

# Ook paarden hebben b



Sportmassage bij dieren? Ja hoor, dat is heel goed mogelijk. Neem nou paarden: die hebben er zelfs bijzonder veel baat bij. Na één behandeling zie je al resultaat en de meeste paarden zijn na drie keer masseren van hun klachten af. "Paarden geven zich helemaal over en je ziet onmiddellijk een fysieke reactie van de spieren", vertelt docent paardenmassage Angelique Schreurs (38) uit Weert.

Angelique zit haar hele leven al in de paarden. Ze heeft zelf gereden (Z springen en Z dressuur), is instructrice, jurylid bij wedstrijden en ze fokt sportpaarden en -pony's. Met haar ex-man heeft ze een manege gehad en momenteel is ze de stuwende kracht achter de in Nederland toonaangevende organisatie Massage Hippique. Hier geeft ze cursussen sportmassage voor paarden. Het leven lacht haar toe - maar dat is niet altijd zo geweest. "Ik heb een tijd getobd met mijn gezondheid. Ik ben fibromyalgiepatiënt en heb van alles geprobeerd, totdat ik een keer met mijn klachten naar een sportmasseur ging. Eindelijk had ik het gevoel dat er wat positiefs gebeurde. Inmiddels kan ik goed letten op mijn balans van in- en ontspanning en ik ga nog steeds elke twee weken naar mijn sportmasseur. Ik dacht bij mezelf: als massage mij zo goed doet, dan moet het voor een paard - zo'n dier bestaat voor zestig procent uit spiermassa - toch ook plezierig zijn." Angelique heeft haar opleiding tot sportmasseur voor

paarden in de Verenigde Staten gevolgd, bij Mary Schreiber van Equissage in Round Hill, Virginia. Terug in Nederland nam ze haar eigen, oude en hoogdrachtige merrie onder handen. "Ze had overal last van. Ik dacht: als ik haar een goede oude dag kan geven, dan heb ik die



Angelique Schreurs masseert een 13-jarige sportpony (M1 dressuur en Z springen).

"Je hebt met paarden een veel grotere interactie dan met mensen. Bovendien is er meteen een directe fysieke reactie van de spieren."

# at bij massage

"Mensen staan altijd verbaasd over de reacties van paarden. Ik heb ook humane sportmasseurs en fysiotherapeuten tussen mijn cursisten zitten en die kijken hun ogen uit."

opleiding er al uit. Na twee keer masseren zag ik al een groot verschil. En ik niet alleen, ook de mensen die rondliepen in de manege waar ze stond, viel het op. Ze kwamen naar me toe en vroegen of ik hun paard ook wilde masseren. En zo is het balletje eigenlijk gaan rollen. Ik heb nu een massagepraktijk en geef cursussen."

## Het masseren van een paard

Wanneer Angelique een paard voor het eerst gaat behandelen, streeft ze ernaar binnen een week drie massages te geven, en dan na een week tussenpoos een vierde behandeling. "De eerste massage neemt ongeveer anderhalf uur in beslag. Ik benader een paard richting schouder, niet pal van voren. Ik leg mijn hand op de hals, en zorg dat zowel het paard als ik rustig dooradem. De meeste paarden zijn heel afwachtend. Meestal moeten de paarden wat doen als ze worden vastgepakt, maar bij mij hoeven ze niks en dat vinden ze gek. Vaak praat ik tegen het paard, dat gaat automatisch. Er is een soort energie-uitwisseling. Mijn intentie is om het paard te helpen en dat probeer ik duidelijk te maken. Ik begin de massage bij het hoofd en de hals. Hoe paarden dan reageren, is verschillend. Dat ligt aan het karakter en de omstandigheden. Als het een dominant dier is, zegt het 'ga weg', door te bewegen en te happen. Wanneer het een introvert dier is, negeert het

me. Maar als ik ze al een keer heb gemasseerd, dan steken ze hun neus al uit de stal als ik eraan kom. Zodra je in de box komt, doen ze hun hoofd naar beneden: 'begin maar', betekent dat. Ik heb een keer een agressieve merrie behandeld die spierbevangen was, zo'n dier is van beton. Van voor tot achter complete verzuring. De eerste keer vloog ze me aan. Maar toen ik voor de derde keer kwam, liet ze haar hoofd zakken zodra ze me zag.

"Stresspaarden kunnen kalmeren door massage. De ontspanning is zo totaal, dat het een blijvend effect heeft."

Er liep op dat moment een meisje in het gangpad van de stal die van pure verbazing de kruiwagen uit haar handen liet vallen. Letterlijk."

## Altijd een veiligheidshand

Waar je met mensen gewoon ontspannen je gang kunt gaan, moet je bij dieren toch altijd bedacht zijn op onverwachte bewegingen. Angelique masseert over het algemeen met één hand. "Ik gebruik één massagehand en één veiligheidshand. Als ik het hoofd masseer hou ik de veiligheidshand aan het halster, bij de rug hou ik een



"Een paard ligt niet en geeft zich helemaal over. Ze doen hun ogen halfdicht, draaien om je heen, doen een stapje opzij of naar je toe, gaan smekken met de mond en sommige gaan kwijlen of gapen."



"In de internationale paardensportwereld houden mensen elkaars paarden scherp in de gaten. Als ze zien dat een paard met problemen opeens veel beter gaat presteren door mijn massages, dan is dat voor mij een leuke opsteker."

hand op de knie en verder leg ik altijd een hand op de schouder. Zodoende voel je het aankomen als ze naar je uithalen. Je moet ook nooit op een krukje of iets dergelijks staan, dat is te gevaarlijk. Je moet altijd mee kunnen lopen en meedraaien met het paard."

### Paarden liegen niet

Angelique doet veel met directe druk. "Compressie en percussie. De meeste paarden vinden dat prettig en dat laten ze merken ook. Mensen staan altijd verbaasd over de reacties van paarden. Ik heb ook humane sport-masseurs en fysiotherapeuten tussen mijn cursisten zitten en die kijken hun ogen uit. Je hebt namelijk met paarden een veel grotere interactie dan met mensen. Bovendien is er meteen een directe fysieke reactie van de spieren. Als je bijvoorbeeld de bilpartij doet en je bent klaar met de ene helft, dan is die helft ontspannen, de andere helft niet. Dan staat het paard dus scheef. Heel grappig. Een paard liegt niet en geeft zich helemaal over. Ze doen hun ogen halfdicht, draaien om je heen, doen een stapje opzij of naar je toe, gaan smekken met de mond en sommige gaan kwijlen of gaperen. Er wordt gezegd dat paarden niet kunnen boeren – nou, ik maak het wel degelijk mee dat paarden aan het boeren slaan." Doorgaans is er na één behandeling al resultaat te zien bij het paard. "Als er geen verschil is, dan moet je het paard doorverwijzen naar de dierenarts, tandarts, hoef-smid of chiropractor. Normaal gesproken masseer ik een paard drie keer in één week en dan is het klaar. Ik masseer altijd het hele lichaam, niet een enkele spier-groep. Soms heeft een paard al twee jaar ergens last van voordat hij het laat zien. En in die tussentijd kan het heel ergens anders tot uiting komen, want paarden zijn meesters in het compenseren. Voor mij is het dan de kunst om de oorspronkelijke klacht te vinden. Als ik klaar ben, geef ik eigenaren wel tips voor bepaalde oefeningen, of ik laat ze zien hoe ze een bepaald plekje kunnen masseren."

### Sportmassage brengt balans

Het liefst heeft Angelique paarden in onderhoud. "Dan kun je blessures voorkomen en zorgen dat het paard lekker in zijn vel zit." Maar het ligt aan de portemonnee van de eigenaar. "Er zijn professionele springpaarden die ik wekelijks behandel, maar dat is voor het doorsnee manegepaard natuurlijk niet weggelegd." Een goede massage zorgt voor een goede balans. "Goede springpaarden willen soms te veel: die overspringen zichzelf en gaan te hoog. Ze moeten terug in balans. Stress-



Catpaw pectoralis is de het masseren tussen de pectoralis anterior en de biceps.

paarden kunnen kalmeren door massage. De ontspanning is zo totaal, dat het een blijvend effect heeft."

### In de kinderschoenen

In Nederland zijn momenteel gemiddeld vier paarden-sportmassieurs per provincie actief. "Niet al mijn cursisten gaan als ondernemer aan de slag. Velen doen het als liefhebberij. Sportmassage voor paarden staat wat dat betreft nog in de kinderschoenen. In landen als Duitsland, Amerika en Australië is het al veel meer gebruikelijk. Ik zorg ervoor dat ik altijd een paard als 'privé-project' onder handen heb. Zowel voor mijzelf om ervan te leren, als voor reclamedoelinden. In de internationale paardensportwereld houden mensen elkaars paarden namelijk scherp in de gaten. Als ze zien dat een paard met problemen opeens veel beter gaat presteren door mijn massages, dan is dat voor mij een leuke opsteker. Want er zijn nog steeds mensen, ook professionals, die paardenmassage zwerpig vinden klinken." ■

Meer weten over paardenmassage?

Kijk dan op [www.massagehippique.nl](http://www.massagehippique.nl).