Wasser kann je nach Wassertiefe und Trainingsziel variieren. Das Pferd muss seine Beine höher heben und weiter strecken, um sich gegen den Wasserwiderstand vorwärts zu bewegen. Dies führt auch zu einer besseren Beweglichkeit. Stellt man die Wasserhöhe so ein, dass die Pferde über die Wasseroberfläche treten, kontrahieren die entsprechenden Muskeln mehr, wodurch die dazugehörigen Gelenke mehr flektieren. Bei höherem Wasserstand – wenn die Pferde die Beine durchs Wasser ziehen – ist die Flexion der Gelenke geringer. Dadurch ist der Muskelaufwand der Flexoren auch geringer, wohingegen der Kraftaufwand der Extensoren gesteigert ist.





Copyrightable  
Pferdetherapie  
Cindy Molls

### 3.4 Ziel des Aquatrainings

Das Ziel des Aquatrainings ist von Pferd zu Pferd unterschiedlich. Allerdings ist ein Ziel bei allen Pferden gleich: das Aquatraining soll zu Gesundheit, Wohlbefinden und mehr Lebensqualität beitragen. Die Pferde sollen sich frei und harmonisch bewegen können.

Mein persönliches Ziel für jedes Pferd, das zu mir kommt, ist es, die Leistungsfähigkeit zu erhalten, die Lebensqualität zu steigern, Pferde gesunderhaltend und vor allem pferdegerecht zu trainieren.

Die Ziele der Besitzer sehen ganz unterschiedlich aus. Während die einen Pferde kommen, um ihren Bewegungsablauf zu verbessern, sollen die anderen bestimmte Muskelgruppen stärken.

Das individuelle Ziel eines jeden Pferdes wird mit dem Besitzer besprochen und anhand dessen wird der Trainingsplan erstellt.

Dazu wird der Bewegungsablauf des Pferdes genau analysiert, um herauszufinden, welche Wasserhöhe und welche Geschwindigkeit dazu beitragen, das Ziel zu erreichen. Außerdem wird besprochen, wie oft das Aquatraining stattfinden sollte und in welchem realistischen Zeitraum das Ziel erreicht werden kann. Anhand von Videoaufnahmen wird der Trainingsstand regelmäßig überprüft.

Das Training wird immer wieder angepasst und kann auch tagesformabhängig variieren.

### 3.5 Vorher-/Nachher-Fotos



Bei diesem Pferd handelt es sich um eine 12-jährige Stute. Sie wird im gehobenen Freizeitbereich geritten. Ihre Besitzerin kommt regelmäßig alle zwei Wochen mit ihr als Trainingsergänzung und Abwechslung zum Aquatraining und brachte sie für eine Urlaubsbetreuung für 9 Tage zu mir.

Das obere Foto ist vom 21.05.2023 und das untere Foto vom 30.05.2023. In diesem Zeitraum trainierte die Stute insgesamt 7 Tage im Aquatrainer. Das Aquatraining wurde folgendermaßen aufgebaut:

1. Aufwärmphase: Zu Beginn lief die Stute 5 Minuten auf dem Laufband ohne Wasser. Die Geschwindigkeit wurde so eingestellt, dass die Stute einen guten raumgreifenden Schritt ging.
2. Danach wurde der Wasserstand für 5 Minuten auf 10 cm erhöht. Die Geschwindigkeit wurde entsprechend angepasst – in diesem Fall etwas verlangsamt. So wurde verhindert, dass die Stute eilig wird und die Qualität des Schrittes leidet.
3. Nach diesen 5 Minuten wurde der Wasserstand bis zum Karpalgelenk erhöht und die Geschwindigkeit wieder etwas verlangsamt. Dieser Wasserstand war für die Stute optimal. Die Beinaktion vorne und hinten nahm zu. Sie ging durch den ganzen Körper. Die Bauchmuskulatur wurde aktiviert und der Rücken aufgewölbt. Das Becken kam in eine Beugung, wodurch die Hinterhand mehr Last aufnahm. So lief die Stute weitere 10 Minuten.
4. Im Anschluss wurde das Wasser abgelassen, die Geschwindigkeit etwas erhöht und die Stute konnte weitere 5 Minuten auslaufen.

So wurde das Aquatraining situationsbedingt auf die Tagesform der Stute angepasst. Man kann zwar einen groben Trainingsplan erstellen und vor allem ein Ziel definieren, aber letzten Endes ist es tagesformabhängig, wie das Training gestaltet werden muss.

Neben dem Aquatraining wurde sie zweimal physiotherapeutisch behandelt und durfte die Magnetfeldtherapie (hier in Form der Activomed-Decke) insgesamt viermal genießen.

Das Ergebnis spricht für sich. Die gesamte Rückenlinie hat sich durch die Aktivierung der Bauchmuskulatur positiv verändert. Die Kruppenmuskulatur hat ebenfalls zugenommen und der gesamte Schultergürtel sieht definierter aus.



Bei diesem Pferd handelt es sich um eine 10-jährige Stute, die im Dressursport in der mittelschweren Klasse unterwegs ist. Auch sie war für eine Urlaubsbetreuung für 10 Tage bei mir. Zuvor kam die Besitzerin sporadisch alle paar Wochen mit ihr zum Aquatraining.

Das obere Foto ist vom 13.05.2023 und das untere vom 23.05.2023. Auch hier spricht das Ergebnis für sich. Neben einer besseren Rückenlinie hat sich bei der Stute der gesamte Muskeltonus verbessert. Von absolut fest zu elastisch, sodass ihr die Bewegung nach den 10 Tagen viel leichter fiel.

In den 10 Tagen trainierte die Stute 8 Tage im Aquatrainer, profitierte von regelmäßiger Vibrationstherapie mittels Vibrationsplatte und bekam 3 physiotherapeutische Behandlungen.

Bei ihr sah das Aquatraining ähnlich aus, wie bei der ersten Stute. Allerdings reichte für diese Stute eine maximale Wasserhöhe bis zum Fesselgelenk. Ein höherer Wasserstand brachte die Stute nur dazu, den kompletten Rücken total zu verspannen und wegzudrücken. In einem solchen Fall ist dann weniger mehr!

Die Vibrationstherapie verhalf der Stute enorm ihre Balance zu finden. Durch das Trainieren der tieferliegenden Muskulatur und der Propriozeptoren fiel ihr das Arbeiten auf dem Laufband im Anschluss an die Vibrationstherapie um einiges leichter.

Für beide Pferde habe ich die Empfehlung ausgesprochen, das Aquatraining regelmäßig fortzuführen, unterstützend zu regelmäßigen physiotherapeutischen Behandlungen, um den Pferden das bestmögliche Bewegungsgefühl zu geben.

Copyright  
Pferdetherapie  
Cindy Mollis

## **4. Aquatraining als Rehabilitationsmaßnahme**

### **4.1 Indikationen und Kontraindikationen**

Der Aquatrainer hat sich in den letzten Jahren bereits vielfach in der Rehabilitation von Pferden bewährt. Vor allem bei Pferden mit Sehnenverletzungen, Arthrose und Rückenproblemen wird es häufig mit positiven Ergebnissen eingesetzt. Der Aquatrainer wird in der Rehabilitation eingesetzt, um kontrollierte Bewegungen durchführen zu können und somit Beweglichkeit, Muskelkraft und Koordination zu trainieren und die Grundkondition auf den Stand zu bringen.

Jeder Besitzer mit einem verletzten Pferd weiß, dass der schwierigste Teil der Rehabilitation darin besteht, sein Pferd kontrolliert zu bewegen. Aufgrund des Energieüberschusses machen die meisten Pferde beim geringsten Reiz völlig unkontrollierte Bewegungen mit allen damit verbundenen Risiken. Beim Training im Aquatrainer kanalisieren die Pferde ihre Energie, da sie mehr Muskelarbeit leisten müssen, um sich selbst voranzutreiben. Darüber hinaus ist das Schrittempo der Pferde vollständig kontrollierbar.

Durch den Auftrieb des Wassers werden die Körperteile unterhalb des Wasserspiegels weniger belastet. Je höher der Wasserstand, desto mehr Auftrieb und desto geringer die Belastung.

Der hydrostatische Druck (Wasserdruck) stimuliert Hautnerven, die die Schmerznerven blockieren. Außerdem sorgt der hydrostatische Gegendruck dafür, dass bei Ödemen, die Flüssigkeit in die Zellen „zurückgedrückt“ wird. Die kalte Wassertemperatur kühlt auch die Beine sofort ab.

Bei einer Verletzung nimmt die Beweglichkeit des Gelenks direkt oder indirekt ab. Der Aquatrainer erhöht die Beweglichkeit in verschiedenen Gelenken sowohl der Wirbelsäule als auch der Beine.

Bei einer Verletzung sowohl der Beine als auch der Wirbelsäule nimmt die Stabilitätsmuskulatur entlang der Wirbelsäule ab. Diese Stabilitätsmuskeln nehmen nicht automatisch wieder an Größe zu, es sei denn, sie werden speziell trainiert. Der Aquatrainer hilft dabei, die Rumpf-/Stabilitätsmuskulatur zu trainieren.

#### **Indikationen:**

- ✓ Sehnenverletzungen

- ✓ Rückenprobleme, z. B. Kissing Spines
- ✓ Postoperative Rehabilitation, z. B. nach einer Knochenfraktur
- ✓ Hufrehe
- ✓ ISG-Probleme
- ✓ Arthrosen
- ✓ Gelenkentzündungen
- ✓ Bänderprobleme, z. B. Kniebandprobleme
- ✓ Atemwegserkrankungen
- ✓ Wiederaufbau nach Verletzungspause
- ✓ Verkürzung Rekonvaleszenzzeit

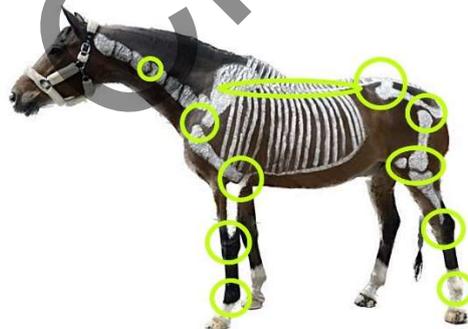
Vor Beginn des Aquatrainings sollte in jedem Fall mit dem behandelnden Tierarzt Kontakt aufgenommen und Rücksprache gehalten werden!

Kontraindikationen:

- ✗ Akute Frakturen
- ✗ Akute Entzündungen
- ✗ offene Wunden
- ✗ Fieber

Weder Pferde mit akuten Frakturen oder Entzündungen, noch Pferde mit offenen Wunden dürfen im Aquatrainer trainiert werden.

Man kann nicht oft genug wiederholen, dass für jedes Pferd vor Beginn des Aquatrainings das OK des behandelnden Tierarztes eingeholt werden sollte.



## 4.2 Besonderheiten

Der wohl größte Vorteil beim Aquatraining als Rehabilitationsmaßnahme liegt darin, dass die Pferde KONTROLLIERT bewegt werden können. Gerade in den ersten Tagen nach einer Boxenruhe sind viele Pferde mit einem Überschuss an Energie geladen. Beim normalen Führen ist es fast unmöglich, z. B. ein Wegspringen und damit eine ungewollte unkontrollierte Bewegung zu vermeiden.

Im Aquatrainer sieht das anders aus. Durch die Begrenzung an allen Seiten ist es nahezu unmöglich, dass die Pferde große unkontrollierte Bewegungen machen. Die seitliche Begrenzung gibt den Pferden Sicherheit. Dabei ist es egal, ob die Pferde mit oder ohne Wasser trainiert werden.

Aus eigener Erfahrung kann ich sagen, dass dieses Gerät das antrainieren um einiges erleichtert. Meine eigene Stute war nach ihrer Sehnenverletzung und den daraus resultierenden 10 Tagen Boxenruhe kaum noch zu bändigen. Ihr Bewegungsdrang war enorm groß und ein Führen im Schritt an der Hand war unmöglich. Dank des Aquatrainers konnte ich sie die ersten Tage kontrolliert Schritt gehen lassen. Sie musste sich auf das Laufband konzentrieren, wodurch sie auch psychisch arbeiten musste und nach einigen Minuten zufrieden und für den Moment ausgelastet war. Das gehen auf dem Laufband in einem gleichmäßigen Tempo, ohne zwischendurch stehen zu bleiben, trägt dann natürlich auch zur körperlichen Auslastung bei.

### 4.3 Vorgehensweise

Anders als beim Aquatraining von gesunden Pferden, muss bei Pferden nach einer Verletzung zu allererst Rücksprache mit dem behandelnden Tierarzt gehalten werden. Erst wenn dieser sein OK gibt, kann ein Trainingsplan erstellt werden. Dieser resultiert aus den vom Tierarzt vorgegeben Trainingsintervallen.

Ausschlaggebend ist, ob das Pferd bereits ans Aquatraining gewöhnt ist oder nicht. Denn Pferde, die das Aquatraining noch nicht kennen, benötigen eine extra Eingewöhnungszeit.

Da die meisten Pferde nach ihrer Boxenruhe zu mir kommen, spielt übermäßige Energie oft eine große Rolle. Um Pferden, die noch keine Erfahrung mit dem Aquatraining haben, die ersten Einheiten zu erleichtern, kann es sinnvoll sein, die Pferde unter Aufsicht eines Tierarztes für die ersten Einheiten leicht zu sedieren. So wird auch das Verletzungsrisiko verringert. Dies sollte aber bestenfalls nur unter Aufsicht eines Tierarztes geschehen, da die Sedierung wirklich angepasst gewählt werden muss. Diese darf nur so stark sein, dass die Pferde immer noch ausbalanciert gehen können ohne zu stolpern oder zu schwanken.

Aus Erfahrung kann ich sagen, dass eine Sedierung nur in seltenen Fällen nötig ist. Und dann auch nur für die erste oder die ersten beiden Einheiten. Bisher hat sich jedes Pferd spätestens nach der zweiten Einheit wohl gefühlt und eine kontrollierte Bewegung im Aquatrainer war problemlos möglich.

Nach einer Eingewöhnungsphase geht es dann mit dem eigentlichen Trainingsplan weiter. Dieser wird immer wieder nach Rücksprache mit dem Tierarzt angepasst. Außerdem werden engmaschige Kontrollen vom Tierarzt durchgeführt, um sicher zu sein, dass die Rehabilitation voranschreitet und es nicht zu Rückfällen kommt.

#### 4.4 Praxisbeispiele:

##### a) zweifache Sehnenruptur

→ Wallach, 15 Jahre, Springpferd, erfolgreich bis zur Klasse S\*\*, Befund:  
zweifache Sehnenruptur OBS vorne rechts

Der Befund wurde Ende 2022 vom Tierarzt erhoben. Noch am selben Tag wurde mit der Therapie begonnen. Es wurde eine PRP-Behandlung durchgeführt und Boxenruhe für sieben Tage verordnet. Zwei Tage nach der PRP-Behandlung wurde unterstützend mit einer Stoßwellentherapie begonnen.

Nach der Boxenruhe wurde der Wallach für mehrere Wochen in einen Laufstall gestellt, wo er die Möglichkeit bekam, sich so zu bewegen, wie es für ihn angenehm ist.

Danach wurde ein Kontrollultraschall durchgeführt und die PRP-Behandlung wiederholt und nach zwei weiteren Ruhetagen, begann das langsame Antrainieren im Schritt. Zuerst wurde der Wallach für eine Woche täglich 10 Minuten Schritt geführt. Danach ging er eine weitere Woche täglich 20 Minuten in die Führanlage. Dies wurde wöchentlich um 10 Minuten gesteigert. In dieser Zeit stand der Wallach weiterhin im Laufstall.

Nach weiteren vier Wochen war der Wallach soweit, dass er täglich insgesamt eine Stunde in der Führanlage lief (aufgeteilt auf mehrere Intervalle).

Am 17.04.2023 wurde der Wallach dann zu mir gebracht, um ihn mittels Aquatrainer und weiterer Therapien aufzubauen. Zuvor wurde noch ein Kontrollultraschall gemacht, um die Entwicklung während des Reha-Aufenthaltes beobachten zu können. Gemeinsam mit dem Tierarzt wurde ein Trainingsplan erstellt.

Langsam wurde der Wallach, der zuvor weder mit dem Aquatrainer, noch mit einem Laufband vertraut war, an das Aquatraining gewöhnt. Er zeigte sehr schnell, dass ihm das Training im Wasser guttat. Zu Beginn noch sehr steif im gesamten Bewegungsablauf, wurde es von Mal zu Mal besser und er wurde sichtlich beweglicher.

Für die Sehne war diese Art des Trainings nur von Vorteil. Es vereint Bewegung, Kühlung und Massage. Eine angemessene Belastung ohne Risiko einer Überbelastung.

Unterstützt wurde das Aquatraining durch regelmäßige physiotherapeutische Behandlungen, Einheiten auf der Vibrationsplatte, Behandlungen mit Hofmag-, Bemer- und Activomed-Geräten.

So wurden das Training und die Therapien immer wieder angepasst und aufgebaut.

Am 30.05.2023 wurde der Wallach abgeholt, um das Training unter dem Sattel wieder aufzunehmen. Es wurde noch ein Kontrollultraschall gemacht und die PRP-Behandlung wurde ein weiteres Mal wiederholt. Seit Anfang Juni wird der Wallach nun wieder unter dem Sattel trainiert und die Prognose lässt hoffen, dass er bald zurück in den Springparcours darf.

Copyright  
Pferdetherapie  
Cindy Molls



Das obere Foto ist vom 17.04.2023 und das untere Foto vom 30.05.2023. Der Wallach wurde aufgrund des massiven Sehnenschadens sehr schonend aufgebaut.

## **b) Loch im Fesselträgerursprung**

→ Wallach, 8 Jahre, Dressurpferd, Ausbildungsstand L-Dressur, Befund:  
wiederholt Loch im FTU vorne links

Am 12.05.2022 wurde der Wallach erstmals dem Tierarzt vorgestellt. Aufgrund einer massiven Schwellung im Bereich des FTU wurde ein Ultraschall veranlasst.

Diagnose: Defekt im FTU vorne links. Aufgrund der Diagnose verblieb der Wallach bis zum 27.05.2022 in der Klinik. In dieser Zeit wurde er mittels FP4 Laser therapiert und erhielt Boxenruhe. Ein Kontrollultraschall am 27.05.2022 zeigte erste Besserungen. An diesem Tag wurde der FTU zusätzlich mit PRP behandelt.

Ab dem 29.05.2022 begann das Trainingsprogramm des Wallachs. Eine Woche ein- bis zweimal täglich insgesamt fünfzehn Minuten Schritt führen. Diese sollte dann von Woche zu Woche um zehn Minuten gesteigert werden. Nach acht Wochen erfolgte ein Kontrollultraschall, welcher zeigte, dass das Loch gut verheilt war.

Also durfte das Training wieder aufgenommen werden.

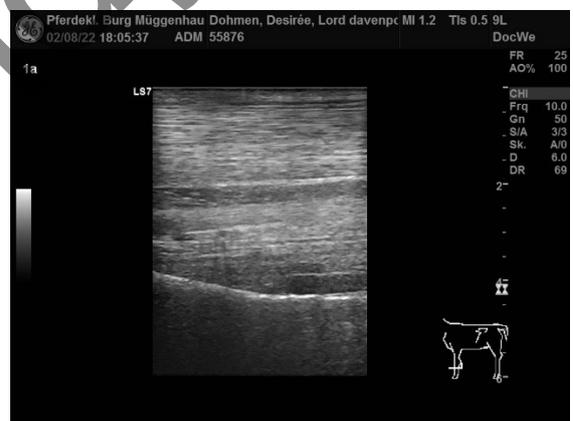
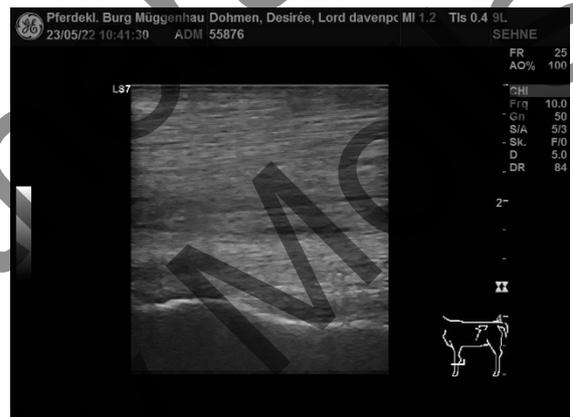
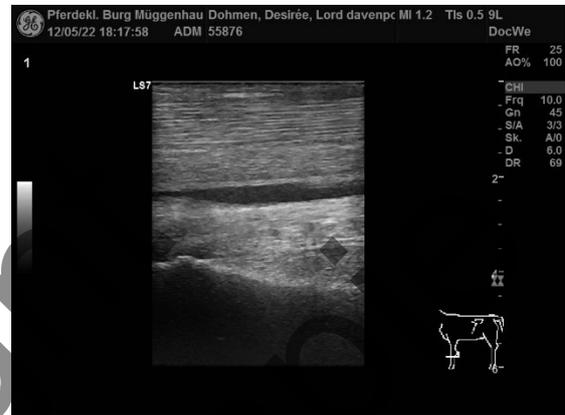
Am 10.01.2023 folgte dann ein Rückschlag. Der Wallach zeigte vorne links eine Lahmheit und der Bereich des FTU war wieder angeschwollen. Die Ultraschalluntersuchung ergab ein neues Loch im FTU.

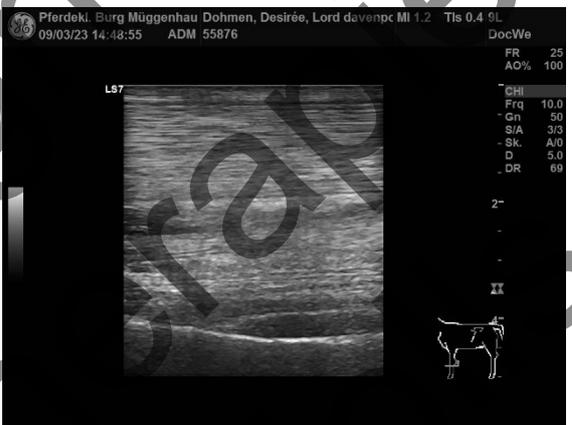
Der Wallach wurde wiederholt mit PRP behandelt und sollte eine Woche Boxenruhe einhalten.

Aufgrund der Tatsache, dass der Wallach sehr schwer zu händeln ist und die Besitzerin in der Anfangsphase des ersten Schadens schon einige Verletzungen davongetragen hatte, entschied sie sich diesmal zum Antrainieren zu mir zu kommen.

So kam sie ab dem 17.01.2023 zweimal wöchentlich zum Aquatraining. Nach Rücksprache mit der Klinik bauten wir das Training ganz langsam auf. Der Wallach zeigte sich leider wahrhaftig als sehr wild und dominant. Aber Dank des Aquatrainers hatten wir ihn gut unter Kontrolle. Es gelang uns, den Wallach so auszulasten, dass die Besitzerin in der Lage war, ihn während der Zwischenzeit eigenständig zu führen, ohne Eskapaden.

Nach acht Wochen stand der Kontrollultraschall an. Die Ärzte der Klinik waren begeistert, wie gut das Loch im FTU verheilt war und schreiben dies der kontrollierten Bewegung im Aquatrainer zu Gute.





Copyright © 2023  
Pferdeteknik  
Cindy MC

## **5. Aquatraining im Zusammenhang mit einer physiotherapeutischen Behandlung**

Das Aquatraining kann eine physiotherapeutische Behandlung gezielt unterstützen. Ein Beispiel dafür wäre ein Pferd, das einen zu hohen Muskeltonus hat. Für solche Pferde könnte das Aquatraining sowohl als Vorbereitung auf die physiotherapeutische Behandlung als auch zur Ergänzung nach der Behandlung hilfreich sein.

Als Vorbereitung deshalb, weil das Pferd im Aquatrainer locker wird. Die Bewegung durch den Körper lässt die Muskulatur bei richtiger Einstellung von Wasserhöhe und Geschwindigkeit entspannen, die Pferde lassen los. Voraussetzung hierfür ist allerdings, dass die Pferde bereits an das Aquatraining gewöhnt sind.

Über eine lockere Muskulatur lassen sich Läsionen besser aufspüren und Blockaden können besser gelöst werden.

Außerdem können beim Aquatraining Läsionen und Blockaden besser erkannt werden. Durch das große Bewegungsausmaß fallen Einschränkungen viel schneller auf. In diesem Fall sollte das Aquatraining unterbrochen werden und die Läsion oder die Blockade gelöst werden, ehe das Aquatraining fortgesetzt wird. So steht einem nachhaltigen Trainingserfolg nichts im Wege.

## 6. Fazit

Das Aquatraining gehört zur Hydrotherapie, die unterstützend zur Physiotherapie angewandt werden kann und sollte.

Durch die Kombination aus manueller Therapie und Aquatraining können gezielt Stagnationen im Gewebe oder im Bereich der Gelenke aufgespürt, gelöst und nachhaltig entgegengewirkt werden.

Aus diesem Grund ist es wichtig, das Pferd tierärztlich und physiotherapeutisch durchzuchecken, bevor mit dem Aquatraining begonnen wird.

Aquatraining eignet sich generell für alle Pferde, die weder panische Angst vor Wasser haben, noch eine akute Verletzung bzw. Krankheit haben.

Vor allem für Rehabilitationszwecke und zur Trainingsergänzung eignet sich das Aquatraining hervorragend.

Mir liegt es sehr am Herzen die Besitzer zu sensibilisieren und aufzuklären. Nur ein gesundes und zufriedenes Pferd ist in der Lage dazu Höchstleistungen zu absolvieren. Leider gibt es immer noch zu viele Besitzer, die damit zu nachlässig umgehen. Deshalb habe ich es mir persönlich zur Aufgabe gemacht, die Besitzer zum Umdenken zu bewegen.