

Bericht zum Kurs „Raus aus der Trageerschöpfung - rein in die Bewegungsfreude“ mit Tine Hlauscheck

Raus aus dem Alltag und rein in einen zweitägigen Kurs mit der bekannten Pferdtrainerin Christine Hlauscheck hieß es am 10./11.06.23 für zahlreiche Mitglieder der Wanderreitvereins. Der Kurs fand in Bescheid statt und richtete sich sowohl an aktive TeilnehmerInnen mit Pferd als auch an interessierte ZuschauerInnen.

Christine Hlauscheck ist vielen sicher bereits durch ihr Kreis-Meister-Konzept, ihre Meistertrainer Ausbildung und zahlreiche Veröffentlichungen in Fachzeitschriften bekannt. Da ihr Terminkalender gut gefüllt ist, führt sie in diesem Jahr eigentlich keine Kurse durch. Umso mehr freute es die Mitglieder des Wanderreitvereins, dass sie für uns eine Ausnahme machte.

Zunächst gab Tine den Kursteilnehmern eine theoretische Einführung in das Thema „Trageerschöpfung“, auch „Trageermüdung“ oder „Topline-Syndrom“ genannt. Sie machte sogleich deutlich, dass es sich um ein durchaus sensibles Thema handelt und sie sich einen respektvollen und wertungsfreien Blick auf die vorgestellten Pferde wünscht. Sie erläuterte kurzweilig und verständlich den Aufbau und die Funktionen des Rumpfrageapparates und zeigte mögliche Ursachen für eine Trageerschöpfung auf. Dann gab sie erste Tipps für das Training raus aus der Trageschwäche. Hierfür sind zwei Aspekte besonders wichtig: die Oberlinie zu lösen und die Unterlinie zu kräftigen. Als Einstieg in die Arbeit mit dem Pferd eignen sich oftmals Abkauübungen und das Lösen des Unter- und Oberhalses.

Wie dies konkret in der Praxis aussehen kann, wurde im zweiten Kursteil deutlich. Hier stand zunächst die Überprüfung der sieben Pferde auf ihre körperlichen Voraussetzungen auf dem Programm. Positive Aspekte wurden dabei ebenso in den Blick genommen wie die „Problemzonen“, denn „Nobody is perfect“.

Tine gab hilfreiche Denkanstöße, ließ den KursteilnehmerInnen aber auch viel Raum, selbst ihre Einschätzung abzugeben und so den Blick fürs Pferd zu schulen. Ausgehend von den individuellen Voraussetzungen der vorgestellten Pferde gestaltete die Trainerin die sich anschließenden Trainingseinheiten. So arbeiteten einige TeilnehmerInnen mit ihren Pferden an Seitengängen, um die nötige Muskulatur für das Vorwärtstreten zu trainieren. Andere gymnastizierten ihre Pferde vom Sattel aus und bekamen Hinweise, wie ihre Pferde aktiver

werden oder Stellung und Biegung verbessert werden können. Dabei ist laut Tine keine Vorgehensweise in Stein gemeißelt. Vielmehr schlägt sie Übungen aus ihrem breit gefächerten Repertoire vor und lädt die Teilnehmerinnen ein, zu hinterfragen, ob sich durch deren Durchführung eine Verbesserung ergibt. Tines dynamisches, humorvolles Wesen und ihre wertschätzende Art des Unterrichts gaben den KursteilnehmerInnen ein durchweg gutes Gefühl. Tine stellte sich während des Kurses individuell auf jedes Reiterin-Pferd-Team ein und begleitete es mit ihrer vollen Aufmerksamkeit durch die Trainingseinheit. Sicherlich konnten sowohl aktive Teilnehmerinnen als auch ZuschauerInnen hilfreiche Tipps für das Training zuhause mitnehmen. Also runter vom Sofa und rein in die Gymnastikstunde mit euren Pferden. Sie werden es euch danken!

Und wir danken Tine ganz herzlich für den lehrreichen Kurs und Heide für die tolle Organisation!

Impressionen vom ersten Kurstag







|

Impressionen vom zweiten Kurstag







Text: Eva Roden

Fotos: Daniela Braun