

Welches Training ist besser für die Energiespeicherung in der Muskulatur?

MERKE!

Längere und weniger intensive Belastungen wirkten positiv auf die im Muskel eingelagerte Glykogenmenge. Allerdings wurde dies erst messbar, nachdem die Pferde sich 9 Tage erholt hatten. Pferde, deren Ausdauer für den Erfolg im Wettkampf von großer Bedeutung ist, sollten sich also vor einem Wettkampf ausreichend erholen können.

Was wurde untersucht?

Die Wirkung des Trainings mit Belastungen unterschiedlicher Dauer und Intensität auf die Glykogengehalte in der Muskulatur von Pferden.

Womit und wie?

- 6 Haflinger. Sie wurden auf einem Laufband trainiert.
- Folgende Belastungen wurden 3x pro Woche je 6 Wochen lang absolviert: 25 Minuten bei v_4 , 45 Minuten bei $v_{1,5}$ oder 45 Minuten bei $v_{2,5}$.
- In 2 und 6 cm Tiefe wurden aus der Kruppenmuskulatur vor sowie 2 und 9 Tage nach den 6-wöchigen Trainingsperioden Proben entnommen.
- In den Muskelproben wurde Glykogen gemessen.

Ergebnis!

- In 2 cm Tiefe
 1. Keines der Trainingsprogramme hatte eine Wirkung.
- In 6 cm Tiefe
 1. Keines der Trainingsprogramme hatte eine Wirkung 2 Tage nach Ende der Trainingsperiode.
 2. Deutliche Zunahme 9 Tage nach Ende der Trainingsperiode wenn die Pferde mit Belastungen über 45 Minuten bei $v_{1,5}$ und $v_{2,5}$ beansprucht worden waren.

Eine Arbeit der:
Arbeitsgruppe Pferd



Die Arbeit wurde zusätzlich unterstützt durch:

- Haflingerhof Kieffer
- Höveler Spezialfutterwerke GmbH
- Boehringer Mannheim
- Institut für Klinische Biochemie, Universität Bonn
- Institut für Physiologische Chemie, Tierärztliche Hochschule Hannover
- Institut für Anatomie, Physiologie und Hygiene der Haustiere, Universität Bonn
- HODIBE Reitsport
- Sarstedt GmbH

Alle Ergebnisse finden Sie in:

Dissertation von Silke Kissenbeck (1999), Bonn: Einfluss eines Trainings auf den Glykogengehalt und den Glykogenverbrauch im M. gluteus medius von Pferden.