



PARALLELE SCHWUNG



Ulrike Thiel, Spezialistin für Psychomotorik, sieht verblüffende Ähnlichkeiten zwischen Skiläufern und Reitpferden. Hier ihr kluger Blick über den Tellerand.

Als ich vor Jahren meine Skilehrer-Ausbildung machte, geschah etwas ähnliches, wie heute im Dressursport: Plötzlich hatte ein erfolgreicher österreichischer Trainer im Spitzensport die Idee, den gesamten Skilehrplan neu zu schreiben. Er hatte beobachtet, dass Kinder viel leichter Skifahren lernen als Erwachsene. Also übersetzte er diese Erkenntnis in eine Skischule für Erwachsene. Sein Plan war, den Lernprozess Erwachsener zu verkürzen und zu vereinfachen. Viel mehr Skifahrer könnten dann schneller ausgebildet werden – für den Fremdenverkehr eine interessante Idee. Man entschied unter dem Druck der Wirtschaft, diese Idee auch gegen die Kritik erfahrener Praktiker durchzusetzen. Einige Jahre wurden Skilehrer und Schüler in die sog. „Zwengerlhaltung“ gezwungen und mussten sich mit unnatürlicher Tiefentlastung abmühen, die bei kleinen Kindern sehr gut intuitiv funktioniert, nicht aber dem Bewegungsschema eines Erwachsenen entsprachen. Ich trainierte mühsam diese Art des Schifahrens gegen mein Körpergefühl, weil ich als Skilehrerin arbeiten wollte. Ich fühlte mich bei diesen erzwungenen Bewegungen nicht wohl und auch der methodische Aufbau funktionierte bei meinen Schülern nicht wie versprochen. Schon nach kurzer Zeit über-



Ulrike Thiel setzt sich für pferdegerechte Ausbildungsmethoden ein und versucht in Theorie und Praxis, diese Form der harmonischen Zusammenarbeit mit dem Pferd auszutragen und zu unterstützen. Sie wendet sich gegen Methoden wie zum Beispiel Hyperflexion.

lebte sich diese „Verirrung“ und die späteren Skilehrpläne kamen ohne „Zwengerlhaltung“ mit Beinahe-Bodenkontakt des Hinterteils aus. Man hatte erkannt, dass die bewährten Techniken in ihren verschiedenen Varianten – angepasst an das Gelände und das, was man erreichen wollte – gut genug waren und man Erwachsenen das Skifahren nicht auf Kinderart wie von selbst und noch viel besser beibringen konnte.

Nie gegen die Natur

Ein erwachsener Mensch verfügt über psychische und physische Fähigkeiten und anatomische Gegebenheiten, gegen die man nicht anarbeiten sollte.

So wie die Natur des Menschen seinen Ausbildungsweg als Skifahrer vorgibt, trifft das auch für das Pferd zu. Man kann die Natur nicht überlisten, ohne ihr zu schaden. Man kann nicht gegen das natürliche Körpergefühl arbeiten

und Lernschritte oder Übungsstufen überspringen. Man kann Muskel- und Konditionsaufbau nicht anders als durch systematische und langsame Erhöhung der Anforderungen bei sinnvollen Erholungspausen ohne Schaden für den zwei- und vierbeinigen Sportler betreiben. Selbst der noch so talentierte und körperlich gut veranlagte Sportler kann sich nicht erlauben, auf das tägliche – nicht übertriebene – aufbauende und abwechslungsreiche Grundtraining zu verzichten, wenn er gesund bleiben und mit Freude Leistungen bringen will, ohne dass es in Quälerei oder Selbstbeschädigung ausartet.

Genau das aber passiert im Moment im Pferdesport. Die Tatsache, dass die Zucht uns immer bessere Pferde beschert, führt dazu, dass Reiter glauben, ihren eigenen Lernprozess durch den Kauf eines guten Pferdes abkürzen oder ganz einsparen zu können.

Ebenso verleitet eine ausgeprägte Front des Pferdes dazu, nicht mehr gezielt an der Hankenbeugung zu arbeiten. Man versucht mit Pferden, die bergauf gebaut sind und über gute Bewegungen verfügen, praktisch vom Idiotenhügel gleich auf die schwarze Piste zu gehen. Beim Skifahren würde sich das relativ schnell dadurch lösen, dass der größenwahnsinnige Skifahrer es nicht heil bis ins Tal schafft.

Falsch trainiert

Im Reitsport ist das Pferd gezwungen, sich durch unnatürliche schädliche körperliche Kompensation der mangelnden Kondition in Bewegungsmechanismen zu flüchten, die ihm kurz- und langfristig schaden, körperlich und geistig. Ebenso werden unzulängliche Bewegungsmuster – siehe „Zwengerlhaltung“ – in das Training integriert, mit der Idee, dass etwa extremes Verbiegen des Halses oder Aufrollen desselben als Form von Stretching den Trainingseffekt verbessern und die Trainingszeit verkürzen könne. Man unterscheidet plötzlich zwischen Trainingshaltung und Turnierhaltung, wobei die Trainingshaltung nicht den Richtlinien der Turnierhaltung entspricht. Das würde bedeuten, dass man beim Skifahren im Trainingslalom völlig andere Bewegungstechniken einsetzen müsste als im Wettbewerb, was natürlich nicht geschieht.



VIELSEITIGE EXPERTIN

Ulrike Thiel wurde in Österreich geboren, wo sie Psychologie, Völkerkunde und Ethologie studierte, als Psychologin promovierte und sich zur klinischen Psychologin und Psychotherapeutin ausbildete. Vor allem vertiefte sie sich in die Lernmöglichkeiten und die Psychomotorik des Menschen. Als Sportlerin in mehreren Disziplinen und diplomierte Sportlehrerin setzte sie ihren wissenschaftlichen Hintergrund in die Praxis um. Mit dem Pferdevirus schon sehr früh infiziert, versuchte sie sich in vielen Reitsport-Disziplinen und lernte Pferde immer besser kennen und schätzen. Bei ihrem wissenschaftlichen Hintergrund bedeutete dies, dass sie sich systematisch in das Wesen der Pferde vertiefen und es verstehen wollte. Sie ritt in ihrer Studentenzzeit viele sog. „schwierige Pferde“ und entdeckte, dass diese Pferde alles andere als schwierig waren, sondern dass sie die ungeliebte, unsachgemäße Arbeit mit nicht sehr einfühlsamen Reitern zur Verzweiflung gebracht hatte.

NEU zur EQUITANA



Ulrike Thiel
Geritten werden
240 Seiten, 325 Farbfotos,
84 Farb-Illustrationen,
29,95 Euro,
ISBN 978-3-440-11368-4.
Erscheint im März im
Kosmos Verlag, Stuttgart.