

Kurs mit Renate Elberich vom 7. - 8. April 2018

Bereits am Freitagabend ging es für interessierte Reiterinnen los mit einem Theorieblock über die drei Grundgangarten Schritt - Trab - Galopp. Dr. med. vet. Anita Schade verlangte von uns aktives Mitdenken betreffend Takt, Biomechanik und Fussfolge der einzelnen Grundgangarten - was uns teilweise recht herausforderte. Alle waren sich einig, dass z.B. guten Schritt zu reiten sehr schwierig ist und darum auch eher vernachlässigt wird. Taktstörungen und fehlende Losgelassenheit können daraus resultieren. Wichtig sind die richtig treibenden Hilfen, eine mitgehende Zügelführung und den klaren Viertakt zu erfüllen. Gute Schrittarbeit kann man gut im Gelände trainieren. Aufgrund der unterschiedlichen Böden sowie dem Auf und Ab der Wege, muss das Pferd seine Körperhaltung immer wieder anpassen und mit Tempiwechseln und Übergängen kann ich den Schritt zusätzlich schulen.

Am nächsten Tag übten wir das passende Tempo und Schwung unserer Pferde in den einzelnen Grundgangarten bewusst wahrzunehmen und diesen auch zu verlängern bzw. zu verkürzen. Man merkte einmal mehr, dass Reiten eine sehr koordinative Sportart ist, bei der ein leichtes und harmonisches Zusammenspiel zwischen Reiter und Pferd im Vordergrund steht.

Am Ende des Tages konnten wir uns mit verschiedensten Hilfsmitteln und Übungen herrlich entspannen und auch die Lachmuskeln wurden noch einmal intensiv trainiert ;-)

Der Sonntagvormittag stand dann im Zeichen der Franklin-Bälle. Beim Reiten spielen Bewegungsgefühl und Körperbewusstsein eine zentrale Rolle. Um mit dem Pferd in einen harmonischen Dialog zu treten, ist der korrekte Reitersitz unerlässlich. Denn nur aus einem ausbalancierten und losgelassenen Sitz heraus kann der Reiter effektiv und schonend auf das Pferd einwirken. Für einen effektiven Reitersitz spielen unter anderem Elastizität der Muskeln, Mobilität der Gelenke und Gleichgewichtsfähigkeit eine zentrale Rolle. Dafür sind die Franklin-Bälle hervorragend geeignet. So nun optimal vorbereitet, wagten sich die ersten ans Kruppeherein-Reiten - eine super Übung, um Biegung, Hankenbeugung und Lastaufnahme des inneren Hinterbeins zu trainieren. Da das äussere Hinterbein verstärkt untertreten muss, wird es gedehnt und die Lende gymnastiziert. Dies wiederum bringt uns später eine bessere Tragkraft und somit mehr Schwung für unser Pferd.

Am Nachmittag konnte jedes Paar an seinen eigenen Themen weiterarbeiten. Renate verstand es mit ihrem Einfühlungsvermögen und ihrer Erfahrungen jede Teilnehmerin und deren Pferde zu fordern und zu fördern. Wohl für die meisten fühlte sich das Reiten nun leichter und entspannter an - ein herrliches Gefühl!

Wer wollte, konnte anschliessend sein Pferd noch durch Anita (TA mit Zusatzausbildung in Chiropraktik, Akupunktur und Dynamic Taping) behandeln lassen - ein Service, der von einigen genutzt wurde und die Pferde es dankten.

Renate ist eine äusserst erfahrene, professionelle und kompetente Trainerin mit einem grossem Herz für Pferd und Reiter. Wir, 8 Pferd-/Reiterpaare (weitere zwei Paare konnten wegen Verletzungen leider nicht teilnehmen - wir wünschen gute Besserung), konnten viel profitieren und danken für diese lehrreichen und tollen zwei Tage.