

## Gira und Beate



Die Fotos wurden im Abstand von 30 Minuten gemacht. Links haben wir das Foto zu Beginn der CR Arbeit, das rechte Foto wurde gegen Ende der Stunde aufgenommen.

Auf dem Foto, das nach der CR Einheit aufgenommen wurde wirkt "Gira" im ganzen "weiter" und weicher. Die anfängliche Spannung in der Halswirbelsäule hat sich etwas gelöst, der Ganaschenwinkel ist größer, sie trägt den Kopf etwas tiefer und entspannter, der Rücken ist gerader und ausgefüllter und sie steht mit der Hinterhand weiter unter dem Schwerpunkt. Sie fühlte sich in dieser ausbalancierten Position so wohl, dass sie auch nachdem das Halfter abgenommen wurde, noch eine ganze Weile so stehen blieb und in sich hineinhorchte.

Die Fotos wurden während der 4. Connected Groundwork Einheit aufgenommen. Zu Beginn der Arbeit vor ein paar Wochen war Gira sehr angespannt und unfokussiert. Sie fühlte sich allein auf dem Platz sichtlich unwohl und versuchte wiederholt möglichst nah an den Zaun zu kommen, hinter dem ihr Stallkamerad stand. Sie war nicht in der Lage auch nur einen einzigen Schritt im Kontakt zu gehen, wirkte angespannt, misstrauisch und explosiv.

Wir begannen mit Körperarbeit im Stehen. Die Connected Groundwork Übungen "Die Raupe" und "Die Pferdeschulter nachzeichnen" halfen Gira den Hals vorwärts-abwärts zu dehnen, und so ihre Spannungsmuster im Schulterbereich abzubauen. Auch die Gewichtsverlagerung von Seite zu Seite, von unten nach oben und von der Vor- auf die Hinterhand fällt ihr dadurch immer leichter.

Die Übung "Die Wirbelsäule harken" und weiterführende Körperarbeit an ihrer festen Hals- und Rückenmuskulatur und im Bereich des Kreuz-Darmbeins, haben ihr geholfen im Übergang von der Hals- zur Brustwirbelsäule und im Rücken besser loszulassen.

Aufgrund fleissiger Wiederholung all dieser Übungen, in Kombination mit dem "Führen im Kontakt", kann Beate inzwischen in 20-Minuten-Einheiten mit Gira auf dem Zirkel arbeiten. Ihr Schritt wird dabei immer gleichmässiger und raumgreifender, und sie beginnt Schub aus der Hinterhand zu entwickeln. Zu Beginn der Arbeit war es für Gira deutlich schwieriger auf der linken Seite gearbeitet zu werden, was sich inzwischen mehr und mehr angleicht.



Nach der Arbeit - ohne Halfter. Gira möchte einfach nur bleiben. Oder weitermachen?