

# 80 % Sitz, 15 % Schenkel, 5 % Hand

Mit neuen Impulsen für ihre Trainingsarbeit begeisterte der Springausbilder Alois Pollmann-Schweckhorst zehn Reiter des RV Sundern-Spexard in Gütersloh. Der Verein hatte den von R&P ausgeschriebenen Lehrgang mit dem Nationenpreisreiter aus Warstein gewonnen.



Die Verlosung dieses Lehrgangs war eine ganz tolle Sache und wir schätzen uns glücklich, dass wir Alois Pollmann-Schweckhorst bei uns in Spexard begrüßen durften – so begeistert äußerte sich Gina Bierfischer, die stellvertretende Sportwartin des RV Sundern-Spexard, nach Ende des zweitägigen Springlehrgangs.

## Mannschaftsreiten fördern

„Reiter & Pferde in Westfalen“ hatte in der April-Ausgabe gemeinsam mit Frank R. Henning von der Veranstaltungsagentur „Henning Reitevents“ den Lehrgang ausgelobt; Frank R. Henning ist seit Jahrzehnten bekannt als der Macher der renommierten Ausbildungsreihen „Alte Meister“ und „Reiter Forum“ mit hochkarätigen Ausbildern ([www.henning-reitevents.de](http://www.henning-reitevents.de)). Einer dieser Hochkaräter ist der Springreiter und Springausbilder Alois Pollmann-Schweckhorst, international erfolgreich und ehemals langjähriger Leiter des Warsteiner Reitsportzentrums.

Um den begehrten kostenfreien, zweitägigen Lehrgang hatten sich rund 30 Vereine beworben. Ausgelost worden war der RV Sundern-Spexard. Der Verein hat seine Heimat auf dem landwirtschaftlichen Betrieb der Familie Frenz in Gütersloh-Sundern. Markus Frenz ist gleichzeitig der Springtrainer der Vereinsreiter.

Ein großer Rasenturnierplatz à 45 x 90 m, ein Sandplatz à 50 x 60 m sowie eine Reithalle à 20 x 60 m inklusive Tribüne und Reiterstübchen stehen den

Aktiven zur Verfügung. Mannschaftsreiten wird beim RV Sundern-Spexard großgeschrieben: Seit Jahren nimmt jeweils ein Team am Mense-Cup, einer Mannschaftsprüfung mit mehreren Stationen im Kreis Gütersloh, teil.

In seiner Bewerbung berichtete der Verein, dass die einzelnen Reiter immer wieder tolle Ergebnisse und Platzierungen erreichen, aber die Teilnahme an Mannschaftswettbewerben meist nicht von Erfolgen gekrönt sei. Hieran wolle man gerne etwas ändern und erhoffe sich durch den Springlehrgang mit „Alo“ neue Impulse. Zudem gäbe es mehrere Reiter, die versuchen möchten, den Sprung in die nächsthöhere Prüfungsklasse zu schaffen. Diesen Ambitionierten wolle der Verein gerne helfen, zu Erfolgserlebnissen zu kommen. „Gerade die Jugendförderung und das sportliche Miteinander sind uns sehr wichtig“, schrieb Gina Bierfischer.

## Respekt, Gehorsam, Vertrauen

Scheinbar waren die Spexarder Reiter allein schon vom Gewinn des Lehrgangs beflügelt worden, denn just eine Woche vor dem Training am Wochenende des 25. und 26. Juni war auf ihrem Hof das Kreisturnier ausgetragen worden. Und hier hatte sich das Springteam den Kreistitel sichern können!

So motiviert nahmen insgesamt zehn jugendliche Reiter am Lehrgang teil. Der Parcours vom vorausgegangenen Turnierwochenende stand noch, musste aber am Lehrgangstag aufgrund des Dauerregens in die Halle

verlegt werden. Doch bevor es aufs Pferd ging, gab es eine Theorieeinheit von Alois Pollmann-Schweckhorst und seiner Partnerin Pia Scheffer, ebenfalls S-Springreiterin, die ihn unterstützte.

Harmonie, Balance, Rhythmus, nach vorne reiten, der Natur des Pferdes entgegenkommen, Übergänge reiten, mit Treiben und Abfangen die Hinterhand (Motor) des Pferdes unter den Schwerpunkt bringen, und dies alles auf eine leichte Weise – das waren einige Stichworte seines Vortrags.

„Euer Sitz und euer Schwerpunkt auf dem Pferd sind ganz wichtig.“, erläuterte er. „Was der Ball für den Seehund ist, ist der Reiter fürs Pferd: Euer Pferd versucht, euch zu tragen und auszubalancieren. Der Reiter muss sich bewusst darüber sein, wie viel Einfluss sein Schwerpunkt auf sein Pferd hat. Hilft ihm, kommt ihm entgegen, erspürt den richtigen Sitz mit dem richtigen Schwerpunkt. Wenn euer Pferd in Balance ist, geht es leicht nach vorne. Leitet auch Paraden mit dem Gewicht ein, dann erst folgt die Hand. Dabei lernt euer Pferd, gleich auf euer Gewicht zu reagieren. Wir wollen das Pferd gut unter uns haben, aber mit einer leichten Zügelverbindung. Versucht dahin zu kommen, was schon der alte Reitmeister Otto Lörke gesagt hat: ‚Einwirkung besteht zu 80 % aus Sitz, zu 15 % aus Schenkel und nur zu 5 % aus Hand! Wenn das Pferd eure Einwirkung ‚lesen lernt‘, kommt ihr dahin“, ermunterte der Ausbilder. „Und wie geht der Weg nach dort?“ fragten die Teilnehmer. „Es





Alois Pollmann-Schweckhorst und Partnerin Pia Scheffer (Mitte), Hausherr Markus Frenz (li. neben „Alo“), Vereinsvorsitzende Heike Großkathöfer (li. neben M. Frenz) und alle Lehrgangsteilnehmer.



Und Action! „Alo“ erklärt, die Reiter geben ihr Bestes!



Li.: Im Reiterstübchen vermittelten Alois Pollmann-Schweckhorst und Pia Scheffer in lockerer Atmosphäre wichtige Grundlagen zum Springreiten. Re.: Dann ging es in der Reithalle an die Praxis.



Fotos: Dr. J. Wiedemann



Der RV Sunden-Spexard ist auf dem Hof Frenz in Gütersloh-Spexard beheimatet.

beginnt mit der Kette Respekt, Gehorsam, Vertrauen“, lautete Alos Antwort. „Aus Respekt folgt Gehorsam und daraus wächst Vertrauen zum Reiter. Als Erstes muss euer Pferd eure Einwirkung respektieren und nicht ignorieren. Wenn es eure Einwirkung gehorsam befolgt, entsteht und wächst daraus sein Vertrauen. Dann habt ihr euer Pferd auf eurer Seite und es kämpft für euch.“

„Im täglichen Training ist das A und O das dressurmäßige Reiten“, erläuterte Alo seinen jungen Schülern weiter. „Für den Springreiter bedeutete das: ‚Parcoursreiten ohne Sprünge‘ – also das Reiten auf gebogenen Linien, Tempowechsel, Handwechsel. Dabei macht das

leichte, ausbalancierte Vorwärtsreiten 70 % der Trainingseinheit aus, und etwa 30 % bestehen aus dem Aufnehmen des Pferdes und dem Übergangereiten. Nicht mehr, denn sonst könnte man sein Pferd leicht sauer reiten! Dieses Verhältnis 70 % zu 30 % spiegelt ja auch in etwa eine Prüfung im Parcours wider: Diese ist auch zu 70 % fließend vorwärts reiten und zu 30 %, wenn die Sprünge kommen, aufnehmen.“

Motiviert sattelten nach der Theorie die zehn Reiter ihre Pferde. In drei Gruppen aufgeteilt ritten Birte Riedel, Lukas Quance, Annika Telocka, Maria Marek, Nadine Gödde, Lena Langnickel, Svenja Großkathöfer, Maximilian Kolle

und Evelyn Busch. Alle waren schon Prüfungen geritten, das Niveau reichte von E bis M. Steilsprünge, Oxer, Kombinationen Steil/Oxer und Distanz zu je 5–6 Galoppsprüngen meisterten sie im Trainingsparcours.

Wir drücken allen Reitern die Daumen, dass sie sich dank des R&P-Lehrgangs mit Alois Pollmann-Schweckhorst für die noch kommenden Turniere viele neue Impulse geholt haben und zahlreiche Schleifen sammeln werden!

J. Wiedemann