

# HippoCampus Buchrezension

Von Dr.Ulrike Thiel

Buch: Christin Krischke :

***Du entscheidest!:***  
***Reiten mit gutem Gewissen***  
***10. Oktober 2015***

Ich habe es mir (leider )  
gekauft, das Buch von Frau  
Krischke.

Ich habe es gemacht, weil ich  
genau gelesen haben möchte,  
wie sie was erklärt um dann  
auch zu Zitaten Stellung  
nehmen zu können, die ich  
bisher nur von ihr gehört,  
aber noch nicht im ganzen  
Zusammenhang gelesen hatte.

Bevor ich inhaltlich auf einige  
Punkte eingehe, gebe ich mal  
an, was mir als neuer  
Buchbesitzer so erst mal in  
den Sinn kam beim ersten

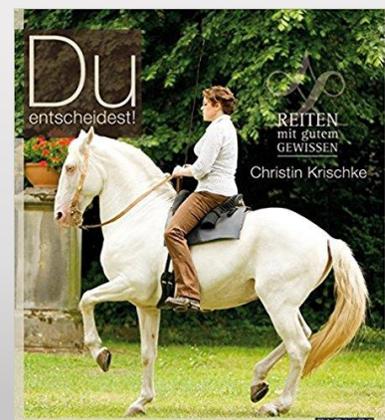
Durchblättern:

Es beginnt damit, dass man  
das Buch durchblättert und  
nahezu alle großformatigen  
Fotos eigentlich überhaupt  
nichts zum Text hinzufügen,  
da es sich beinahe  
ausnahmslos um  
Fotoshooting- Fotos von  
Pferden mit Reitern in  
historischen Kostümen oder  
posierenden Menschen in  
historischen Kostümen mit  
anderen Tieren handelt,  
Diese sind zwar in der  
Farbkombination und  
fototechnisch ziemlich gut

*Man lese und  
staune*

•••

*„ich möchte Dich aus der  
Ohnmächtigkeit befreien, lieber  
Leser, Dich befähigen,  
eigenmächtig entscheiden und  
verantworten zu können, was  
Du mit Deinen Pferden tust.  
Eigenmächtig zu sein heißt  
ebenso, dass Du Dich  
entscheiden darfst, weiterhin in  
der Sportreitermühle mit zu  
wirken, in Kauf zu nehmend,  
welchen Preis Du und Dein  
Pferd zu zahlen haben  
werden.....“*



**Seite 184:** *„Wie Labsal muss es dem Pferd vorkommen, dass der  
Reiter im Vorwärts Abwärts die Hilfengebung im Maul minimiert,  
Ein Galeerensträfling war sicherlich auch zufrieden, wenn er nur  
rudern musste und ausnahmsweise nicht geschlagen wurde“ Und  
auf Seite 184 weiter unter dass im VA das Pferd sich jenseits der  
Handeinwirkung befände, was man ja genau im VA nicht  
möchte. Das Pferd soll ja mit Nase vor der Senkrechten  
Anlehnung NEHMEN.“*

gemacht , berichten aber eher von Selbstdarstellungsintentionen, als von dem im Text immer wieder erwähnten inneren Feuer Menschen zu Entscheidungen ihre Pferde betreffend bringen zu wollen. Möchte ich sowas haben, dann kaufe ich mir etwa einen historischen Reitkalender ☺ Schlecht ist allerdings das Titelbild retuschiert. Man sieht ziemlich gut dass ein Stückchen offenbar störendes Bäumlein weggenommen wurde ☺ Dazu fällt mir als Reiter auf, dass bei einigen Pferden die Sättel extrem weit vorne verschnallt sind, wodurch der Gurt leider die Bewegung des Vorderbeines und der Sattel die der Schulter stört. Wahrscheinlich verstehe ich das aber nicht, da ich keine „hippische Archeologie“ betrieben habe.

Wohl nenne ich eine größere Bibliothek historischer Werke und Literatur auch hippischer Provenienz mein eigen , und in so fern hat auch der historische Teil des Buches nichts Neues gebracht. Ich persönlich ziehe da die bei Olms erschienenen Fachbücher oder die historische Betrachtung der Reiterei von Sylvia Loch bei weitem vor.

Die Bildunterschriften sind leider so klein gedruckt, dass man sie in meinem Alter leider nur mit der Lupe lesen kann. Die Fußnoten leider auch mit der Lupe gar nicht. Aber wahrscheinlich bin ich in meinem Alter und mit inzwischen 48 Jahren Pferdeerfahrung auch nicht die angesprochene Zielgruppe, denn ich mag es eigentlich erstens nicht so gerne wenn mich jemand sofort mal mit Du anspricht, und dann sofort erklärt, ich wäre in meinen letzten Reiterjahren leider liebgewonnene aber schädlichen Konventionen aufgesessen und es wäre jetzt hochnötig an der Zeit mir diese Fehler ein zu gestehen, eine Kehrtwendung zu machen, damit ich meine Selbstachtung nicht verlieren müsste (???? !!!! ) Weiteres lese ich zu meinem neuerlichen Erstaunen weiter: *„ich möchte Dich aus der Ohnmächtigkeit befreien, lieber Leser, Dich befähigen, eigenmächtig entscheiden und verantworten zu können, was Du mit Deinen Pferden tust. Eigenmächtig zu sein heißt ebenso, dass Du Dich entscheiden darfst, weiterhin in der Sportreitermühle mit zu wirken, in Kauf zu nehmend, welchen Preis Du und Dein*

*Pferd zu zahlen haben werden.....“*

Eigentlich besteht da meinerseits nicht so viel Veränderungsbedarf Ich arbeite seit Jahren mit meinen eigenen Pferden, Schülern und deren Pferden nach sportphysiologischen Gesetzmäßigkeiten und Richtlinien wie Trainingslehre, Biomechanik, Psychomotorik, betreibe als selbst wie ich meine Pferdesport in pferdegerechter Weise. da ich auch als Sportlehrer lizenziert bin und mich als Psychomotoriker auch mit dem psychomotorischen Lernprozess von Pferd und Reiter beschäftigt habe. Ich kann sehen wann ein Pferd sich in Harmonie bewegt und sich dabei wohlfühlt, kann erkennen ob sich seine Bemuskelung entsprechend entwickelt, und bin in der Lage Pferd mit Freude an der Sache schonend als Reitpferd aus zu bilden . Meine Pferde werden alle in guter Gesundheit rund 30 Jahre und mehr alt, habe eine gute Bemuskelung, sind locker im Rücken und gut in Balance. Helfen nicht so erfahrenen Reitern ihren Sitz zu verbessern und ihren eigenen Pferden besser beim Finden

der Balance unter dem Reiter und deren körperlicher Ertüchtigung behilflich zu sein. Ich habe mehrere tausend Bücher und sehr viel historische und aktuelles aus dem hippischen Bereich in meiner Bibliothek und das Meiste auch gelesen, habe mich, was die Gesundheit, die Psyche, die Psychomotorik und Trainingslehre des Pferde eingearbeitet, unter anderem auch durch Erwerb mehrere Trainerlizenzen (für Pferd und Mensch) und habe gute Lehrer gehabt, und ich versuche auch laufend weiter zu lernen. Aber ich fühle mich bei dem, was ich mache absolut nicht verunsichert, denn ich kann alles was ich mache begründen und sehe auch das Resultat dessen bei meinen eigenen Pferden und den Pferden meiner Schüler. Ich bin mein eigener größter Kritiker und hinterfrage immer wieder. Aber OHNMÄCHTIG fühle ich mich nicht. Weder auf dem Pferd noch nachher beim Evaluieren.

Also bei mir besteht daher eigentlich kein dringendes Bedürfnis die „Skala der Ausbildung“ in ihren Grundfesten zu erschüttern, da ich mit ihr selbst und auch

meine Pferde und Schüler mit ihr sehr gut gefahren sind.

Wenn ich dann einige Beispielbilder für den richtigen Sitz sehe, in denen die Reiter nicht im Lot und auch nicht über dem Schwerpunkt des Pferdes sitzen, kommen Zweifel darüber auf, ob das Zusammenspiel der Biomechanik von Mensch und Pferd richtig erfasst seien. Und dann lese ich, dass das Höhernehmen des Pferdekopfes (im Stand mit herausgestellter Hinterhand wohlgemerkt) den Widerrist des Pferdes zu heben in der Lage ist, und daraus konkludiert wird, dass jedes Absenken des Kopfes und damit ein Absenken des Widerristes das Reitergewicht verstärken und ungünstig auf das Pferd wirken würde, und daher weiters konkludiert wird, dass die Vorwärts Abwärts Dehnungshaltung so ungefähr das schlimmste wäre, was man seinem Pferd antun könnte.

Mit anderen Worten: Ein Pferd im Stillstand mit nach hinten hinausgesetzter Hinterhand wird allen Ernstes als Beispiel dafür genommen, die absolute Aufrichtung schön und die

Dehnungshaltung schlecht zu reden.

Etwas mehr Studium der sportphysiologischen Grundlagen vermisst man schließlich in dem Diskurs über die Rechtfertigung von ausschließlich versammelten Übungen beim Pferd und Verdammern von anderen Haltungen oder Trainingsbedingungen beim Reitpferd:

wenn etwa postuliert wird, dass auch im menschlichen Sport das Dehnen immer mehr in Verruf käme, weil dadurch die die Gelenke umgebenden Strukturen zu instabil würden, dann Frage ich mich schon ob jemand, der so etwas schreibt, die Wirkung der Dehnungshaltung in der Bewegung des Pferdes verstanden hat, ebenso ob er verstanden hat, dass man krafttrainierte Muskulatur nach dem Krafraining Dehnen und Lösen muss, da sie sich ansonsten bei der Volumenzunahme, die ja durchaus erwünscht ist, auch leider verkürzen würden, was der Beweglichkeit eher entgegenstehen würde.

Die Zweifel über die Kompetenz der Autorin verstärken sich dann noch,

denn offensichtlich wird die Dehnungshaltung mit ausschließlichem isolierten Stretchen eines oder einer bestimmten bestimmten Muskelgruppe in einen Topf geworfen, was sie ja als komplexe Bewegungsform nicht ist und auch nicht sein soll !!!!!

Das ist nur einer der Punkte die ich aus sportphysiologischer Sicht kritisiere, und die zu falschen Prämissen führen, die dann immer weitergesponnen werden und zu eigenartigen Konstrukten führen.

Würde vor etwa dem Laufen (Mensch) bei bestimmten Gelenken überstreckt (also die Verbindungen zum Gelenk überdehnt, dann kann es zu instabilen Gelenken kommen, Das ist aber nicht sinnvoll und wird daher auch im Allgemeinen nicht gemacht. Es wird der krafttrainierte Muskel (nach dem Training) isoliert gestreckt indem der oder die "Antipoden"

zusammengezogen werden. Muskel können außerdem nur sich zusammenziehen oder nicht. Bei einigen Muskeln und Muskelgruppen ist es auch sinnvoll vor dem Training zu stretchen. Etwa

beim Reiter die beiden inneren Oberschenkelmuskel. Bei der Dehnungshaltung allerdings geht es ja nun wirklich nicht nicht um isoliertes passives Stretching sondern ein Zusammenspiel von diversen Muskelgruppen mit anderen Strukturen in der Bewegung und „Dehnungshaltung“ heißt sie ja nur , weil das Pferd die Oberlinie in dieser Bewegung dehnen soll (genaugenommen: einige Muskelgruppen werden gedehnt, andere ziehen sich zusammen, um zu dehnen) um zum Gesamtergebnis, das gewünscht ist zu kommen. Zu diesem Gesamtergebnis gehört etwa ein Freispielen u.a. der Rückenmuskel . Um darauf aufbauend etwa dann später durchaus Krafttraining machen zu können, das hinwiederum durch danach Ausführen des VA zu einer Entspannung der dabei trainierten Muskulatur mit Abbau der Schadstoffe und damit auch zu besserer Regeneration führt.

Auch wird etwa mehrmals von der Ausführung nicht korrekten VA auf damit einhergehende Schäden des korrekt ausgeführte VA geschlossen was ja auch zu falschen Schlussfolgerungen

führen muss, weil ja – wie gesagt – die Prämisse nicht stimmt.

Bleiben wir bei derartigen Schlussfolgerungen etwa zu den „Messungen des Widerrists“: Wenn ich dann einige Beispielbilder für den richtigen Sitz in diesem Buch ansehe, in denen die Reiter nicht im Lot und auch nicht über dem Schwerpunkt des Pferdes sitzen, kommen Zweifel darüber auf, ob das Zusammenspiel der Biomechanik von Mensch und Pferd richtig erfasst wurde. Und dann lese ich da auch noch, dass das Höhernehmen des Pferdekopfes (im Stand mit herausgestellter Hinterhand wohl gemerkt- was absoluter Aufrichtung in der Bewegung bedeute würde) den Widerrist des Pferdes zu heben in der Lage ist, und daraus konkludiert wird, dass jedes Absenken des Kopfes und damit ein Absenken des Widerristes das Reitergewicht verstärken und ungünstig auf das Pferd wirken würde und daher weiter konkludiert wird, dass die Vorwärts Abwärts Dehnungshaltung so ungefähr das Schlimmste wäre, was man seinem Pferd antun könnte, dann ist diese Logik mir nicht zugänglich, da

erstens wieder mal die Prämisse nicht stimmt und ausserdem alle anderen Aspekte unterschiedlichster beteiligter Strukturen während der Bewegung nicht mit einbezogen werden. Damit beziehe ich mich auf die Seiten 182 -186

Auf Seite 189 sind Wirbelsäule und Widerrist leider nicht korrekt eingezeichnet.

Auf Seite 184: lese ich : *"Reiter lieben Vorwärts Abwärts weil es einfach zu erlernen weil kunstlos und grobmotorisch ist. ....Es biete eine forsche Ertüchtigung bei gleichzeitigem Komfort für den Reiter sowie es wären keine präzisen Hilfen dafür erforderlich."* ..... Nun, das VA

da, soviel zur Ertüchtigung. Und um richtiges schwingendes losgelassenen VA zu erzielen bei dem das Pferd die Rückenmuskulatur freispielen kann, sind sehr genaue gut dosierte Hilfen nötig. Erlernen des richtigen VA ist daher auch nicht so leicht. Beweist doch die häufig auch von der Autorin kritisierte falsche Ausführung, dass es offensichtlich nicht so einfach zu erlernen ist. Sie kritisiert dabei die *"mechanisch treibenden Schenkel, die das Pferd abstumpfen"*. Also die sollten beim korrekten VA eigentlich nicht so wirken, weil man dann kein korrektes VA erreichen kann und dann ja wohl überhaupt essentielles am Sitz wohl nicht stimmen

*minimiert, Ein Galeerensträfling war sicherlich auch zufrieden, wenn er nur rudern musste und ausnahmsweise nicht geschlagen wurde"* Und auf Seite 184 weiter unter sagen sie dass im VA das Pferd sich jenseits der Handeinwirkung befände, was man ja genau im VA nicht möchte. Das Pferd soll ja mit Nase vor der Senkrechten Anlehnung NEHMEN.

Und etwas polemisch finde ich den Satz auf Seite 184 schon: *"Wie Labsal muss es dem Pferd vorkommen, dass der Reiter im Vorwärts Abwärts die Hilfengebung im Maul minimiert, Ein Galeerensträfling war sicherlich auch zufrieden, wenn er nur rudern musste und ausnahmsweise nicht geschlagen wurde"* Und auf Seite 184 weiter unter sagen sie dass im VA das Pferd sich jenseits der Handeinwirkung befände, was man ja genau im

Auch behauptet Frau Krischke auf Seite 185 dass der Reiter sich beim VA nicht besonders konzentrieren müsse, und seinen Gedanken nachgehen könne oder ein Pläuschchen mit Gleichgesinnten halte könne. Meiner Erfahrung nach muss man sich aber beim VA genauso auf den Dialog mit

*Kann eine Reitweise, die vor 250 Jahren populär war, in die heutige Zeit transportiert werden? Wie sähen die Großmeister historischer Reitkunst wie Antoine de Pluvinel oder Francois Robichon de la Guérinière das Vorwärts-Abwärts ? Ist Reitsport überhaupt noch zeit- und tierschutzgemäß? Die Direktorin der Fürstlichen Hofreitschule in Bückeburg, Christin Krischke, beantwortet diese und viele andere interessante Fragen mit anekdotenreichem Fachwissen und räumt mit Vorurteilen und angestaubten Konventionen auf.*

Verlagsankündigung

vor allem beim jungen Pferd alles andere als komfortabel für den Reiter da er bei Erschrecken sicherlich leichter in Wohnungsnot kommt, was aber halt leider so ist. Die VA Dehnungshaltung ist ja nicht zur Förderung der Ausdauer

kann.

Und etwas polemisch finde ich den Satz auf Seite 184 schon: *"Wie Labsal muss es dem Pferd vorkommen, dass der Reiter im Vorwärts Abwärts die Hilfengebung im Maul*

dem Pferd konzentrieren, wie bei allen anderen "Übungen" und in allen anderen Phase einer Trainingseinheit auch. Eigentlich IMMER wenn man sich mit einem Pferd ernsthaft beschäftigt.

Die gute VA Dehnungshaltung zu erreichen, wohlgemerkt korrekt geritten, nicht auf die Vorhand, mit aktiver Hinterhand und nicht zu schnell, mit offener Ganasche und mit allen anderen Qualitätsmerkmalen, das dauert und gelingt im Lernprozess des Reiters nicht sofort, und er hat ein großes Aha-Erlebnis, wenn es denn endlich wirklich klappt.

Auf Seite 185 werde ich dann noch folgendermaßen angesprochen: *„es steht Dir frei.... Dich für das Vorwärts Abwärts zu entscheiden..... immerhin ist es einfach, hat einen sportlichen Ertüchtigungsfaktor und schult das Bewegungsmuster der großen Schritte (Raumgriff) die viele Reiter erstreben....“*

Nun, ich werde weiterhin mit Dehnungshaltung arbeiten und ich werde weiterhin meine Pferde sowohl im Raumgriff als auch in der Versammlung trainieren und das nach sportphysiologischen Richtlinien als auch der Skala der Ausbildung. Und ich

werde davon sicherlich nicht OHNMÄCHTIG werden und meine Pferde auch nicht. Ach ja, und ich werde weiterhin die Dehnungshaltung nutzen um am Ende des Trainings zu kontrollieren ob ich es denn auch richtig gemacht habe . Und sollte sich dann herausstellen, dass mein Pferd nicht in die Dehnung kommt und nicht schwingt, wie es das sollte, dann könnte es sein, dass ich vielleicht doch OHNMÄCHTIG werde, weil ich dann offensichtlich vorher schlecht bis sehr schlecht trainiert habe. ☺

#### *Über den Autor und weitere Mitwirkende*

*Christin Krischke kam 1966 in bescheidenen Verhältnissen in Berlin zur Welt und wuchs in einer Tierwelt aus Stadttauben, Nachbarskatzen, Sielmanns Tierfilmen und einem zwölfbändigen Brehms Tieratlas auf. Während des Abiturs verdiente sie sich Geld hinzu und begann im Norden Berlins das Westernreiten, was sie 1989 auf die Eagle Free Ranch im Kreis Nienburg bei Hannover zu ihrem zukünftigen Mann Wolfgang Krischke führte, dem damaligen Europameister im Junior-Cutting. Innerhalb eines Jahres stellte das junge Paar sein gesamtes Leben um und entfernte sich vom wettkampfgesteuerten Westernsport in Richtung einer alternativen Reitkunst , wie die erste gemeinsame Unternehmung 1990 hieß. Durch Zufall stießen sie bei einer Frankreichreise auf Berberpferde, die sie mit ihren Eigenschaften begeisterten und das Interesse an der Historie weckten. Bis heute setzt sich Christin Krischke als internationale RichterIn für Berberpferde für den Erhalt dieser seltenen Rasse ein. Aus der besonderen Kraft der Krischkes, sich immer wieder neu aufzustellen und zu definieren, entstanden in den folgenden Jahre viele Projekte und Initiativen, die historische Reiterei erlebbar machten und in ganz Europa aufgeführt wurden , wie auch das lebendige Pferdemuseum ein lange gehegter Traum, der sich Anfang 2004 in Bückeberg verwirklichte. Christin Krischke ist die Stimme der Fürstlichen Hofreitschule, als Moderatorin in den Vorführungen und Seminaren, oder*

*als Referentin und Korrespondentin außerhalb trägt sie die Erkenntnisse aus 25 Jahren Historienforschung und experimenteller Archäologie im Sattel und die Erfahrungen aus 11 Jahren Hofreitschulbetrieb in die Reiterwelt.*