

In der neuen Rubrik „Von Mitglieder für Mitglieder“ werde ich über meine Praxiserfahrungen aus Sicht einer **Tier-Physiotherapeutin, Tier-Osteopathin mit Akupunktur** rund um die Gesunderhaltung von Pferden / Ponys / Hunden in Berichten für den Newsletter zur Verfügung stellen.

Hilfreiche Tipps und Anregungen geben wie und welche Verbesserungen in der Gesundheit und Leistungsfähigkeit unserer beteiligten Tiere erzielt werden können.

Mein Name ist Patricia Terpilowski.

Seit über 9 Jahren praktiziere ich mit meiner **mobilen Praxis** beim Patienten vor Ort.

Dem Tier helfe ich durch meine vielfältigen Behandlungsmethoden den Bewegungsapparat oder im Organsystem wieder ins Gleichgewicht zu finden, damit es wieder fitter, gesund, leistungsfähiger und lebensfreudiger ist. Die Arbeit vor Ort ist für Ihr Tier entspannter, gelassener und stressfreier mit der Untersuchungs- oder Behandlungssituation sowie entstehen keine Praxis-Wartezeiten.

Zusätzlich bin ich seit über 3 Jahren als Hippolini-Lehrkraft tätig.

Gerne können Sie auch Ihre Wunschthemen mir zukommen lassen, damit auch die anderen Mitglieder von den Erfahrungen und Behandlungsmethoden profitieren können. Bitte per Email an: **info@tierphysio-terpilowski.de**.

Für die Mitglieder biete ich eine **kostenfreie Telefonsprechstunde** jeden ersten Freitag eines Monats von 8 Uhr – 9 Uhr an. Hier stehe ich für Fragen zur Verfügung, die sich Rund ums Pferd/Pony/Hunde/Katzen im Bereich Gesundheit handelt.

Des Weiteren erhalten **Mitglieder 10% Behandlungsnachlass**.

In meinem ersten Beitrag 01/2018 erkläre ich welche Wichtigkeit die Prävention und Fitness für Pferde/Ponys ist.

Wie wichtig ist Prävention und Fitness?

Nicht nur für Hippolini Ponys, auch für alle anderen Pferde ist die Verhütung von Lahmheiten ein wichtiges Thema.

Lahmheiten sind mit Schmerzen, Zeitverlust, Ausfällen und finanziellem Aufwand verbunden.

Wie entsteht eine Lahmheit?

- jegliche muskuläre Verspannung
- Fehler im Pferdemanagement (Haltungsform, Fütterung)
- überbeanspruchte Muskulatur
- überbelastete Strukturen der Gelenke/Sehnen/Bänder
- Stress
- kein adäquates Training (Gymnastizierung/Abwechslung)
- Hufstellung
- uvm.

Die Früherkennung von Problemen verringert einen längeren Ausfall.
Wichtig nach Diagnosestellung der abgestimmte Therapieablauf sowie die
Zeitplanung, damit sich das Pferd/Pony wieder völlig erholen und das Problem
ausheilen kann.

Gezieltes hinzuziehen prophylaktischer therapeutischer Maßnahmen
(Physiotherapie/Osteopathie/Akupunktur) senken positiv die Lahmheitsrate.

Regelmäßiger Einsatz von Mobilisationen und Akupunktur kann das Wohlbefinden
derart steigern, dass die Perde/Ponys zu besseren Leistungen fähig sind.

Eine innere Bereitschaft, mit den körperlichen Voraussetzungen durch gezieltes,
abwechslungsreiches Training und Physiotherapie bewirken mehr an Elastizität und
Gangvermögen.

Vor jedem Training ist ein physiotherapeutischer/osteopathischer Check wichtig, um
Blockierungen, Verspannungen oder Verklebungen im Gewebe zu lösen. Damit das
Pferd/Pony ohne körperlichen Zwang das Training beginnen kann.

Kein Sportler geht in den Wettkampf ohne sich vorher zu checken und sich
aufzuwärmen

Beginnt das Pferd/Pony zum Beispiel seinen neuen Lebensabschnitt, beginnen drei
wesentliche Trainingphasen:

1. Adaptionstraining

Das Pferd/Pony wird an seine neue Umgebung gewöhnt. Erstes leichtes Training
beginnt, um sich körperlich umzustellen. Der Tagesablauf bekommt dadurch mehr
Struktur.

2. Krafttraining

Die Muskelaufbauphase beginnt z. Bsp. mit Arbeit an der Hand, Doppellonge, Longe,
Fahren vom Boden, Gymnastizierung, Tempounterschiede, Ausritte mit
verschiedenen Bodenuntergründen, reiterliche Arbeit. Dies fördert das Gerade
richten, die Tragkraft und die Schulterfreiheit.

3. Ausdauertraining

Das Herz-Kreislauf-System wird an die veränderte Trainingssituation angepasst.
Hier ist der längere Galopp förderlich, um das Luftvolumen im Körper schneller zu
bewegen. Regelmäßige Kontrolle der Puls-Atem-Frequenz ist notwendig, um das
Pferd/Pony nicht zu überfordern.

Vor dem Training ist mind. 10 Minuten Aufwärmen und mind. 5 Minuten Abwärmen
am Ende wichtig. In der kalten Jahreszeit ist die Aufwärmphase etwas länger und
das Training angepasst.

Regelmäßige Hufkorrektur, Check beim Physiotherapeuten/Osteopathen,
Zahnkontrolle 1x/Jahr, angepasstes Futter, die Haltung und Vermeidung von Stress
ist zudem wichtig und runden die Gesunderhaltung für das Pferd/Pony ab.

Gerne erarbeite ich mit Ihnen einen individuellen Trainingsplan aus, unterstütze Sie
bei der Durchführung, führe selbst das Training durch oder den Check up.