

Ein paar Turnübungen und schon klappt es mit dem Reiten?

Wer das hört, wird schon ganz schön skeptisch. Kann das klappen? Ein bisschen auf dem Boden rumhopsen und schon wird alles besser?

Der Ankündigung „Bewegungslehre EM-Kurs mit Michael Rohrmann“ begegnet man erst einmal mit einiger Skepsis.

Was ist Bewegungslehre und was bitte ist EM?

Zum besseren Verständnis: EM ist die Abkürzung für Eckhard Meyners. Herr Meyners lehrt an der Universität Lüneburg Bewegungstheorie, Gesundheitstheorie, Reitpädagogik, Leichtathletik und Badminton.

Die Bewegungslehre beschreibt die Bewegungsabläufe im Sport und was dadurch im und mit dem Körper passiert.

In der Bewegungslehre nach Eckhard Meyners wird versucht, körperliche Schwächen und Mängel durch gezielte Gymnastik auszugleichen.

Am Freitagabend trafen sich 25 mehr oder minder skeptische Reiter, 20 davon aus unserem Verein, im Keller der Gaststätte Lemp, um sich von Michael Rohrmann (Ausbilder, Richter, Parcourchef, Bewegungstrainer EM) in die Grundlagen der Bewegungslehre und deren Bedeutung für das Reiten einführen zu lassen. Neben der Theorie standen auch einige praktische Übungen im Garten der Gaststätte auf dem Programm. Diese sorgten für große Heiterkeit nicht nur bei den Teilnehmern, sondern auch bei den sonstigen Besuchern der Gaststätte, die das Treiben belustigt betrachteten. Hier wurde allerdings schon die erste Überzeugungsarbeit geleistet, denn gerade die verspannte Schultermuskulatur ließ sich durch kleine Übungen schon merklich lockern. Später wurden die Lockerungsübungen noch durch Übungen zum Angaloppieren, Seitengänge etc. auf dem Balimo, einem Hocker mit beweglicher Sitzfläche, ergänzt.

Am Samstag und Sonntag ging es dann in die Umsetzung. Eine Matte wurde in der Reithalle ausgelegt, der Balimo aufgestellt und die insgesamt 14 Pferd/Reiterpaare betraten in $\frac{3}{4}$ Stundentakt die Halle. Es war toll zu sehen, wie sich die Paare in der Arbeit veränderten. Alle (Zuschauer und Reiter) konnten eine Veränderung spüren bzw. sehen. Michael Rohrmann erkannte sehr schnell die jeweiligen „Baustellen“ und hatte Ratschläge, sowohl reiterlicher wie auch gymnastischer Natur. Sehr gelungen war die Kombination der reiterlichen Tipps mit den Übungen am Boden. Eindrucksvoll war zu sehen, wie sich die Übungen am Boden und auf dem Pferd auf den Sitz der Reiter auswirkten. Durch die Übungen wurden Muskeln gelockert und neue Bewegungsabläufe eingeübt. Wichtig war nur, sich auf die Übungen auch einzulassen. Es kostete schon einige Überwindung, mit der Hand auf der Kruppe oder dem Kopf auf der Schulter abgelegt zu traben und zu galoppieren. Daraus entwickelte sich jedoch ein neues Gefühl für die Bewegungen des Pferdes und des eigenen Körpers mit der Konsequenz eines leichteren, gefühlvolleren und harmonischeren Sitzes.

Doch allen ist klar: Dies Wochenende kann nur eine Anregung sein. Die Arbeit geht jetzt weiter und Jeder hat seine Aufgabe(n) für die nächste Zeit mit auf den Weg bekommen.

Vielen Dank an Gisela Rehbock, die diesen Lehrgang organisiert hat und die uns dadurch eine ganze Menge an Anregungen beschert hat.

Vielen Dank auch an Michael Rohrmann der in einer angenehmen, entspannten und hoch konzentrierten Atmosphäre uns unsere Probleme aber auch deren Lösung näher gebracht hat.

Also wundert Euch nicht, falls immer mehr Reiter nun Ihre Runden in der Halle ziehen und neben bzw. auf Ihrem Pferd komische Verrenkungen ausführen. - Wir arbeiten nur an unserer Durchlässigkeit, um durch gefühlvolleres harmonischeres Reiten ein durchlässigeres und zufriedeneres Pferd zu haben.

Franziska Herzog