



Springausbildung – ein Thema, an das sich einige Ausbilderinnen und Ausbilder nicht herantrauen.

Foto: Toffi

JAHRESTAGUNG AMATEURAUSBILDER

Praktisches digital

Die Jahrestagung der Amateurausbilderinnen und Amateurausbilder musste Corona-bedingt zum zweiten Mal via Zoom stattfinden. Die Demonstrationen in der Reithalle fehlten, nichtsdestotrotz gab es viel Praktisches an die Hand

Silvia von Heereman machte den Anfang bei der digitalen Jahrestagung der DRFV-Fachgruppe Amateurausbilder. Die Vorsitzende verwies darauf, dass Corona erneut ein analoges Treffen verhindert habe, aber man das Beste daraus machen wolle. Und das taten die Referenten dann auch. Allen voran Martin Plewa. Sein Vortrag „Was den Reiter zum Pferdemenchen macht – zur Bedeutung der Wissensvermittlung rund ums Pferd“ machte einmal mehr deutlich, wie wichtig es ist, seine Schüler und Schülerinnen nicht nur im Sattel, sondern auch in der Stallgasse zu begleiten und anzuleiten. Ausbildung soll zu möglichst vielfältigen reiterlichen Kompetenzen und entsprechendem Wissen befähigen. Der Reitmeister sagte: „Die Klassische Reitlehre orientiert sich an der Natur des Pferdes und seinen Anlagen. Sie

berücksichtigt auch das natürliche Verhalten des Pferdes und fordert vom Reiter Verständnis für die Natur des Pferdes.“ Zu diesem Verständnis gehört u. a. dass Pferde trotz Zuchtselektion die Grundlagen eines Steppen-, Flucht- und Herdentiers behalten haben. Daher müsse jeder wissen, was artgerechte Haltung bedeutet, welche natürlichen Verhaltensweisen ein Pferd hat, wie man das Wohlbefinden des Pferdes beurteilen kann und wie die Kommunikation zwischen Mensch und Pferd funktioniert. Außerdem sollte man sich in der Anatomie des Pferdes, der Physiologie und in der Biomechanik auskennen.

„Wir betreiben Reitsport meist aus emotionalen Motiven heraus. Pferdelebe ist etwas ganz, ganz Tolles, allerdings reicht Liebe allein nicht aus. Ich muss wissen, was das Pferd

braucht und ich darf es vor allem nicht vermenschlichen. Der Mensch muss sich verpferdlichen. Und auf Schülerfragen muss ich als Ausbilder eine Antwort haben.“ Zu guter Letzt sprach Martin Plewa die Fluchtreaktion eines Pferdes an und verschiedene Situationen, die unter dem Sattel auftreten können, wenn ein Pferd unruhig oder phlegmatisch ist, es erschrickt, scheut, durchgeht oder steigt. Dem Reitmeister ist wichtig: „Ein Pferd hat NIE schuld! Ich muss mich immer fragen, was die Ursache ist und muss mich in das Pferd hineinversetzen. Ein Pferd nimmt mehr wahr von uns als wir denken.“ Beim Reiten lehren gehe es nicht nur darum, zu unterrichten, sondern auch darum, menschliche Qualitäten herauszuarbeiten und zu formen. Gutes Reiten erfordere Disziplin, Geduld, Verständnis, Wissen und Fairness.

Sportliche Reiter?

Aus der Sportpraxis über allgemeine Stärken und Defizite von Reitern und Reiterinnen: Sie haben meist starke Rückenmuskeln, während der Bauch nur mäßig ausgeprägt ist. Manchmal zeigt sich der Links-Rechts-Vergleich nicht symmetrisch. Beides führt zu einem funktionalen Ungleichgewicht des Rumpfes. Die Beinmuskulatur ist meist im Gesamten wenig stark. Zusätzlich ist die Rück- und Innenseite im Vergleich zu Vorder- und Außenseite deutlich stärker. Im Bereich Becken und Schulter sind Statikprobleme zu beobachten. Koordination und Ausdauer zeigen sich dagegen sehr unterschiedlich.



Reiterinnen und Reiter sollten Ausgleichssport machen.

Foto: Jean Toffi



Wichtig: sich mit dem Pferd auseinandersetzen – nicht nur unter dem Sattel.

Foto: galoppfoto.de

Referentin Monika Schnepfer machte den Ausbildern und Ausbilderinnen Mut, sich an die Springausbildung heranzuwagen. „Im Bereich Springausbildung herrscht doch noch viel Unsicherheit“, so die Turnierrichterin. „Misserfolg ist im Springen unglaublich messbar und transparent für Reiter, Ausbilder und Zuschauer. In der Dressur dagegen weniger offensichtlich, nicht so messbar und so nachhaltig. Deshalb wagen sich Ausbilder nicht so gern ans Springen.“ Mit „Die Distanz bewahren“ war ihr Vortrag betitelt. „Es geht aber ausnahmsweise nicht um Corona, sondern um Distanzen im Springsport. Um Einfluss auf eine Absprungdistanz zu nehmen, muss der Reiter ein gewisses Maß an Einwirkung haben. Deshalb müssen wir ihm früh genug klarmachen, dass er bestimmte Voraussetzungen erfüllen muss. Denn als Reiter bin ich erst einmal Pferdefreund, aber ich bin auch Sportler. Und umso geschmeidiger und sportlicher ich bin, umso geschmeidiger kann sich das Pferd bewegen.“ Angefangen bei einem im Gleichgewicht befindenden, geschmeidigen Sitz mit Federkraft. Es gehe darum, eine Bewegungsvorstellung zu vermitteln. Der Grundsatz für eine gelungene Distanz zum Sprung: früh genug vorbereiten. „Wenn das Pferd geschlossen am Sprung ankommt, ist es nicht wichtig, ob es 20 Zentimeter früher oder später abdrückt. Denn im Prinzip geht es nicht darum, jeden Sprung passend zu reiten, sondern mit dem Körper die richtige Antwort zu finden. Für die Pferde ist es ein Segen, wenn der Reiter ihm eine Chance gibt, zu reagieren. Und durch die richtige

Ausbildung werden Pferde geschmeidiger, sportlicher, ausbalancierter – das ist praktizierter Tierschutz. Da sind wir als Ausbilder und Ausbilderinnen auch maßgeblich beteiligt.“

Fit in den Sattel

An den Sportgedanken knüpfte dann auch der letzte Vortrag an von Christina Fercher, Diplom Sportwissenschaftlerin am Olympiastützpunkt in Warendorf. Sie sprach zu den physiologischen Anforderungen des Dressurreitens und welche Herausforderung das für Trainerinnen und Trainer bedeutet. Es ging um den Reiter, der seinen Körper als Sprachrohr zum Pferd nutzt. „Reiten ist eine hochgradig koordinative Sportart.“ Für das Training im Sattel braucht man Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer sowie mentale Fähigkeiten. Der kognitive Bereich, also die Informationsverarbeitung, ist ein Thema, das mehr und mehr in den Fokus der Sportwissenschaft rückt. Beobachtet wurde, dass bei Reiterinnen und Reitern die Herzfrequenz während eines Rittes relativ hoch ist in Bezug zur körperlichen Anstrengung. Ähnlich wie bei der Formel 1, beim Bobfahren und beim Schießen. „Möglicherweise sind die kognitiven Prozesse dafür verantwortlich“, so Christina Fercher. „Ein Reiter ist im Sattel in einem ständigen Prozess der Informationsverarbeitung. Er muss permanent Entscheidungen treffen: Wo wende ich ab, wann treibe ich wie viel, wie dosiere ich meine Zügelhilfe, welche Lektion folgt als nächstes... Das wollen wir uns genauer anschauen.“

Pläne für 2022

Die Fachgruppe Amateurausbilder strebt eine Kooperation mit dem Verein Xenophon an.

Die von Angela Turck initiierte Web-Seminarreihe „Hippo virtuell“ wird fortgeführt, im acht Wochen-Rhythmus, beginnend im April. Weitere Infos folgen.

Die Weiterbildung der Trainer soll weiterhin im Fokus bleiben.

Die Sportwissenschaftlerin bezeichnete den in allen Bereichen herrschenden Bewegungsmangel als „Epidemie des 21. Jahrhunderts“ und führte Übergewicht bei Kindern, fehlende motorische Fähigkeiten, fehlendes Körpergefühl, Haltungsschwächen sowie soziale, emotionale und kognitive Störungen als generelle Problemstellungen auf. „Körperliche Fitness ist die Grundlage für gutes Reiten – ganz unabhängig des Leitungsniveaus! Und ich finde der Reiter ist es dem Pferd schuldig, sein Bestes zu geben. Deswegen sollte man sich auch als Ausbilder dem Bereich der Athletik öffnen, sich den Schüler auch einmal am Boden anschauen, seine Körperhaltung, seine Bewegungen. Vielleicht findet man körperliche Voraussetzungen als Ursache für Probleme im Sattel und kann darauf eingehen. Und man muss die Thematik ansprechen. Mit Ausgleichssport kann ich an vielen Stellschrauben drehen. Und die gute Nachricht ist: Bei den Reitern steckt darin noch unheimlich viel Potenzial!“

Laura Becker