

# STUDIENBESCHREIBUNG

Pferdetrainer:in  
Schwerpunkt Kondition

## Deine Weiterbildung auf einen Blick

|   |                    |  |
|---|--------------------|--|
|    | <b>DAUER</b>       | ▶ 5 Monate   |
|    | <b>BEGINN</b>      | ▶ Januar, April, Juli und Oktober  |
|    | <b>KOSTEN</b>      | ▶ 940,- gesamt, ab 188,-/Monat   |
|    | <b>ABSCHLUSS</b>   | ▶ IST-Zertifikat „Pferdetrainer:in – Schwerpunkt Kondition“  |
|    | <b>VERMITTLUNG</b> | ▶ 4 Studienhefte, 2 Webinare, 1 Seminar, ergänzende Online-Vorlesungen   |
|  | <b>PRÜFUNGEN</b>   | ▶ 1 Webtest, 1 Einsendearbeit  |
|  | <b>LERNAUFWAND</b> | ▶ ca. 10–12 Std. pro Woche (flexibel und ortsunabhängig)   |
|  | <b>BETREUUNG</b>   | ▶ individuell und persönlich durch praxiserfahrene Dozent:innen und Fachbereiche des IST   |
|  | <b>SPECIALS</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 9 Monate kostenlose Verlängerung</li> <li>▶ mobiler Zugriff auf den Online-Campus</li> <li>▶ Übungsmaterialien</li> </ul> |

## Der Markt

### Pferdesport in Deutschland – eine starke Verbindung zwischen Mensch und Tier

Die Pferdesportbranche in Deutschland ist weitaus mehr als ein Nischenthema – sie ist ein bedeutender Bestandteil der Sport- und Freizeitkultur. Die Deutsche Reiterliche Vereinigung (FN), der Spitzenverband des Reitsports, belegt im Ranking des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) Platz 9 von 69 – gemessen an der Mitgliederzahl. Diese Platzierung zeigt eindrucksvoll, wie tief der Reitsport in der Gesellschaft verwurzelt ist.

Immer mehr Menschen entdecken ihre Begeisterung für den Umgang mit Pferden. Rund 11 Millionen Deutsche interessieren sich für den Pferdesport, etwa 1,7 Millionen sind regelmäßig aktiv – sei es im Reitunterricht, beim Turniersport oder im Freizeitreiten. Auch der Reittourismus erlebt einen anhaltenden Aufschwung. Pferdesport und Reittourismus zählen inzwischen zu den wachstumsstärksten Segmenten im Freizeitmarkt.

Was den Pferdesport so besonders macht, ist die einzigartige Partnerschaft zwischen Mensch und Tier. Anders als in anderen Sportarten arbeitet hier ein Lebewesen mit, das sich seine Rolle nicht selbst gewählt hat. Diese Tatsache verpflichtet: Reiter:innen und Trainer:innen tragen eine große Verantwortung für das Wohlergehen des Pferdes – körperlich wie emotional.

Pferde verfügen von Natur aus über beeindruckende athletische Fähigkeiten. Als Fluchttiere ist ihr Bewegungsapparat auf Leistung und Ausdauer ausgelegt. Doch auch ein noch so robuster Körper hat Grenzen: Bei anhaltender Belastung steigt – wie bei menschlichen Spitzensportler:innen – das Risiko von Verletzungen. Umso wichtiger ist ein durchdachtes, professionelles Konditionstraining. Es stärkt nicht nur den Körper des Pferdes, sondern schützt es langfristig vor Schäden – aus Respekt vor dem Tier und im Sinne eines verantwortungsvollen Sports.

## Aufgaben und Tätigkeitsfelder

### Gesund durch Training – weil Dein Pferd es verdient

Für Top-Athlet:innen ist Konditionstraining selbstverständlich – im Alltag vieler Reiter:innen findet es jedoch noch viel zu selten Platz. Die Folgen: zunehmende Verletzungen, die nicht selten in chronischen Erkrankungen wie Gelenkproblemen enden. Dabei wissen viele nicht, dass man solchen Schäden mit gezieltem, professionellem Konditionstraining wirksam vorbeugen kann.

Konditionstraining bedeutet dabei weit mehr als Ausdauer. Auch Kraft, Koordination, Schnelligkeit und Beweglichkeit sind entscheidende Bausteine für ein gesundes, leistungsfähiges Pferd.

In diesem bundesweit einzigartigen Fernstudium lernst Du, wie Du durch strukturiertes Konditionstraining die Gesundheit Deines Pferdes langfristig erhältst. Du kannst anschließend individuelle Trainingspläne erstellen, Trainingsfortschritte dokumentieren, Leistungsdiagnostiken durchführen und passende Übungen gezielt in den Trainingsalltag integrieren. Außerdem geben Dir unsere Expert:innen wertvolle Tipps, wie Du Dein Pferd in Rehaphasen optimal unterstützen und sicher wieder antrainieren kannst – inklusive einiger Übungen für Deine eigene Fitness als Reiter:in.

*„Ein Pferd ohne Reiter ist immer ein Pferd. Ein Reiter ohne Pferd nur ein Mensch.“*  
L. E. C., S. J. (1909–1966)

## Perspektiven

Im **Modul „Anatomie & Physiologie“** erhältst Du fundiertes Wissen über den Aufbau und die Funktion des Pferdekörpers – die Basis für jedes gesunde Training. Du lernst, wie der Bewegungsapparat des Pferdes aufgebaut ist, welche Aufgaben Muskeln, Knochen und Gelenke übernehmen und wie Du typische Strukturen am Pferd ertasten kannst. Ergänzend erfährst Du, wie die wichtigsten Körpersysteme wie Herz, Lunge, Nerven- und Hormonsystem zusammenarbeiten – und welche Bedeutung das für Training und Belastung hat. Du bekommst ein Verständnis für typische Schwachstellen im Bewegungsapparat, häufige Verletzungen und deren Ursachen, damit Du frühzeitig erkennen und gezielt vorbeugen kannst.

Im **Modul „Pferdetraining – Schwerpunkt Kondition“** steht das praktische Training im Fokus: Du lernst, wie Du Trainingsprozesse professionell planst, steuerst und an die individuellen Bedürfnisse Deines Pferdes anpasst. Du bekommst ein tiefes Verständnis für die Trainingslehre, Biomechanik und Fütterung sowie für den gezielten Aufbau der fünf motorischen Hauptfähigkeiten – Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit und Koordination. Anhand konkreter Trainingsbeispiele aus verschiedenen Disziplinen entwickelst Du eigene Pläne und lernst, wie Du auch übergewichtige oder rekonvaleszente Pferde gesund und nachhaltig trainieren kannst. Zusätzlich erhältst Du praktische Tipps zur Reiterfitness, damit Du selbst fit bleibst – für ein starkes Team aus Pferd und Mensch.

Als Absolvent:in des Kurses **„Pferdetrainer:in – Schwerpunkt Kondition“** eröffnen sich Dir dadurch vielfältige Möglichkeiten, Deine Leidenschaft für Pferde auf ein neues, professionelles Niveau zu heben. Der Kurs richtet sich an erfahrene Pferdemenschen wie Dich, die ihr Wissen gezielt vertiefen und sich in Richtung gesundheitsorientiertes Training spezialisieren möchten.

Nach dem Kurs bist Du bestens vorbereitet, um im Freizeit- oder Sportbereich als spezialisierte:r Trainer:in tätig zu werden, Pferde gezielt aufzubauen, sie durch Rehabilitationsphasen zu begleiten oder beim Gewichtsmanagement fachkundig zu unterstützen. Auch wenn Du Dein eigenes Pferd betreust, hilft Dir das erworbene Wissen, Training bewusster, nachhaltiger und pferdegerechter zu gestalten – für mehr Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Freude an der gemeinsamen Entwicklung von Pferd und Mensch.



### **DAS SAGT DIE DOZENTIN**

**Katrin Obst, Pferdephysiotherapeutin und TV-Moderatorin:**

*„Leider kommt es bei unseren Pferden immer wieder zu verletzungsbedingten Pausen. Um Rezidiven vorzubeugen und das eigene und auch die Kundenpferde optimal in der Rekonvaleszenz zu unterstützen, haben wir das Thema ‚Rehabilitation‘ im Kurs Pferdetrainer:in mit dem Schwerpunkt Kondition ergänzt. Hier lernen die Teilnehmenden, was sie bereits bei Boxenruhe, zum Beispiel nach einer Operation, aber auch bei Sehnenschäden oder Atemwegsproblemen, unterstützend tun können. Ein Kurs für jeden Pferdemenschen, der möchte, dass sein Vierbeiner fit wird und bleibt.“*

## Lehrplan

| Ideal-verlauf  | Versand monat | Inhalte   | Prüfungs-leistung |
|--|---------------|---|-------------------|
| <b>Modul: Grundlagen Anatomie &amp; Physiologie</b>  |               |   |                   |
| 1  | 1             | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Anatomie (SH)</li> <li>▶ Anatomische Grundlagen (OV)</li> </ul>  | WT                |
| 2  | 2             | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Physiologie (SH)</li> <li>▶ Physiologische Zusammenhänge (OV)</li> <li>▶ Schwachstellen des Bewegungsapparates (W)*</li> </ul>   | WT                |
| <b>Modul: Pferdetraining – Schwerpunkt Kondition</b> |               |   |                   |
| 3  | 2             | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Trainings- &amp; Bewegungslehre (SH)</li> <li>▶ Prozess der Trainingsplanung (W)*</li> <li>▶ Der Bewegungsapparat des Pferdes (OV)</li> <li>▶ Professionelle Planung des Pferdetrainings (OV)</li> </ul>   | EA 1              |
| 4  | 2             | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Konditions- und Rehatraining (SH)</li> <li>▶ Die fünf Komponenten des Konditionstrainings (OV)</li> <li>▶ Beispiele von Trainingsplänen (OV)</li> <li>▶ Training von übergewichtigen Pferden (OV)</li> <li>▶ Trainingstipps für Reha-Pferde (OV)</li> <li>▶ Einfache und effektive Fitnessübungen für Reiter:innen (OV)</li> </ul> | EA 1              |
| 5  |               | <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Konditions- und Rehatraining (S)*</li> </ul>   |                   |

(OV = Online-Vorlesung; WT = Webtest; EA = Einsendearbeit; S = Seminar; SH = Studienheft; W = Webinar)

\* Es stehen Dir frei wählbare Termine im Online-Campus zur Verfügung.

## Studienhefte

Unsere speziell für das Selbststudium konzipierten Studienhefte kannst Du flexibel bearbeiten. Übungsaufgaben helfen, die Lerninhalte zu verinnerlichen. Lernkontrollfragen am Ende eines jeden Kapitels bieten Dir die Möglichkeit, Deinen Lernerfolg selbst zu überprüfen.

Deine Studienhefte erhältst Du gebündelt per Post sowie digital über den Online-Campus. So kannst Du jederzeit online darauf zugreifen und Dir Deine Lernzeit frei einteilen.

|  |  |
|--|--|
| <b>Studienheft 1</b><br><br><b>Anatomie</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Grundlagen der Anatomie</li> <li>▶ Anatomie des passiven Bewegungsapparates</li> <li>▶ Anatomie des aktiven Bewegungsapparates</li> </ul>  | <b>Studienheft 3</b><br><br><b>Trainings- und Bewegungslehre</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Trainingskonzeption</li> <li>▶ Trainingssteuerung</li> <li>▶ Biomechanik</li> <li>▶ Bewegungsanalyse</li> <li>▶ Fütterungsgrundlagen</li> </ul>   |
| <b>Studienheft 2</b><br><br><b>Physiologie</b><br>Aufbau und Funktion: <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ des Herz-Kreislauf-Systems</li> <li>▶ des Atmungsapparates</li> <li>▶ des Nervensystems</li> <li>▶ des Lymphsystems</li> <li>▶ des Hormonsystems u. v. m.</li> </ul> | <b>Studienheft 4</b><br><br><b>Konditions- und Rehatraining</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Motorische Grundfähigkeiten</li> <li>▶ Trainingsmethoden</li> <li>▶ Erstellung von Trainingsplänen</li> <li>▶ Trainingstipps für die Rehaphase</li> <li>▶ Grundlagen Gewichtsmanagement</li> </ul> |

## Online-Vorlesungen

Zusätzliche Themen werden im Rahmen von Online-Vorlesungen anschaulich erläutert. Diese stehen Dir als ca. 15-minütige Aufzeichnungen im Online-Campus jederzeit zur Verfügung.

|  |   |
|--|---|
| <b>Modul 1</b><br><br><b>Anatomische Grundlagen und Pyhsiologische Zusammenhänge z. B.</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Das Skelettsystem</li> <li>▶ Reflexe</li> <li>▶ Herz-Kreislaufsystem</li> <li>▶ Atmungsapparat</li> </ul> | <b>Modul 2</b><br><br><b>Pferdetraining – Schwerpunkt Kondition</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Der Bewegungsapparat des Pferdes</li> <li>▶ Die fünf Komponenten des Konditionstrainings</li> <li>▶ Beispiele von Trainingsplänen</li> <li>▶ Trainingstipps für Rehapferde</li> <li>▶ Training von übergewichtigen Pferden</li> <li>▶ Einfache und effektive Fitnessübungen für Reiter:innen</li> </ul> |
|--|---|

## Lehrveranstaltungen

Unsere Lehrveranstaltungen dienen der praktischen Anwendung, Vermittlung weiterführender Inhalte oder der gezielten Prüfungsvorbereitung. Sie werden von Dozent:innen mit fundiertem Fachwissen im jeweiligen Berufsfeld und langjähriger Erfahrung in der Erwachsenenbildung durchgeführt. Unser Ziel ist es, unseren Kursteilnehmer:innen ein interaktives und bereicherndes Lernerlebnis zu ermöglichen.

Der begleitende Unterricht umfasst ein mehrtägiges Seminar und zwei 60-minütige Webinare. Du kannst aus verschiedenen Terminen wählen und Dich bequem über Deinen Online-Campus anmelden.

### Seminar

**Seminar** (2-tägig, vor Ort und digital)

#### Konditions- und Rehatraining

- ▶ Erstellung von Trainingsplänen
- ▶ Erfolgskontrolle (Fittestest)
- ▶ Trainingsmethoden
- ▶ Maßnahmen aus der Physiotherapie
- ▶ Training des rekonvaleszenten Pferdes

### Webinare

**Webinar 1** (60 Minuten)

#### Die Schwachstellen des Bewegungsapparates

- ▶ Das Skelettsystem
- ▶ Weichteilgewebe
- ▶ Erkrankungen (Knochen, Muskeln, Sehnen)

**Webinar 2** (60 Minuten)

#### Prozess der Trainingsplanung

- ▶ Zielsetzung
- ▶ Erste Schritte der Trainingsplanung, -durchführung und -kontrolle

## Übungsmaterial

Übungsmaterialien unterstützen Dich spielerisch in Deinem Lernprozess. Über Deinen Online-Campus und die IST-App kannst Du darauf jederzeit zugreifen und diese bearbeiten.

### Webbasierte Trainings

In regelmäßigen Abständen können webbasierte Trainings zu einzelnen Studienheften bearbeitet werden. Mit diesem Tool lernst Du individuell, interaktiv und flexibel mit Bildern, informativen Videos, Animationen und direkten Rückmeldungen zu variabel gestellten Lernkontrollfragen. Du kannst so nicht nur Deinen Lernerfolg dokumentieren, sondern Dir auch die Wiederholung bereits gelernter Inhalte erleichtern.

### Quiz-Fragen

Mit einem Lern-Quiz kannst Du für viele Themenbereiche auch unterwegs Dein Wissen vertiefen und jederzeit Deinen Wissensstand überprüfen.

## Prüfungen

Alle innerhalb Deiner Weiterbildung zu absolvierenden digitalen Prüfungen sind in Deinem Online-Campus hinterlegt und können sofort nach Freischaltung absolviert werden. Voraussetzung für den Erhalt der Abschlussdokumente ist das erfolgreiche Bestehen einer Einsendearbeit und zwei Webtests.

### Einsendearbeiten

Einsendearbeiten sind digital in Textform zu bearbeitende Aufgaben, die zeit- und ortsunabhängig erledigt werden können.

#### Einsendearbeit

- ▶ Trainings- und Bewegungslehre
- ▶ Konditions- und Rehatraining

### Webtests

Webtests sind computergestützte Multiple-Choice-Tests. Sie können beliebig oft wiederholt werden.

#### Webtest 1

- ▶ Anatomie

#### Webtest 2

- ▶ Physiologie



## Abschluss

Nach erfolgreichem Abschluss Deiner Weiterbildung erhältst Du das IST-Zertifikat

### Pferdetrainer:in – Schwerpunkt Kondition

## Wir sind für Dich da!

Für alle fachlichen Fragen zu Deinen Studienmaterialien oder Seminarthemen steht Dir unser Beratungsteam für den Bereich **Sport & Management** zur Verfügung.

Du erreichst uns unter **+49 211 86668 0** oder per Mail an [sport@ist.de](mailto:sport@ist.de).

## Und nach Deiner Weiterbildung?

**IST-Jobbörse:** [www.joborama.de](http://www.joborama.de)

- Finde Deinen Traumjob in den IST-Branchen Sport, Fitness, Wellness, Gesundheit, Tourismus, Hotellerie, Gastronomie, Event, Medien und Kommunikation.

**IST-Newsletter:** Anmeldung unter [www.ist.de/news](http://www.ist.de/news)

- Erhalte einmal im Monat kostenfrei Branchen-News, Infos zu neuen IST-Angeboten, zu Messen und Kongressen sowie vergünstigte Eintrittspreise und Sonderkonditionen. Zudem stellen wir hier regelmäßig spannende Werdegänge erfolgreicher Absolvent:innen vor.

### IST-Aufbaumodule

- Spezialisiere Dich in Deinem Fachbereich: Erhalte als IST-Absolvent:in Zusatzqualifikationen zu attraktiven Sonderkonditionen wie verkürzte Studiendauer und/oder ermäßigte Preise.

### Treue-Rabatt

- Als Absolvent:in profitierst Du bei der Buchung weiterer IST-Bildungsangebote von reduzierten Studiengebühren.