

Dressurlehrgang im Wurster Reitklub e.V. mit Silke Gärtner am 8. und 9. Januar 2010

Das sportliche Jahr 2010 startete im Wurster Reitklub mit einem Dressurlehrgang. Als Referentin konnte Frau Silke Gärtner gewonnen werden. Silke Gärtner, die die Trainer-A-Lizenz für Reiten und Voltigieren besitzt und als Diplom-Pädagogin die erzieherischen Vorzüge des Pferdes an der Universität Lüneburg lehrt, kommt schon zum wiederholten Male in den WRK. Frau Gärtner ist wissenschaftliche Mitarbeiterin der Universität Lüneburg und lehrt dort Reitpädagogik auf der Grundlage von Erkenntnissen der Bewegungslehre. Dabei spielen Fragen nach den Ursachen für Fehler immer eine große Rolle. Daher wurde im Anschluss des Dressurlehrgangs für Reiter, eine Fortbildung für Trainer veranstaltet, so dass alle mit neuem Schwung in das verbleibende Wintertraining starten können.



Beim Dressurlehrgang konnten Reiter des WRK aller Leistungsklassen ihre reiterlichen Fertigkeiten verbessern. Teilnehmer waren Christine Rüscher, Hanna Rüscher, Jonna Fenrich, Jannis Ehler, Katja Kocken-Fenrich, Silke Meiser, Hanna Kocken, Alina Sannwald, Laura Kocken, Madline Stegemann, Steffi Wehrmann, Lena Balz und Maxi Götz. Immer wieder angefangen bei der Grundlage des korrekten Sitzes, bis hin zur Verbesserung der Dressurlektionen.

Der Sitz bildet die Grundlage jeglicher Einwirkung beim Reiten. Daher ist es wichtig, dass die Trainer viel Wert auf eine gute Grundausbildung legen. Damit das gelingt und neue Ideen in das tägliche Training einfließen können, haben sich am Samstagabend viele Trainer des Wurster Reitklubs und auch einige Trainer aus umliegenden Reitvereinen zu einer Fortbildung zusammengefunden. Schwerpunkt der Fortbildung war der Sitz und Wege der Sitzkorrektur.

Häufig treten im Verlauf der reiterlichen Ausbildung gewisse Mängel und Schwächen insbesondere im Sitz auf. Damit ist letztendlich aber keine korrekte Hilfegebung mehr möglich. Daher kann das Pferd nicht mehr optimal vom Reiter gearbeitet werden, so dass in der Folge auch beim Pferd Mängel zum Beispiel im Takt, der Losgelassenheit, der Anlehnung oder in weiteren Punkten der Ausbildungsskala auftreten.

Nur durch entsprechende Korrekturen kann die Harmonie zwischen Reiter und Pferd wieder hergestellt werden. Diese Korrekturen können auch gut durch Übungen ohne Pferd z.B. mit Gymnastik



oder einem BALIMO geschehen. Der BALIMO ist der einzige patentierte Hocker, der seine Beweglichkeit direkt in der Sitzfläche hat. So einen BALIMO hat der WRK zu Weihnachten für seine Reiter und Trainer angeschafft. Anhand einer praktischen Demonstration konnten die Trainer sehen wie sich Gymnastik und Übungen auf den BALIMO direkt auf den reiterlichen Sitz auswirken.



Im Anschluss an einige theoretische Grundlagen ging es für die Trainer in die Dorumer Turnhalle, um die Übungen, die für den reiterlichen Sitz wichtig sind, kennen zu lernen.



Aufdehnen der Brustmuskulatur



Beckenkippen wie auf dem Pferderücken



Silke Gärtner (oben 1. von rechts), 4 freiwillige Reiter (unten und auf dem BALIMO) und die Trainer