

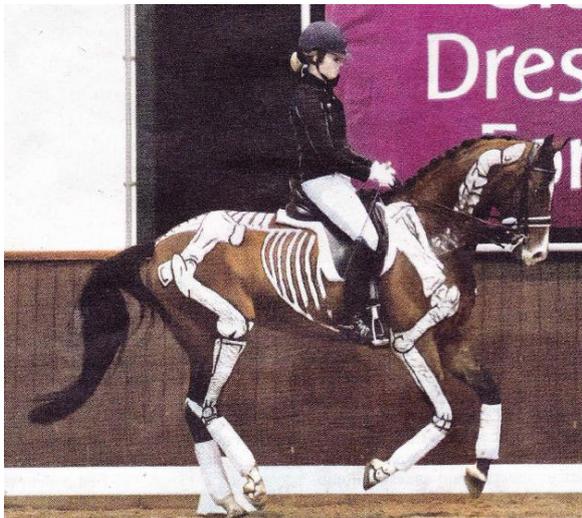
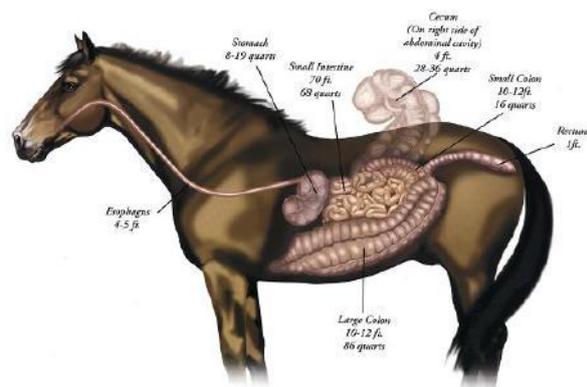
SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR PFERDESPORT
FEDERATION SUISSE DES SPORTS EQUESTRES
FEDERAZIONE SVIZERA SPORT EQUESTRI
SWISS EQUESTRIAN FEDERATION

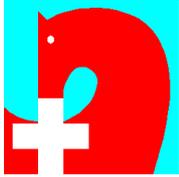
INFO ENDURANCE SCHWEIZ NOVEMBER 2011

Das Info Endurance Schweiz November 2011 mit folgenden Themen:

- Zusammenfassung des Theorienachmittags mit Jean-Louis Leclerc
- FEI Resultate 2011 (Stand 7. November 2011)
- Swiss Endurance Trophy (Stand 7. November 2011)
- Endurance-Day 10. Dezember 2012

V.l.n.r. Persikland, Verdauungstrakt des Pferdes, Pferd bei einer Dressuraufgabe, Persikland





SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR PFERDESPORT
FEDERATION SUISSE DES SPORTS EQUESTRES
FEDERAZIONE SVIZERA SPORT EQUESTRI
SWISS EQUESTRIAN FEDERATION

Theorie mit Jean-Louis Leclerc **(Veterinär und ehemaliger Equipenchef des französischen Endurance Elite-Kaders)** Verfasst von Andrea Amacher und Suzanne Dollinger

Im Rahmen des Pilotprojekts „Endurance-Pro“ trafen sich eine ansehnliche Anzahl DistanzreiterInnen und am Sport Interessierte am Samstag, 12. November, für einen Nachmittag im Hotel Egerkingen.

Im Folgenden gebe ich Euch, zum Teil in Stichworten, eine kurze Zusammenfassung eines sehr interessanten Vortrages. Es sind weitere Theorienachmittage und auch praktische Trainings mit J.-L. Leclerc für nächstes Jahr geplant, welche sehr zu empfehlen sind.

Vorwort

Die Erfahrungen von J.-L. Leclerc und Resultate aus verschiedenen Studien, sind kein Rezept um auf hohes Niveau zu kommen.

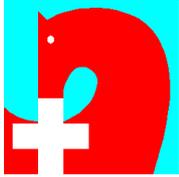
➔ Im Kopf beginnt WAS man will und WOHIN man will...

Immer wichtig auf dem „Weg nach oben“ ist die **Selbstkritik**. Auf einem gewissen Niveau muss jedes Detail stimmen.

In diesem Vortrag ging es um diese Details an der Spitze des „Eisbergs“. J.-L. Leclerc betonte mehrmals, dass er Reiter und Pferde, welche im Minimum einen 130 km absolviert haben, anspricht, welche sich auf ein „Tempo-Rennen“ und/oder einen 160 km-Rennen vorbereiten.

Details, über welche im Vortrag eingegangen wurden und auf welche ich in der Zusammenfassung etwas näher eingehen möchte:

- Qualität der reiterlichen Ausbildung
- Fütterung
- Training des Endurance Pferdes



SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR PFERDESPORT
FEDERATION SUISSE DES SPORTS EQUESTRES
FEDERAZIONE SVIZERA SPORT EQUESTRI
SWISS EQUESTRIAN FEDERATION

1. Qualität der reiterlichen Ausbildung

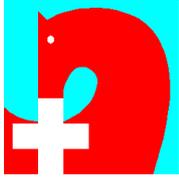
Der Endurance Reiter reitet im klassischen Reitstiel:

- Position des Reiters auf dem Schwerpunkt des Pferdes
- Abfederung des Reiters in Fuss- / Knie- / Hüftgelenken fördert den Komfort des Pferdes
- Dazu gehört ein sportlicher Reiter, welcher grösstenteils im Leichtsitz „schwebt“:
 - kurze Bügel
 - gute Beinmuskulatur für die Abfederung
- ➔ In Studien wurde aufgezeigt, dass ein im Leichtsitz gerittenes Pferd pro Galoppsprung 5 cm Boden gutmachen kann, im Gegensatz zu einem ausgesessenen Pferd

Längsbiegung des Pferdes:

- Entweder werden grosse Kurven geritten, was jedoch einen Zeitverlust bedeutet
- oder das Pferd ist entsprechend gut gymnastiziert, kleine Kurven im Galopp zu durchreiten, ohne auf die Vorhand zu fallen und diese zu stark zu belasten

(Anmerkung: auf diese reiterlichen und technischen Details wird im praktischen Training, ca. im März 2012, näher eingegangen)



SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR PFERDESPORT
FEDERATION SUISSE DES SPORTS EQUESTRES
FEDERAZIONE SVIZERA SPORT EQUESTRI
SWISS EQUESTRIAN FEDERATION

2. Fütterung

„Die Ernährung alleine, entscheidet nicht über den Sieg, aber sie verhindert zu verlieren und hilft zu gewinnen“ (J.-L. Leclerc)

Die Verdauung:

- ist dazu da, das Futter so umzuwandeln, damit Energie für die Arbeit bereitgestellt werden kann
- auf Enzymen basierend: - Futter wird schnell verdaut, innerhalb 3 Std.
- z. B. während VetGate / Wettkampf
- auf Mikrobakterien basierend: - langsam, ca. 24 – 36 Std.
- z. B. Heuverdauung, Verdauung für die Trainingsphase

Gleichgewicht einer Ration:

a) Proteine

- sollte **12 – 13 % pro Ration** nicht überschreiten
- über 15%-iger Anteil kann bereits toxisch (giftig) wirken
- wenigstens 2 Monate vor dem Rennen KEIN GRAS!
- Am Rennplatz darauf achten, dass der Paddock nicht auf einer Grasweide erstellt wird

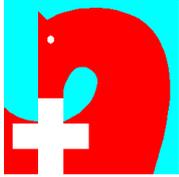
b) Fette

- sind für den aeroben Stoffwechsel (langsame Verdauung mit Sauerstoff) sehr wichtig. Während eines langen Rennens „läuft“ das Pferd auf Fettverbrennung → ist die Energiequelle, welche am längsten zur Verfügung steht
- **7 % pro Ration**. In den meisten Rationen hat es nur einen Anteil von 2 – 4 % Fett
- Ölzufütterung: Pro Tag mind. 2 dl. Öl (Sorte egal) empfehlenswert.

→ Es braucht mindestens 1 Monat bis das Pferd Öl in Energie umsetzen und somit verwerten kann.

c) Rohfasern

- **75 % pro Ration** → Heu ist das Grundnahrungsmittel des Endurance Pferdes
- Ca. 8 bis 9 kg Heu pro Tag empfehlenswert
- das Heu muss eine sehr gute Qualität haben
- die Zusammensetzung muss bekannt sein, damit eine Futterkalkulation möglich ist
- nach 2 – 3 Monaten Lagerung hat das Heu praktisch KEINE Vitamine mehr. Daher speziell im Winter Vitamine zufüttern.



d) Mineralstoffe

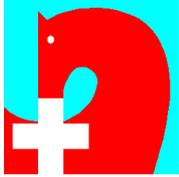
- Calcium-Phosphor-Verhältnis:
1.5 : 1
1.8 : 1 während dem Training
- Salz = Elektrolyte
 - während der Vorbereitung reicht ein Salzleckstein
 - während dem Training: 25 – 30g pro Tag
- Salz hat es überall, im Futter, im Heu. Dies bei den Berechnungen berücksichtigen.
- Bei Salz ist keine Adaptation des Verdauungstraktes nötig, wenn mehr benötigt wird, kann mehr gegeben werden.
- Während Wettkämpfen empfiehlt Jean-Louis Leclerc keine Elektrolytenzugabe.

e) Spurenelemente

- Eisen: Mangel eher selten
- Kupfer-Zink-Verhältnis:
1 : 3 (da sonst Zink ungenügend absorbiert wird)
- Selen

Diverses zur Fütterung

- Für nationale/internationale Prüfungen (Distanzen ab 100 km) sollte ein Monat vorher keine Futterumstellung mehr geschehen. Das Pferd sollte im letzten Monat konstant im Gewicht bleiben
- Transport: z. B. in der Nacht fahren (ca. 6 Std.) so wird möglichst wenig am Tagesrhythmus des Pferdes geändert
- Vor dem Rennen: normale Fütterungszeiten einhalten, d.h. vor dem Rennen nichts füttern, erst im ersten VetGate
- Am Renntag: - im VetGate ist es wichtig, dass das Pferd genügend leicht verdauliche Energie für die nächste Schlaufe aufnimmt, egal ob es sich dabei um das gewohnte Kraftfutter oder ein anderes handelt. Hauptsache, das Pferd frisst mit Lust.
 - maximal 1 – 1.5 lt. Kraftfutter pro VetGate
 - Äpfel, Rüebli, Heu, Luzerne, liefern keine unmittelbar zur Verfügung stehende Energie sondern haben eher eine beruhigende Wirkung auf Magen und Psyche
- Nach dem Rennen: gesamte Verdauung ist reduziert, daher reichen Heu, Äpfel und Rüebli
- Jean-Louis Leclerc rät allgemein von der Gabe von stark zuckerhaltigen Nahrungsmitteln (z.B. Honig) während des Rennens ab



SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR PFERDESPORT
FEDERATION SUISSE DES SPORTS EQUESTRES
FEDERAZIONE SVIZERA SPORT EQUESTRI
SWISS EQUESTRIAN FEDERATION

3. Training des Endurance Pferdes

Wieso trainieren wir...:

- Mentale Vorbereitung → das Pferd an Ungewöhnliches gewöhnen
- Muskelaufbau und Beweglichkeitstraining in der Halle/Viereck (Springgymnastik, Dressurgymnastik). Intensivere Arbeit im Winter.
- Metabolisches Training
es spielen mit: - Gehirn
- Muskeln
- Darm
- Haut
→ Im Training soll die Blutzirkulation verbessert werden, so dass alle vier Bereiche optimal versorgt werden können (= Gefässe öffnen sich, Herz arbeitet mehr)

Zeichen von Müdigkeit:

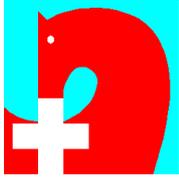
- reduzierte Darmgeräusche
- erhöhte Herzfrequenz (an der Haut muss der Wärmeausgleich stattfinden. Ist das Pferd metabolisch ungenügend trainiert, wird es nicht genügend kühlen können und damit steigt die Herzfrequenz)

Trainingsmethoden:

- Mindestens 1.5 Std., 4 bis 5x pro Woche, davon 1 Stunde mit 130 Puls, vor allem strenge Schrittarbeit, wenn möglich am Berg, inklusive Trab- / Galoppphasen

Jean-Louis Leclerc warnt vor zuviel Bergtrab/ -galopp für Pferde auf diesem Niveau wegen der starken Belastung der Sprunggelenke.

- Galopparbeit, 1 x pro Woche 1 Std., ca. 120 Puls, ca. 20 km/h (+/-), bester Boden
→ Im Training muss man immer wissen WIESO man WAS macht:
 - Herzfrequenz ↗
 - Erholung ↙



SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR PFERDESPORT
FEDERATION SUISSE DES SPORTS EQUESTRES
FEDERAZIONE SVIZERA SPORT EQUESTRI
SWISS EQUESTRIAN FEDERATION

Programm für eine Rennvorbereitung:

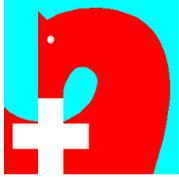
Achtung: Diese Trainingstipps sollen KEIN Rezept sein. Wichtig ist, dass jeder Reiter sein Pferd immer beobachtet und das Training entsprechend anpasst.

1. Datum des Rennens fixieren
2. Reisedatum fixieren, die Reise macht das Pferd am meisten müde.
3. Der Trainingsplan beginnt Anfang Saison ca. 2 Monate vor dem Reisedatum zum Auftrainieren, im Laufe der Saison etwa 6 Wochen.
4. - während 2 Wochen zum Trainingsbeginn 3 – 4x/Woche in Form bringen
- während 6 Wochen mind. 5x/Woche reiten (Methode siehe oben)
5. ca. 2.5 Wochen vor Rennen: - für 130 km: 2 – 2.5 Std. Galopp
- für 160 km: 3 Std. Galopp
Es gibt Erfahrungen, dass je näher dieses grosse Training vor dem Rennen ist, desto bessere Resultate wurden erzielt.
6. 3 Tage vor Abfahrt: 1.5 Std. Training in allen Gangarten, das Pferd sollte stark arbeiten/ schwitzen
↓
2 Tage Ruhetag (= nur Schritt oder Karussell), dann Abfahrt
ist man bereits auf dem Turnierplatz: 3 Tage vor der Vorkontrolle strenges Training, 2 Tage Ruhe im Schritt

Auch mit diesen vielen, allgemein gehaltenen Tipps, darf man das Individuum „Pferd“ nie aus den Augen verlieren. Jedes Pferd ist, reagiert und frisst anders. Ein gutes Pferd ist noch lange keine Garantie für einen Sieg, erst das Training und das Einfühlungsvermögen des Trainers im Training und des Reiters während dem Rennen entscheiden über Erfolg oder Misserfolg. Zudem sollte das Pferd nicht nur Sportgerät sein, sondern auch Lust und Freude an diesem Sport haben.

Viel Vergnügen beim Aufbau Eurer Rennpferde...





SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR PFERDESPORT
FEDERATION SUISSE DES SPORTS EQUESTRES
FEDERAZIONE SVIZERA SPORT EQUESTRI
SWISS EQUESTRIAN FEDERATION

Übersicht (alle CEI mit Schweizer Startenden, inkl. Junioren):

110 Meldungen

80 Schweizer gestartet (43 Rennen, 31 Turnierorte, 8 Länder) / 50 klassiert

Durchkommensrate aller Schweizer Paare: 62.5 %

generelle Durchkommensrate an Rennen mit Schweizer Beteiligung: 55.7 %

13 Podestplätze (davon 6 im Ausland)

9 x Top Ten (*berücksichtigt nur Rennen ab 25 Startenden*)

Durchschnittstempo Schweizer Paare: 15.75 km/h

Durchschnittstempo der Sieger an Rennen mit Schweizer Klassierung: 17.77 km/h

schnellstes Schweizer Tempo: 18.23 km/h (CEI***), 19.55 km/h (CEI**), 17.45 km/h (CEI*)

total bestandene Rennkilometer: 6101 km

Übersicht Schweizer Junioren:

22 Meldungen / 18 Junioren gestartet (13 Rennen, 12 Turnierorte, 6 Länder) / 12 klassiert

Durchkommensrate aller Schweizer Junioren: 66.7 %

generelle Durchkommensrate an Rennen mit Beteiligung von Schweizer Junioren: 53.2 %

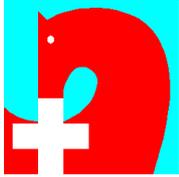
6 Podestplätze (davon 3 im Ausland)

Durchschnittstempo Schweizer Junioren: 14.58 km/h

Durchschnittstempo der Sieger an Rennen mit Schweizer Junioren Klassierung: 16.39 km/h

schnellstes Tempo der Schweizer Junioren: 17.05 km/h (CEI**), 14.89 km/h (CEI*)

total bestandene Rennkilometer der Schweizer Junioren: 1290 km



SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR PFERDESPORT
FEDERATION SUISSE DES SPORTS EQUESTRES
FEDERAZIONE SVIZERA SPORT EQUESTRI
SWISS EQUESTRIAN FEDERATION

Resultate CEI 2011 (*Stand 7. November 2011*)

- FRA CEI** Tartas, 22.Oktober 2011, 120 km
88 gestartet, 50 klassiert, Durchkommensrate 56.8%

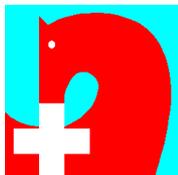
Siegertempo (KSA) 21.28 km/h

Herzliche Gratulation an
 - Wenger Urs, Nina de Kerdraon, 37.Rang in 18.21 km/h

- ITA CEI** Fontanafredda, 29.Oktober 2011, 120 km
38 gestartet, 24 klassiert, Durchkommensrate 63.2%

Siegertempo (HUN) 20.07 km/h

Herzliche Gratulation an
 - Schilliger Patricia, Kasandra, 7.Rang in 18.45 km/h



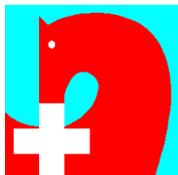
SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR PFERDESPORT
FEDERATION SUISSE DES SPORTS EQUESTRES
FEDERAZIONE SVIZERA SPORT EQUESTRI
SWISS EQUESTRIAN FEDERATION

Rangliste Swiss Endurance Trophy 2011

Paar Reiter/ Pferd

mindestens 2 Resultate erforderlich; die 3 besten Resultate werden gewertet

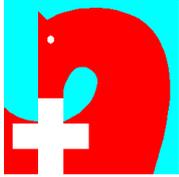
1. Rang	Gabriel Lea / Elix d'Alsace	241 Punkte / 3 von 4 Resultaten
2. Rang	Schilliger Patricia / Kasandra	203 Punkte / 3 Resultate
3. Rang	Wenger Urs / Nina de Kerdraon	182 Punkte / 3 Resultate
4. Rang	Bendiner Andrea / Orna d'Alsace	178 Punkte / 2 Resultate
5. Rang	J/YR: Bobsin Janine / Bagira II	176 Punkte / 3 Resultate
6. Rang	Gabriel Lea / Tirano III	169 Punkte / 2 Resultate
7. Rang	J/YR: Frei Naemi / Nazhada Kigali	168 Punkte / 3 von 4 Resultaten
8. Rang	Flury Suzanne / Kadix de Nerak	167 Punkte / 3 Resultate
9. Rang	Amacher Andrea / Ouarda du Roc'h	120 Punkte / 2 Resultate
10. Rang	Dürler Ralph / Mookie de la Fontaine	115 Punkte / 2 Resultate
11. Rang	Bechter Peter / Sharimo	109 Punkte / 2 Resultate
12. Rang	Basieux Nicole / Karash	97 Punkte / 2 Resultate



SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR PFERDESPORT
FEDERATION SUISSE DES SPORTS EQUESTRES
FEDERAZIONE SVIZERA SPORT EQUESTRI
SWISS EQUESTRIAN FEDERATION

Punktstand Paare (je 1 Resultat):

Cagienard Ariane	Nibolop d'Ax	107
Wenger Urs	Dieldika Hipolyte	100
Veronika Münger	Jannik CH	80
J/YR Preiss Jessica	Kashan	70
Mettler Susanne	Koheilan Ziccer	68
von Ballmoos Bettina	Ivanhoes Debutante	60
Hossmann Trix	Loustic de Bigorre	58
Bischel Brigitte	Palmyrah al Hfifa	48
Bischel Brigitte	Ellory Al'Tair	46
Herzig Anita	Mazziado Barthas	45
J/YR Preiss Laura	Okkarina d'Alsace	42
J/YR Rohner Lea	Rubina X	39
Borer Tanja	Faraon ibn Moghar	39
J/YR de Jacob Sarah	Kossack Millennia	36
Bechter Sandra	Atout d'Alsace	36
Bischel Brigitte	Meije du Layon	31
J/YR Brennwald Nadine	Aswad Rafiq	25
Basieux Nicole	Platyn	10



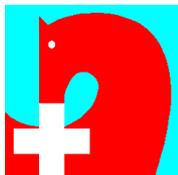
SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR PFERDESPO
FEDERATION SUISSE DES SPORTS EQUESTRES
FEDERAZIONE SVIZERA SPORT EQUESTRI
SWISS EQUESTRIAN FEDERATION

Reiter

mindestens 3 Resultate auf mindestens 2 Pferden erforderlich; die 5 besten Resultate werden gewertet

1. Rang Gabriel Lea: Elix d'Alsace/ Tirano III 410 Punkte / 5 von 6 Resultaten
2. Rang Wenger Urs: Dieldika Hipolyte/ Nina de Kerdraon 282 Punkte / 4 Resultate
3. Rang Bischel Brigitte: Meije du Layon/ Ellory Al'Tair/ Palmyrah al Hfifa
125 Punkte / 3 Resultate
4. Rang Basieux Nicole: Karash/ Platyn 107 Punkte / 3 Resultate





SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR PFERDESPORT
FEDERATION SUISSE DES SPORTS EQUESTRES
FEDERAZIONE SVIZERA SPORT EQUESTRI
SWISS EQUESTRIAN FEDERATION

Endurance-Day: Informationstag 2011 der Disziplin Endurance SVPS

Ich freue mich Euch zum Informationstag am 10.12.2011 in die Wagenremise des NPZ Bern einzuladen. Die Wagenremise befindet sich im Erdgeschoss der Geschäftsstelle des SVPS (Wegbeschreibung siehe unten).

Programm:

10.00 h: Praktischer Longierkurs mit Annemarie Gebbs an Pferden des NPZ

Annemarie Gebbs ist 7-fache Welt- und Europameisterin und 23-fache Schweizermeisterin Voltige und Diplomtrainerin SVPS. Sie hat Dressur, Springen und Military geritten. Eine Pferdesportfrau durch und durch. Heute ist sie im In- und Ausland in viele Ausbildungen involviert und gibt entsprechende Kurse an Dressur-, Spring-, Military-, Westernreiter und Fahrer.

12.00 h: Kleiner Imbiss

14.00 h: Endurance in Frankreich: "Von der Eizelle bis zum internationalen Endurance-Crack", mit Catherine Heiliger Munoz, Emil Munoz und Yves Richardier (Elevage Domaine de Fignols/Persikland)

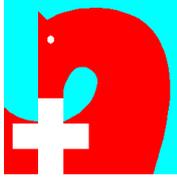
15.00 h: Endurance Sportkonzept 2012

- Training (Schwerpunkt)
- Ausbildung und Kurse 2012
- veterinärmedizinisches Konzept 2012
- Kadereinteilung 2012, Kadervereinbarungen
- Selektionskriterien und -ritte 2012
- Endurance Meisterschaften 2012/ 2013
- Schweizer Meisterschaft Elite und Junioren 2012
- Finanzen
- Reglemente, Richter, Organisatoren
- Presse & Info
- Diverses

ca 18.00 Uhr Apéro vom LT offeriert

anschliessend Nachtessen (Menu siehe nächste Seite)





SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR PFERDESPORT
FEDERATION SUISSE DES SPORTS EQUESTRES
FEDERAZIONE SVIZERA SPORT EQUESTRI
SWISS EQUESTRIAN FEDERATION



Gemischter Salat

Penne- Festival
Penne (Maccaroni) dazu vier verschiedene Saucen (zwei Vegetarische)
und Parmesankäse

(Es git bis gnue!)

Schokoladencreme mit Rahm

Das Nachtessen wird vom Restaurant Specht serviert, Menu für Fr. 26.-

Mit freundlichen Grüssen

Chef Disziplin Endurance

Ich melde mich für den Informationsanlass in Bern vom 10.12.11 an

Name, Vorname:.....

Adresse:

.....

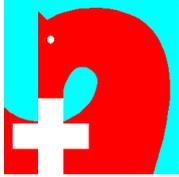
Information:Anzahl Personen

Apéro:Anzahl Personen

Nachtessen:Anzahl Personen

Bitte Anmeldung bis spätestens am **3.12.2011** an:

Evi Münger, Tannenhüsli 69, 3414 Oberburg, evi.muenger@gmx.ch



SCHWEIZERISCHER VERBAND FÜR PFERDESPORT
FEDERATION SUISSE DES SPORTS EQUESTRES
FEDERAZIONE SVIZERA SPORT EQUESTRI
SWISS EQUESTRIAN FEDERATION

Zufahrtsplan mit dem Auto

Autobahnausfahrt Wankdorf (A1, A6 und A12), dann folgen Sie dem Schermenweg Richtung Ostermundigen, biegen rechts in die Bolligenstrasse Richtung BEA bern expo-Gelände ein. Am Kreisel fahren Sie rechts in die Mingerstrasse, die erste Abzweigung links bringt Sie ins Gelände des Nationalen Pferdezentrums NPZ. Auf der rechten Seite, auf der Höhe des Dressurvierecks, befindet sich die Geschäftsstelle SVPS.

Zufahrtsplan mit ÖV

In 9 Fahrminuten gelangen Sie ab dem Hauptbahnhof Bern mit der Tramlinie-9 zur Endstation

Guisanplatz. Auf der gegenüberliegenden Strassenseite liegt das Gelände des Nationalen Pferdezentrums NPZ. Auf der rechten Seite, auf der Höhe des Dressurvierecks, befindet sich die Geschäftsstelle SVPS.

