

Woche	Smith und McIlwraith, 2012 ⁴ Aufbau bei Rennpferden mit Schäden an OBS	Kaneps, 2016 ⁵ allgemeiner Aufbauplan ohne Nennung von Rasse/Sehne	Pluim et al., 2018 ⁶ Aufbau bei Warmblutpferden mit Schäden an OBS, TBS und Fesselträger/-schenkel	Woche
1				1
2	• Boxenruhe	• Boxenruhe	• 20 Minuten Schritt auf hartem Boden	2
3		• 5 – 10 Minuten Schritt, 2 – 3x täglich		3
4	• 10 Minuten Schritt		• 20 Minuten Schritt auf weichem Boden	4
5				5
6	• 15 Minuten Schritt	• Boxenruhe oder kleiner Paddock		6
7		• 10 – 15 Minuten Schritt, 3 x täglich		7
8	• 20 Minuten Schritt		• 20 Minuten Schritt auf weichem Boden	8
9			• Trab: 2 Minuten und wöchentlich um 2 Minuten steigern	9
10	• 25 Minuten Schritt	• Boxenruhe oder kleiner Paddock		10
11		• Schritt wöchentlich um 5 Minuten steigern (weiterhin 3x täglich)	• unbegrenzt Schritt (mind. 20 Minuten)	11
12	• 30 Minuten Schritt		• Trab: weiterhin wöchentliche Steigerung um 2 Minuten	12
13	• 35 Minuten Schritt (Hinzunahme von Aquatraining möglich)	• Boxenruhe oder kleiner Paddock	• Galopp: 2 Minuten und wöchentlich um 2 Minuten steigern	13
14		• wenn lahmfrei und Verbesserung der US-Parameter: 20 – 25 Minuten täglich Schritt reiten, 30 Minuten täglich Schritt führen		14
15	• 40 Minuten Schritt		• unbegrenzt Schritt (mind. 20 Minuten)	15
16			• normale Arbeit im Trab und Galopp	16
17			• Steigerung durch Lektionen oder Sprünge bis hin zu voller Belastung	17
18	• 40 Minuten Schritt	• Boxenruhe oder kleiner Paddock		18
19	• 5 Minuten Trab	• 30 Minuten täglich Schritt reiten		19
20		• 3 – 5 Minuten Trab pro Woche		20
21				21
22	• 35 Minuten Schritt	• kleiner Paddock		22
23	• 10 Minuten Trab	• 30 Minuten täglich Schritt reiten		23
24		• 15 Minuten täglich Trab		24
25		• 3 Minuten täglich Galopp und ab Woche 23 3 – 5 Minuten täglich Galopp		25
26	• 30 Minuten Schritt	• bis zur vollständigen Erholung		26
27	• 15 Minuten Trab			27
28				28
29				29
30	• 25 Minuten Schritt			30
31	• 20 Minuten Trab			31
32				32
33				33
34				34
35				35
36	• 45 Minuten täglich Arbeit inkl. langsamem Galopp (Hinzunahme von Auslauf auf Paddock möglich)			36
37				37
38				38
39				39
40				40
41				41
42				42
43				43
44	• 45 Minuten täglich Arbeit inkl. hohem Tempo 3x pro Woche			44
45				45
46				46
47				47
48				48
49	• Rückkehr zu vollem Trainings-/Rennniveau			49
50				50
51				51
52				52