

## Leistung und gute Muskulatur kommen nicht von ungefähr!

Schöne Muskeln, ein gesundes, glänzendes Fell und ein zufriedenes, leistungsbereites Pferd. Das ist es, was jeder Reiter gerne in seinem Stall sehen möchte. Aber die Realität sieht oft ganz anders aus.

Die Pferde sind allzu oft zu dick, mitunter unförmig, manchmal durch Stoffwechsel-/Darmprobleme aufgeschwemmt (dies wird in der Regel mit zu dick verwechselt!). Einige Pferde sind schwerfuttrig und an der Grenze zum dünn sein, trotz intensiver Bemühungen des Pferdebesitzers.

Allen gemeinsam ist es, dass die Muskulatur zu wünschen übrig lässt.

### **Wie kann man dies verbessern?**

Natürlich kann man versuchen Muskelaufbaupräparate einzusetzen. In der Regel greift diese Maßnahme aber nicht. Warum ist das so? Weil nicht an der Ursache angesetzt wird.

Um eine dauerhaft schöne, belastbare Muskulatur zu erhalten, ist ein 3-Punkte-Plan zu empfehlen.

### **Wie kann dieser aussehen?**

#### **1. Training:**

Muskulatur kommt von entsprechendem Training, das als Intervalltraining aufgebaut werden sollte. Ein Wechselspiel von Belastung und Erholung schafft eine bessere Kondition und mehr Muskelwachstum.

Vom Stehen in der Box/im Offenstall bekommt kein Pferd eine höhere Widerstandsfähigkeit und bessere Muskulatur. Das Training sollte abwechslungsreich sein und den ganzen Körper ansprechen, um rundum die Muskulatur zu stärken. Eine ausschließlich dressurmäßige Arbeit auf ständig nur guten Böden schafft keine höhere Belastbarkeit. Viel ins Gelände auf wechselnden Böden, Klettern (nicht nur im Schritt) und vor allem Springen fordert das Pferd in allen Körperteilen und erhöht ganz nebenbei die Belastbarkeit von Bändern, Sehnen und Gelenken ebenfalls maßgeblich.

Weiter verbessert dies auch die Beweglichkeit. Auch die Psyche des Pferdes wird umfassend positiv angesprochen.

Mit überwiegend Bodenarbeit kann kein adäquater Muskelzuwachs erreicht werden. Dies ist allerdings als additives Training sehr gut geeignet, um eine bessere Beziehung zu seinem Pferd zu bekommen. Tägliches Arbeiten ist nötig, um ein schönes Aufmuskeln zu erreichen.

- 2. Fütterung:** Die Fütterung ist bei vielen Pferden nicht optimal. Unabhängig davon, ob es sich um ein überwiegend freizeitgenutztes Pferd oder ein Turnierpferd handelt. Viele Freizeitreiter haben völlig unnötig Angst vor Eiweiß im Futter. Eiweiß ist kein Problem, wenn das Pferd regelmäßig belastet wird. Auch zu dicke Pferde, die abnehmen sollen, müssen etwas Eiweiß gefüttert bekommen, um unter Training die Umwandlung von Fett in Muskulatur zu schaffen. Ohne Eiweißzufuhr wird das Pferd nicht aufmuskeln können, sondern nur dünn werden.

Turnierpferde dagegen sind in der Regel fast immer mit deutlich zu viel Getreide und Zucker versorgt. Das hat einen sauren Darm zur Folge. Dies wiederum sorgt für eine Verdauung, bei der zu viele Giftstoffe produziert werden, die dann über die Darmschleimhaut ins Blut gelangen und die Leber ständig belasten. Da der Muskelstoffwechsel des Pferdes aber ebenfalls maßgeblich von der Leber gesteuert wird, kann diese bei Überlastung durch Giftstoffe nicht mehr genügend Glykogen und Muskeleiweiß bilden. Dann kann das Pferd trotz vernünftigen Training auch nicht an Muskelmasse zulegen.

Es ist also durchaus sinnvoll, Kraftfutter zu füttern, aber beim freizeitgenutzten, übergewichtigen Pferd die Eiweißkomponenten zu erhöhen, beim Sportpferd mit viel Getreide im Trog sollte die Energiekomponenten im Futter erhöht werden.

Das kann beispielweise durch ein getreidefreies und zuckerarmes Futter wie HBD's® Vitalo geschehen. Hier sind sowohl ausreichend wertvolle Eiweiße als auch Energiekomponenten wie Reis, Kleie, Leinöl und Leinkuchen enthalten.

Außerdem sind die meisten Pferde deutlich unterversorgt mit Mineralstoffen, da oft unpassende

Mineralfutter gefüttert werden. Nur Mischungen mit 100 % organisch gebundenen Mineralstoffen versorgen Ihr Pferd umfassend.

Viele am Markt erhältliche Produkte enthalten ausschließlich anorganisch gebundene Mineralstoffe und sind damit schlecht bioverfügbar oder es sind Mischungen aus sehr wenig organisch gebundenen Mineralstoffen und viel anorganischen, schlecht bioverfügbaren Mineralstoffen. Lesen Sie ganz genau, was Sie kaufen und lassen sich nicht von großen Namen und bunten oder grünen Verpackungen irreführen.

Mineralstoffe sind nicht nur für Gesundheit essentiell, sondern auch für ein reibungsloses Funktionieren der Muskulatur.

Blutbilder sind wenig aussagekräftig, da diese nur die Gehalte im Blut anzeigen, nicht die Gehalte im Gewebe. Diese sind aber für die Versorgung der Zellen maßgeblich.

Füttern Sie bei „normalen“ Blutwerten versuchsweise HBD's® HorseMineral oder HBD's® HorseMineral MBA-frei für ca. 4 Wochen und vergleichen Sie die Optik und das Befinden/die Leistungsbereitschaft Ihres Pferdes.

Das Pferd wird nach wenigen Tagen beginnen, deutlich besser auszusehen und sich auch zufriedener und leistungsfähiger darstellen.

- 3. Entgiftung:** Es ist außerordentlich sinnvoll, die Leber des Pferdes, nachhaltig zu entlasten, da diese eine zentrale Rolle in der Versorgung der Muskelzellen mit Glykogen und Muskeleiweiß spielt.

Durch die Belastung mit Toxinen, die die Leber dau-

erbeschäftigen, kann sie ihre Funktion im Muskelstoffwechsel nur teilweise ausfüllen.

Wenn die Leber über eine zielgerichtete Entgiftung von Toxinen entlastet wird, werden Kapazitäten für die Versorgung der Muskelzellen frei. Dann wird das Pferd unter guter Fütterung und adäquatem Training auch gut Aufmuskeln können. Dieser Muskelzuwachs ist dann auch nachhaltig und bleibt beim Absetzen der Entgiftungspräparate weiterhin bestehen. Ideal für diesen Einsatzzweck ist HBD's® HeparMin® und HBD's® HeparMin® A/F. Diese sind hochdosierte Zink/B-Vitaminskomplex-Mischungen mit ausschließlich organisch gebundenem Zink und einem Vitamin-B-Komplex, der deutlich höher dosiert ist als in herkömmlichen Produkten. Diese Komponenten benötigt die Leber in hohen Mengen, wenn Sie intensiv entgiften soll. HBD's® HeparMin® füttert quasi die Leber, damit diese effizienter arbeiten und den Muskelstoffwechsel besser bedienen kann. Zusätzlich ist eine kurmäßige Einnahme von HBD's® Amino+ empfehlenswert.

Wenn diese Kur ca. 3 Monate gemacht wird, haben Sie einen langanhaltenden Effekt, der auch nach dem Absetzen bestehen bleibt.

***Das ist nachhaltiger Muskelaufbau auf gesündeste Art!***

Falls weiterer Beratungsbedarf besteht, kontaktieren Sie mich gerne.

*Ihre Anja Beifuss, Dipl.-Ing. (FH)*

Sämtliche Inhalte, Fotos, Texte und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt. Sie dürfen ohne vorherige schriftliche Genehmigung weder ganz, noch auszugsweise kopiert, verändert, vervielfältigt oder veröffentlicht werden.

**Heiner Beifuss Dielheim e.K.**

- Tiernahrung -

Gesundheits-Coaching für Ihr Tier

Dorfstraße 42

D-69234 Dielheim-Balzfeld



Weitere Informationen unter

[www.hbd-agrar.de](http://www.hbd-agrar.de)

E-Mail: [info@hbd-agrar.de](mailto:info@hbd-agrar.de)

Telefon: +49 (0)6222 - 318 0985