



Verein Deutscher Distanzreiter und Fahrer e.V.  
Anschlußverband der Deutschen Reiterlichen Vereinigung (FN)  
VDD-Geschäftsstelle, Zum Ludwigstal 17, 45527 Hattingen  
Tel.: 02324 – 23841 Fax: 02324 – 951048  
e-mail: [GSVDD@online.de](mailto:GSVDD@online.de)

## **Durchführungsbestimmungen zu Distanzreitabzeichen Stufe 1.** **(Merkblatt für Ausbilder, Veranstalter und Prüfer gültig ab 1.1.2008)**

Aufgabe des Distanzreitabzeichens Stufe 1 ist es, grundlegende Kenntnisse für die Teilnahme an kurzen Distanzritten zu vermitteln und zu überprüfen, den Bewerber für die Beurteilung des Zustandes des Pferdes, für sicherheitsorientiertes Verhalten und das Vorgehen in Notsituationen zu schulen

### **A) Lehrgangsgenehmigung**

„§ 3182  
Prüfungsort, Gebühren

1. Die Prüfung kann von RV sowie Pferdebetrieben, die dem Niveau eines FN-gekennzeichneten Betriebes entsprechen, mit Genehmigung des VDD und **Anmeldung LV/LK** durchgeführt werden. Es wird empfohlen, einen entsprechenden Vorbereitungslehrgang durchzuführen. Die Durchführung des Lehrgangs soll mindestens durch einen Trainer C Reiten mit großer Distanzerfahrung erfolgen (siehe VDD-Merkblatt).
2. Die Gebühren für die Prüfung sind an den Veranstalter zu entrichten.“

Jeder Abzeichenlehrgang ist vom VDD zu genehmigen. Hierzu muss eine Lehrgangsausschreibung und ein Lehrgangsablaufplan, die Ausbilder und die Prüfer beim VDD eingereicht werden. Zuständig beim VDD ist die Beauftragte für Distanzabzeichenprüfungen, Frau Claudia Nünninghoff.<sup>1</sup> Entspricht der Lehrgang den Vorschriften und erscheint eine fachgerechte Ausbildung gewährleistet, so genehmigt sie den Lehrgang für den VDD. Ausnahmen von den Durchführungsbestimmungen können in begründeten Fällen von ihr genehmigt werden.

Ist der Lehrgangsveranstalter kein Reitverein und kein FN-gekennzeichneter Betrieb, so müssen sowohl der Veranstalter als auch der Lehrgangsleiter Mitglied im VDD sein. Die Anlage (Reitplatz, Aussengelände, Ausreitgelände und Schulungsraum) und der Veranstalter müssen die Gewähr für einen einwandfreien Lehrgangsbetrieb geben.

Der Lehrgangsveranstalter meldet den Lehrgang mit beigefügter Kopie der VDD-Genehmigung bei der LK/LV an.

Im Anhang befindet sich ein Vordruck zur Lehrgangsgenehmigung.

### **B) Lehrgangsdauer**

Als Richtwerte sollten gelten:

---

<sup>1</sup> Frau Claudia Nünninghoff, Kleinenborstel 15, 27327 Martfeld, Tel: 04255/982074, email: [nellienu@freenet.de](mailto:nellienu@freenet.de),  
Stellv. Frau Inge Harbach, Harbacher Hof, 63454 Hanau-Mittelbuchen, Tel: 06181/77786, Fax 71976

- für erfahrene Distanzreiter mit guten Reitkenntnissen ca. 15 UE a 45 Minuten zuzüglich Prüfung
- für Reiter mit geringen Vorkenntnissen und geringer Wettkampferfahrung (2-3 ER ) ca. 30-50 UE zuzüglich Prüfung
- für Reiter ohne Distanzvorkenntnisse ca. 70-120 UE zuzüglich Prüfung.

### **C) Ausbilder.**

1. Ausbildungsleiter oder ein die ganze Lehrgangszeit anwesender Ausbilder müssen folgende Qualifikation haben:
  - Trainer C Distanzreiten oder Trainer B Distanzreiten
 oder
  - Ausbilderlizenz (mindestens C) im Reitsport und 1000 km in der Wertung auf Distanzritten.
2. Wird die Ausbildung von einem Team geleitet, dem kein nach 1. qualifizierter Ausbilder angehört, so müssen dem Team mindestens angehören:
  - Ein Ausbilder mit Ausbilderlizenz im Reitsport (mindestens C)
 und
  - ein Distanzreiter mit mindestens 2000 km in der Wertung und Erfahrung auf Distanzreitabzeichenlehrgängen. (mindestens einen Lehrgang mit Prüfung miterlebt)
3. Es wird empfohlen, für einzelne Themen Fachleute (z.B. Hufschmied, Tierarzt, etc.) als Referenten einzusetzen, falls der Ausbilder auf den entsprechenden Gebieten nicht selber Experte ist.

### **D) Prüfungskommission**

„§ 3183

#### **Prüfungskommission**

1. Der Prüfungskommission müssen 2 Personen angehören. Darunter muss ein Prüfer VDD sein. Die 2. Person muss entweder ein Trainer B Distanzreiten oder ein FN-Richter mit der Mindestqualifikation DL/SL und RP sein.
2. Der VDD beruft wenigstens ein Mitglied der Prüfungskommission.
3. Prüfer und Veranstalter sind gemeinsam dafür verantwortlich, dass keine Besorgnis der Befangenheit (z.B. Verwandtschaft, Besitzer, Ausbilder, Arbeitgeber- Arbeitnehmer- Verhältnis, wirtschaftliche Beziehungen) geltend gemacht werden kann.“

Die Prüfungskommission besteht mindestens aus:

- Einer Person von der VDD-Prüferliste 1 und einem Trainer B-Distanzreiten
- oder**
- Einer Person von der VDD-Prüferliste 1 und einem Richter FN (DL/SL + RP)

Die Prüferliste befindet sich im Anhang.

Wo es möglich und sinnvoll erscheint, soll die Kommission durch einen Tierarzt von der VDD-Tierärztliste ergänzt werden. Sollen weitere Personen der Prüfungskommission mit Stimmrecht angehören, so ist die Zustimmung der beiden Pflichtmitglieder der Prüfungskommission oder die Genehmigung des VDD einzuholen.

Das Recht des VDD wenigstens ein Mitglied der Prüfungskommission zu berufen, ist durch die Auswahl eines Prüfers von der VDD-Prüferliste in der Regel erfüllt. Sollte aus besonderen Gründen der VDD eine bestimmte Person berufen, so wird das dem Veranstalter mitgeteilt. Der Lehrgangsveranstalter sucht sich die Prüfer und bezahlt diese auch. Es gelten die „Richterentschädigungen“ der jeweiligen LK.

### **E) Zulassung zur Prüfung**

„ § 3180

#### **Zulassung**

1. Der Antrag auf Zulassung zur Prüfung ist vom Bewerber an den Veranstalter gem. § 3182 Abs. 1 zu richten.
2. Voraussetzungen für die Zulassung sind:
  - eine körperliche und geistige Mindestreife
  - ein angemessenes reiterliches Können

- Sofortmaßnahmen am Unfallort,
- die bestandene Prüfung zum DRP
- 3. Empfohlen wird ein **Vorbereitungslehrgang** und erste Distanzreiterfahrung
- 4. Zugelassene Pferde/Ponys: 5-jährig und älter, die den Anforderungen der betreffenden Prüfung entsprechen.“

Die Bescheinigungen über Sofortmaßnahmen am Unfallort und den Deutschen Reitpass sind vor Prüfungsbeginn von einem Prüfer zu überprüfen. Das adequate Abzeichen des VFD zum DRP wird anerkannt. Auf die Bescheinigung über Sofortmaßnahmen am Unfallort kann bei Ärzten, Krankenschwestern etc. verzichtet werden.

Der Veranstalter kann Prüflinge ohne Lehrgang zur Prüfung zulassen. Es besteht jedoch kein Anspruch auf die Zulassung zur Prüfung ohne Lehrgang. Von der Prüfung ohne Lehrgang soll dringend abgeraten werden, da die Erfahrung gezeigt hat, dass schlechte Prüfungsergebnisse erzielt werden.

Den Anforderungen der betreffenden Prüfung entsprechen Pferde und Ponys, die den Ausbildungsstand (Rittigkeit, Trainingszustand und die Bedingungen des VDD-Regelwerks für ER (Gesundheitszustand, abgeschlossener Zahnwechsel) erfüllen.

## **F) Prüfungsablauf**

Der genaue Ablauf ist vom Lehrgangsleiter mit den Prüfern abzusprechen. Folgende Möglichkeiten sind vorgesehen:

### \* **Prüfung auf einer Rittsimulation.**

Während der Rittsimulation muss ein VDD-Tierarzt (Liste) die Aufgaben des Ritttierarztes wahrnehmen.

Dabei sind mindestens 25 km, maximal 39 km unter Wettkampfbedingungen mit mindestens 2 Verfassungskontrollen (mindestens 1 Pause oder 1 Vet-Gate mit Pause) unterwegs zu absolvieren, davon mindestens 10 km nach Karte. Der nach Karte zu reitende Teil sollte alleine geritten werden. (Ausnahmen von der Pflicht, diesen Teil alleine zu reiten, können bei der Teilnahme von Kindern und Jugendlichen im Einvernehmen von Prüfern und Lehrgangsleitung angeordnet werden. Dann ist für diese Prüflinge Kartenkunde verstärkt mündlich zu prüfen). Wenn möglich, sollen kürzere Strecken in vorgegebenem Tempo absolviert werden (T 5 oder T 6). Idealerweise sollten diese Strecken vom Start/Ziel, Pausenplatz weitgehend einsehbar sein.

Zusätzlich ist auf dem Platz/ Halle oder auf einer einsehbaren Wiese zu demonstrieren, dass das Pferd beherrscht wird und der Sitz ausbalanciert und in die Bewegung des Pferdes eingehend ist (Aufgabenstellung durch die Prüfer, Muster im Anhang). Jeder hat zu zeigen, dass er Puls messen kann. Theorie mündlich oder schriftlich und mündlich.

### • **Prüfung auf einem Einführungsritt**

Soll diese Variante gewählt werden, so muss der Ritt nach Leistungsklassen gewertet werden. Die Ausschreibung zum Ritt ist mit dem Antrag auf Genehmigung des Distanzabzeichens einzureichen.

Es ist vor oder nach dem Prüfungsritt auf dem Platz/ Halle oder auf einer einsehbaren Wiese zu demonstrieren, dass das Pferd beherrscht wird und der Sitz ausbalanciert und in die Bewegung des Pferdes eingehend ist (Aufgabenstellung durch die Prüfer, Muster im Anhang). Jeder hat zu zeigen, dass er Puls messen kann. Theorie mündlich oder schriftlich und mündlich.

Die Prüfer müssen von Voruntersuchung bis Nachuntersuchung anwesend sein. Ist der Prüfungsritt markiert, so sind zusätzlich mindestens 5 km nach Karte zu reiten (ggf. an einem zweiten Prüfungstag). Wenn möglich, sollen kürzere Strecken in vorgegebenem Tempo absolviert werden (T 5 oder T 6). *Der Veranstalter muss bei dieser Variante gewährleisten, dass ein separater Reitplatz/Halle/Wiese für die Rittigkeitsprüfung und ein eigener Raum für die Prüfungsgespräche und abschließende Richterbesprechung zur Verfügung steht.*

## **G) Beurteilung**

### **„§ 3181 Anforderungen**

Die Prüfung besteht aus 2 Teilprüfungen, die an einem Tag bzw. an 2 aufeinander folgenden Tagen abzulegen sind. Es werden folgende Anforderungen gestellt:

1. Praktischer Teil:
  - Vormustern eines Pferdes an der Hand
  - **Reiten** eines geeigneten Pferdes auf dem Außenplatz oder in der Halle (nach Anweisung)
  - Absolvieren eines Einführungsrittes, ca. 25 – 39 km, zum Teil nach Karte in dem Gelände angepaßtem, gleichmäßigem Tempo, nicht langsamer als T 7,5 (= 8 km/Std.)
2. Theoretischer Teil:
  - Grundkenntnisse in Pferdekunde, Pferdehaltung unter besonderer Berücksichtigung der Versorgung der Pferde unterwegs, inkl. PAT-Werte und ihre Aussage, Erkennen von Krankheiten und zu ergreifende Maßnahmen, Beurteilung des Hufbeschlages.
  - Grundkenntnisse der Reitlehre inkl. Ausrüstung des Pferdes und Anzug des Reiters
  - Reiten von Distanzritten, Beurteilen und Einhalten des geforderten Tempos (z.B. T 5) Höchstzeiten, Zeittore usw. Orientierung im Gelände, (Umgang mit topografischen Karten, Einsatz des Messrades), Wetterkunde: grundlegende Kenntnisse, Verhalten bei Gewitter etc.
  - richtiges Verhalten im Straßenverkehr und in Feld und Wald unter Beachtung der gesetzlichen Bestimmungen, Transport von Pferden (inkl. Einsatz transportabler Weidezäune), Kenntnis der einschlägigen Bestimmungen des Tierschutzgesetzes, Verhalten bei Unfällen
  - Grundkenntnisse des VDD-Reglement“

Im praktischen Teil sind das Beherrschen des Pferdes und ein ausbalancierter geschmeidiger Sitz die entscheidenden Reitqualitäten. Ist eines der Beiden nicht gegeben, so kann die Prüfung nicht bestanden werden. Dabei ist sowohl in der Bahn als auch im Gelände zu beurteilen. Im Zweifelsfall zählt der Geländeteil stärker.

Ferner ist zu zeigen, dass der Ablauf eines Distanzritts beherrscht wird (Prüfungsritt bzw. Rittsimulation). Dazu gehört korrektes Vortrabem, Puls messen und ein witterungsangepasstes Versorgen des Pferdes.

Im theoretischen Teil sind jedem Prüfling mindestens eine Frage aus jedem der folgenden 6 Themengebiete zu stellen.

1. Interpretation von PAT-Werten, erkennen von Erkrankungen und Überforderung des Pferdes und entsprechendem Verhalten
2. Reitlehre
  - a. Ausbildungsskala nennen; Takt und Losgelassenheit erläutern können
  - b. Hilfengebung beim Distanzreiten
  - c. Bewegungsablauf und angestrebte Haltung des Distanzpferdes im Trab und Galopp
3. Kartenkunde
4. Regelkunde / Ablauf von Distanzritten
5. Reitrecht
6. Training von Distanzpferden

## **H) Prüfungsergebnis**

### **„§ 3184 Prüfungsergebnis**

1. Das Prüfungsergebnis in den beiden Prüfungsteilen lautet jeweils „bestanden“ oder „nicht bestanden“.
2. Der Bewerber muss in beiden Prüfungsteilen „bestanden“ erreichen.

### **§ 3185 Wiederholung der Prüfung**

Eine nicht bestandene Prüfung kann wiederholt werden. Über die eventuelle Anrechnung eines Prüfungsteiles entscheidet die Prüfungskommission.“

Für die Findung des Prüfungsergebnisses ist es sinnvoll, für die einzelnen Prüfungsleistungen interne Hilfsnoten/Notizen zu geben.

Sollte ein Prüfungsteil mit „nicht bestanden“ bewertet werden, so können die anderen Prüfungsteile angerechnet werden, wenn die Leistungen dort befriedigend sind. Dabei kann der praktische Teil in die zwei Teile „Distanzritt“ und „Sitz und Einwirkung“ differenziert werden. Eine Bescheinigung über bestandene Prüfungsteile befindet sich im Anhang. Die unterschiedlichen Prüfungsteile können mit verschiedenen Pferden absolviert werden.

# Anhang:

## Lernziele:

**Die im Lernzielkatalog kursiv gedruckten Teile sind auch alleine Gründe für das Nichtbestehen, sofern nicht mit besonders guten Leistungen an anderer Stelle ausgeglichen werden kann.**

## Lernzielkatalog:

### a. Praktischer Teil

- Die Anforderungen des Basispasses und Reitpasses sollen sicher erfüllt werden.
- Die Reiter sollen ein Pferd dem Tierarzt vorstellen können. Sie sollen bei Vor- und Nachuntersuchung dabei das Pferd vorbereiten, das heißt putzen, bewegen, unmittelbar vor der Untersuchung nochmals die Hufe kontrollieren. Sie sollen das Pferd korrekt führen und korrekt im Stehen halten können. Sie sollen bei der Gangwerkskontrolle von alleine ohne Aufforderung das Pferd am lockeren Strick / Zügel vorstellen. Dabei ist neben dem Pferd mit Blick nach vorne zu laufen. Sie sollen die Wendung richtig herum ausführen.
- Die Reiter sollen ihre Pferde im **Schritt, Trab und Galopp im Gleichgewicht und Balance** vorstellen können. Sie sollen **zügelunabhängig, geschmeidig nicht gegen die Bewegung, ausbalanciert im Gleichgewicht sitzen, den Pferderücken nicht einseitig belasten**. Sie sollen Übergänge von einer Gangart in die nächst höhere oder niedrigere reiten können. Die Reiter sollen ihr Pferd auf engem Raum wenden und rückwärts richten können, sie sollen ihr Pferd aus dem Galopp anhalten können (Dabei sind einige Meter Trab und Schritt durchaus in Ordnung, entscheidend ist, dass innerhalb einer angemessenen Strecke zum Halten gekommen wird).

Wenn die Pferde auf dem Platz vorgestellt werden, ist nicht das dressurmäßige Reiten gefordert. Der Reitstil (Sitz, Hilfengebung) ist beliebig, sofern die obigen Kriterien erfüllt sind.

Im Zweifelsfall ist bei Bewerbern, die auf dem Außenplatz /Halle verkrampfen, dann beim Reiten im Gelände verstärkt auf Sitz und Einwirkung zu achten. Erst wenn sich der schlechte Eindruck im Gelände bestätigt, ist auf „nicht bestanden“ zu erkennen.

- Die Reiter sollen eine Strecke von 25 km bis 39km an einem Tag in einem Tempo bewältigen das der Kondition des Pferdes angemessen ist. Unter normalen Umständen soll das Durchschnittstempo **nicht langsamer als Tempo 7,5 (8km/h)** sein. Ein Teil der Strecke soll nach Karte geritten werden. Dabei soll die **Fitneß des Reiters** ausreichend sein, um auch gegen Ende noch gut zu reiten und das Pferd nicht durch einen schlechten Sitz zu belasten. Während des Ritts und in den Pausen muss der Reiter das Pferd jederzeit unter Kontrolle haben. Der Reiter soll während und nach dem Ritt alle notwendige **Pflege selbständig** ausführen und dabei Witterung und Zustand des Pferdes korrekt berücksichtigen.
- Er soll das **Reiten nach Karte** so beherrschen, dass ein Verreiten rasch bemerkt und korrigiert wird.
- Er soll in der Lage sein, mit seinem Pferd Streckenabschnitte in einem **gleichmäßigen vorgegebenen Tempo** zu absolvieren. Dabei soll die Abweichung deutlich weniger als 20 % betragen.

### b. Theorie

- Es soll die Pulsfrequenz seines Pferdes mit dem Stethoskop oder ohne technische Hilfsmittel nur mit einer Uhr feststellen können.
- Der Reiter soll einen E-Zaun-Paddock aufbauen können, der im Normalfall sicher ist. ( Je nach Material Eckpfosten abstützen/Anleinen, E-Gerät korrekt erden und anschließen, keine Erdschlüsse im Zaun, etc.)
- Er soll den Ablauf eines Einführungsritts und eines kurzen Distanzritts kennen. Er soll den Inhalt der für Reiter wichtigen §§ des VDD-Reglements kennen.

- Er soll Grundkenntnisse in **Pferdekunde und Pferdehaltung** besitzen. Dabei ist von dem Niveau des Basispasses und der VDD- Broschüre für Distanzreitabzeichen Stufe I S. 4, 5, und 8 auszugehen.
- *Er soll wissen, dass Pferde vor der Belastung **aufgewärmt (gelöst)** werden sollen. Er soll wissen, dass die Körpertemperatur des Pferdes bei Belastung steigt, dass ein Übermaß an Wärme aus dem Körper abgeführt werden muss und dazu das Pferd gegebenenfalls in den Pausen gekühlt werden soll.*
- Er soll wissen, dass das **Verdauen** von Futter belastet und Pferde mit vollem Magen nicht Höchstleistung bringen können.
- *Er soll die **Ruhewerte** für gesunde Pferde von Puls, Atmung und Temperatur kennen. Er soll wissen, dass die Pulsfrequenz bei Belastung, Aufregung, Schmerzen, Krankheit und erhöhter Körpertemperatur steigen kann.*
- *Er soll wissen, dass eine hohe Pulsfrequenz während oder unmittelbar nach der Belastung nur den Grad der Belastung anzeigt und kein Zeichen von Überbelastung ist. Er soll wissen, dass ein sehr langsames Absinken der Pulswerte oder erhöhte Pulswerte längere Zeit nach Abbruch der Belastung ein Anzeichen für Überbelastung sind. Er soll wissen, dass bei Distanzritten in allen Kontrollen auf der Strecke und im Ziele die Pferde die Pulsfrequenz 64 pro Minute innerhalb 20 Minuten nach Ankunft erreicht haben müssen.*
- Er soll Anzeichen aufzählen können, die einen baldigen Beschlagswechsel notwendig machen. Er soll wissen, dass Beschläge mit Stollen für Distanzritte ungeeignet sind.
- Er soll die **Skala der Ausbildung** kennen, aufzählen und die Begriffe Takt und Losgelassenheit erläutern können.
- Er soll die angestrebte Hilfengebung beim Distanzreiten beschreiben können.
- Er soll Fragen zum Bewegungsablauf und angestrebter Haltung des Distanzpferdes im Trab und Galopp beantworten können.
- Er soll exemplarisch einzelne gymnastizierenden Übungen eigener Wahl beschreiben können. Er soll Ziel und Zweck der Übung angeben können. Er soll die Ausführung und die Hilfengebung beschreiben können.
- *Der Reiter soll wissen, dass atembeengende Zäumung und direkt auf das Gebiß wirkende Hilfszügel verboten sind. Er soll wissen, dass der Veranstalter in der Ausschreibung Ausrüstungsaufgaben machen kann. Er soll Beispiele dafür geben können, wie beim Wettkampf eine Anbindevorrichtung und eine Decke sinnvoll mitgeführt werden können. Er soll die wichtigsten Ausrüstungsgegenstände für einen Distanzritt aufzählen können.*
- Wetterkunde gem. Deutschem Reitpass.
- *Richtiges Verhalten im Straßenverkehr und im Feld und Wald unter Beachtung der gesetzlichen Bestimmungen, Kenntnis der einschlägigen Bestimmungen des Tierschutzgesetzes, Verhalten bei Unfällen. Diese Kenntnisse sollen auf dem Niveau des Reitpass sicher vorhanden sein.*  
Zusätzlich soll er wissen, dass das Befahren von nicht öffentlichen Straßen (die meisten Feldwege und Waldwege) mit dem Auto oder Motorrad verboten ist. Er soll wissen, dass das Halten auf Vorfahrtsstraßen außerhalb geschlossener Ortschaften verboten ist. Er soll wissen, dass auch im Wettkampf bei Straßenüberquerungen die Autos Vorrang haben und Helfer keine Befugnisse haben, den Verkehr anzuhalten.
- *Er soll die Vorschriften für das Reiten in Wald und Flur für das Bundesland kennen, in dem die Prüfung stattfindet, in Ausnahmen ersatzweise die Vorschriften des Bundeslandes seiner Herkunft.*
- Transport von Pferden gem. VDD-Broschüre für Distanzabzeichen.
- Trainingslehre: Die Reiter sollen wissen, dass:
  - *Ein systematisches Training langfristig angelegt werden muss.*
  - *Die Pferde vor Beginn des Distanztrainings eine solide und vielseitige Grundausbildung haben müssen*
  - *Der Reiter soll wissen, dass das Distanzpferd täglich Bewegung haben muss.*

- *Ein wesentlicher Teil des Distanztrainings auch die Gymnastizierung des Pferdes ist. Sie sollen Beispiele für gymnastizierende Übungen eigener Wahl geben können und die Ausführung und Hilfengebung beschreiben können.*
- *Sie sollen wissen, dass nach der Belastung gemessene Werte (ohne Pulsmessgerät) immer niedriger liegen als während der Belastung gemessene Werte.*
- *Eine wichtige Methode zum Training der aeroben Grundlagenausdauer und der aeroben Kapazität die Dauermethode ist. Dazu sollen sie wissen:*
  - *Um einen deutlichen Trainingseffekt zu erreichen, muss die Belastung mindestens 30 bis 40 Minuten Dauer haben.*
  - *Dass die Werte einer Minute nach Abbruch der Belastung deutlich über 72 liegen sollen; 15 bis 20 Minuten nach Abbruch der Belastung jedoch 60 deutlich unterschreiten sollen.*
  - *Im Normalfall nicht häufiger als 2-3 mal pro Woche so trainiert werden sollte, oft einmal die Woche nach der Dauermethode ausreicht.*
- *Ritte im Wettkampftempo von mindestens 30-40 Minuten bis zu 2-3 Stunden wesentlicher Bestandteil des Trainings sind. Solche Ritte in der Regel einmal wöchentlich einzuplanen sind.*
- *Regelmäßige (mindestens 2 x im Monat) lange Ausritte in langsamer Gangart wesentlicher Teil eines Distanztrainings sind.*
- *Die Trainingsprinzipien der Superkompensation und der Periodisierung kennen.*
- *Die Reiter sollen wissen, dass Erholpausen, in denen nur leicht gearbeitet/bewegt wird, in jeden Trainingsplan gehören.*
  - *Die Reiter sollen wissen, dass an 1 bis 2 Tagen pro Woche die Pferde nur leicht bewegt werden sollen.*
  - *Die Reiter sollen wissen, dass alle 3-6 Wochen 1 Woche mit deutlich verringertem Trainingsumfang und verringerter Trainingsintensität eingelegt werden soll.*