



TIPPS ZUR TRAINERWAHL

Topf sucht Deckel

Der Außengalopp klappt noch nicht spannungsfrei? Eine Platzierung auf dem Turnier lässt noch auf sich warten? Dann ist es Zeit, sich auf die Suche nach kompetenter Unterstützung zu machen, damit man sich selbst verbessern kann. Wir geben wertvolle Tipps zur **Trainerwahl**



DER EXPERTE

MARKUS SCHARMANN



Zunächst absolvierte

der passionierte
Springreiter
seine Pferdewirt-
Ausbildung am
DOKR-Bundes-
leistungszentrum
in Warendorf, eine

Stensbeck-Plakette für
sehr gute Leistungen im Jahr
2001 krönte die Abschlussprü-
fung. Anschließend machte
Scharmanna ein Trainee-Pro-
gramm bei der Deutschen
Reiterlichen Vereinigung (FN)
als Nachwuchsführungskraft,
legte parallel 2004 seine
Meisterprüfung (Teilbereich
Reitausbildung) ab – wieder
mit Auszeichnung.

Weiterbildung war dem
Wissenschafts-Koordinator
der Abteilung Ausbildung und
Wissenschaft der FN schon im-
mer wichtig, darum studierte
er anschließend an der Trainer-
akademie des Deutschen
Olympischen Sportbundes in
Köln und legte 2008 die Prü-
fung zum Diplomtrainer Rei-
ten ab. Neben seinem Job bei
der FN betreibt der 42-Jährige
mit seiner Frau Janine einen
Pensions- und Ausbildungs-
stall und reitet aktiv Springen.
Seit Anfang des Jahres ist er im
Vorstand der Bundes-
vereinigung der Berufsreiter.

**Die Anweisungen so gestalten, dass der
Reiter im Sattel allein handlungsfähig ist
– das sollte das Ziel eines guten
Reitausbilders sein.**

Foto: Beelitz



Was der Lehrer erklärt, muss der Schüler verstehen. Falls nicht, muss er nachfragen dürfen!

Foto: www.toffi-images.de

Tipp 1: Stellen Sie den Trainer auf die Probe!

„Ich habe früher immer gelernt, dass ich den inneren Zügel annehmen soll. Warum heißt es jetzt, dass ich das Pferd sicher am äußeren Zügel führen soll?“
Unklarheiten treten auf in der Ausbildung, das kann passieren. Wichtig ist für Sie als Reitschüler, dass Sie nachvollziehen können, was Ihr Trainer Ihnen erklärt – dazu

kann auch gehören, dass er etwas richtig stellt, was Sie früher anders gelernt haben und für richtig hielten. Trauen Sie sich auf jeden Fall, bei Unklarheiten nachzufragen, und zwar so lange, bis Sie verstanden haben, was Sie tun sollen – und warum. Jeder Trainer setzt in Nuancen andere Schwerpunkte und es kann auch sein, dass er neue

oder Ihnen nicht so bekannte Wege geht, um ein Ziel zu erreichen. Wenn Verwirrung aufkommt über Anweisungen zur Hilfengebung und Einwirkung, wird Ihnen ein guter Trainer ein offenes Ohr schenken und Ihnen erklären, warum er die Dinge anders handhabt als Ihr voriger Trainer und mit Ihnen Lösungen finden!

Trainer als Turniercoach?

Auf einem Turnier herrscht ein anderes Umfeld als zu Hause: Das Pferd wurde im Anhänger dorthin gebracht, der Abreiteplatz ist womöglich deutlich voller als der heimische Reitplatz, die gesamte Situation des Aufwärmens und Vorbereitens kann anders sein als in der gewohnten Umgebung im Heimatstall.

Wenn es Ihre Intention ist, auf Turnieren erfolgreich zu sein, dann sollten Sie sich von Ihrem Trainer nicht nur zu Hause in der Ausführung der reiterlichen Anforderungen

unterstützen lassen. Es ist wichtig, dass Ihr Trainer auch auf dem Turnier sieht, wie Sie auf das veränderte Umfeld, auf den Leistungsdruck, auf die Turnieratmosphäre generell reagieren. Gestalten Sie die Lösungsphase auf dem Abreiteplatz genauso wie Sie es zu Hause tun? Sind Sie angespannter oder hoch konzentriert? Besprechen Sie sich mit Ihrem Trainer: Wann sollten Sie aufsitzen, welche Ziele in der Lösungsphase verfolgen, welche Lektionen nochmal reiten, wie viele Sprünge absolvieren vor

einem Parcours? Gutes Turniercoaching beinhaltet auch, dass hinterher eine Analyse erfolgt: Was lief gut, was nicht? Wo hat der Reiter gut agiert, wo hätte er sich anders verhalten müssen? Welches Fazit wird gezogen für den nächsten Turniereinsatz? Es kostet einen Trainer sehr viel Zeit, seinen Schüler aufs Turnier zu begleiten – aber je nach Zielsetzung des Schülers ist es immens wichtig, genau das zu tun. Last but not least: Auch die Turnierbegleitung muss bezahlt werden!



Längerfristig kann es sich lohnen, Trainingsziele schriftlich festzuhalten.

Tipp 2: Suchen Sie den "roten Faden"

Wer alle zwei Wochen eine halbe Stunde Unterricht reitet, kann von seinem Trainer keinen schriftlichen Trainingsplan erwarten – aber was immer möglich sein muss, ist das gemeinsame Entwickeln eines roten Fadens. Achten Sie darauf, wie Ihr Trainer so etwas mündlich mit Ihnen macht: Fragt er Sie nach Ihren Stärken und Schwächen, nach Ihren Erwartungen und Zielen? Wenn er Ihre Antworten zusammenfasst, tut er dies dann auf Basis der klassischen Reitlehre? Wichtig ist, dass nicht der Trainer die Perspektive formuliert, sondern dass er Sie darin unterstützt, diese zu entwickeln!

„Guter Reitunterricht zeichnet sich dadurch aus, dass der Schüler Selbstständigkeit in der Arbeit mit dem Pferd entwickelt.“

Markus Scharmann

Tipp 3: Ist Ihr Trainer ein Vorbild?

Wenn mein Trainer mir vermittelt, dass ich nach der Prüfung auf dem Turnier noch eine Cool-down-Phase einbauen sollte und er mich daran erinnert, dass ich auch bei sommerlichen 30 Grad mit Kappe reiten muss, dann ist es schon wichtig, dass er mir dies auch vorlebt und nicht mit zweierlei Maß misst. Wie handhabt er es selbst mit der Cool-down-Phase nach der Turnierprüfung? Reitet er selbst mit Kappe? Wer nicht vorlebt, was er von anderen verlangt, verliert Glaubwürdigkeit! Wenn Sie selbst für sich definieren: „Ich möchte so reiten können/ so kompetent mit Pferden umgehen wie mein Trainer“, dann ist Ihr Trainer Ihnen ein gutes Vorbild, dem Sie nahekommen werden.



Wer genau formuliert, was er möchte, hat die größten Chancen, dass seine Erwartungen erfüllt werden.

Tipp 4: Definieren Sie Ihre Erwartungen

Wenn Sie sich darüber im Klaren sind, warum Sie sich an einen bestimmten Trainer wenden oder was Sie genau wollen, dann sollten Sie Ihren Trainer darüber informieren. Wenn Sie einfach nur denken: „Ich will besser werden“, ist die Chance, aneinander vorbei zu reden, relativ groß – denn das Ziel, das Ihnen vorschwebt, ist viel zu unklar. Fragen Sie sich: Was möchte ich genau erreichen? Dass es mir gelingt, mein Pferd zuverlässig durchs Genick zu reiten?

Dass ich in der nächsten Saison den Sprung zum L-Springen schaffe? Dass ich in der A-Dressur eine Wertnote über 7,2 erreiche? Bringen Sie Ihre Wünsche in Einklang mit dem Aufwand, den Sie betreiben möchten: Reiten Sie jeden Tag? Möchten Sie täglich, einmal die Woche oder einmal im Monat unterrichtet werden? Lassen Sie sich hinsichtlich Ihrer persönlichen Ziele und dem dafür nötigen Aufwand von Ihrem Trainer beraten!



Das rechte Wort zur rechten Zeit bringt manchen Schüler richtig weit!

Foto: Schnell

Tipp 5: Wann sollte man den Trainer wechseln?

Grundsätzlich sollte man nicht gleich beim ersten Konflikt mit dem Trainer die Flinte ins Korn schmeißen. Denn, mal ehrlich: Am Ende ist es immer der Reiter selbst, der verantwortlich ist für seine Fort- oder Rückschritte. Sie selbst, nicht der Trainer! Dafür pauschal den Trainer verantwortlich zu machen, ist daher einfach nicht fair. Andererseits gibt es natürlich eine Reihe guter Gründe, sich neu zu orientieren: Etwa wenn die persönliche Beziehung nicht

mehr stimmt, wenn keine Weiterentwicklung zu erkennen ist, wenn Trainer oder Schüler sich derart in- und auswendig kennen, dass der Trainer eventuell sogar die Empfehlung gibt, auf die Suche nach neuen Impulsen zu gehen. Unter Umständen verlangt der Trainer von Ihnen aber auch Ausbildungsmethoden oder Verhaltensweisen, die Sie als nicht pferdefreundlich empfinden, oder sein Ton ist Ihnen zu hart. Dann sollten Sie weiter suchen!

Tipp 6: Die Frage nach der Kompetenz

Der Erfolg kann einem Trainer natürlich Recht geben – egal ob er kompetent ist oder nicht. Die Frage ist nur, welcher Erfolg wofür zu Rate gezogen wird. Wenn Ihr Trainer zum Beispiel selbst im Viereck oder im Parcours Wochenende für Wochenende mit diversen Pferden die goldenen Schleifen abräumt, ist er zweifellos ein hervorragender Prüfungsreiter. Damit beweist er seine Kompetenz, sich in Pferde hineinzufühlen. Ob er aber dies auch einem anderen Reiter vermitteln kann, steht auf einem anderen Blatt. Hierzu gehört nicht nur das Gefühl fürs Pferd, sondern auch das Einfühlungsvermögen in den Reitschüler. Ist der Trainer in der Lage, mit Stimme, Körpersprache, Bildern oder Metaphern zu erläutern, was Sie ändern müssen, um sich zu verbessern? Kann er Ihnen dies auch noch mit Fachkompetenz erklären?

Bedenken Sie: Der Praktiker weiß viel und kann viel, keine Frage. Aber Sie sind auf der sicheren Seite, wenn Sie zumindest wissen, welche Qualifikationen es gibt und wie lange man dafür arbeiten muss. So hat sich jeder Pferdewirt mit der Fachrichtung Klassische Reitausbildung drei Jahre lang täglich mit der Ausbildung von Pferd und Reiter beschäftigt und ist darin auch (staatlich anerkannt!) geprüft worden. Der Pferdewirtschaftsmeister hat noch mindestens zwei weitere Jahre Berufserfahrung, bevor er die Meisterprüfung absolviert. Ein Trainer C/B/A hat nebenberuflich Fertigkeiten und Kenntnisse des Unterrichts erworben und prüfen lassen. Viele andere nennen sich Coach oder Trainer oder Ausbilder – all das sind jedoch keine geschützten Begriffe und sie sagen nichts über die Qualifikation eines Ausbilders aus!

CHECKLISTE

Trainersuche – zentrale Fragen

- Vorbildfunktion?
- Fachlich kompetent?
- Passt er/sie zu mir?
- Bietet er/sie Perspektiven?
- Kann er/sie so erklären, dass ich es verstehe?
- Darf ich nachfragen?
- Holt er/sie mich dort ab wo ich bin?
- Motiviert er/sie mich?
- Mache ich (realistische) Fortschritte?

Tipp 8: Finden Sie heraus, was der Trainer für Sie bedeutet

Der ideale Trainer hat eine Menge Jobs – je nachdem, in welcher Situation Sie sich gerade befinden. Doch egal um welchen Job es im Detail geht, eines ist immer gleich: Seine Aufgabe ist es, Sie auf eine Weise zu begleiten, dass es Ihnen gelingt, das Beste aus sich selbst herauszuholen

– er sollte Hilfe zur Selbsthilfe leisten können.

Als Reitlehrer sollte er hierbei fachlich kompetent sein, als Trainer sollte er den Schüler bei der Planung seiner Reitstunde oder auch seiner Turniereinsätze unterstützen, als Coach den Schüler anleiten,

die richtigen Prioritäten zu setzen, als Organisator unterstützt er eventuell beim Turnier, und letztlich ist es auch seine Aufgabe, als „Übersetzer“ zwischen Pferd und Reiter immer wieder Denkanstöße für das eigene Handeln und Reiten zu geben.



Auf dem Turnier ist der Trainer oft weit mehr als „nur“ der kompetente Reitlehrer!

Tipp 7: Die Chemie muss stimmen

Wir treffen Entscheidungen mit dem Kopf und mit dem Bauch, und das ist gut so. Abgesehen von ganz sachlichen, messbaren Kriterien wie der Menge an Qualifikationen oder der Summe an Schülern, die zum Beispiel mehr Turniererfolge erzielt haben, seit sie bei einem bestimmten Trainer sind, gibt es das Bauchgefühl, auf das man hören sollte. Der Ausbilder, der Sie weiterbringen soll, muss also nicht nur fachlich kompetent, sondern auch menschlich mit Ihnen kompatibel sein. Hinterfragen Sie für sich ganz ehrlich, ob Sie sich in der Unterrichtssituation mit Ihrem Trainer wohlfühlen, ob es die Atmosphäre zulässt, dass Sie Fragen stellen, ob Sie auf eine Weise trainiert und kritisiert werden, die Sie als positiv und konstruktiv empfinden. Um dies herauszufinden, eignet sich eine Probestunde sehr gut, fragen Sie danach!



Dasselbe sehen und meinen: ein gutes Trainer-Schüler-Duo.

Foto: von Hardenberg

Foto: www.toffi-images.de