

## Serie: „Kinder in Bewegung“ – Reiten

## Für jede Größe, jedes Alter – und von A bis Z

Der RuF Lehre setzt mit Erfolg auf ein Drei-Stufen-Modell – und auf einen familiären Umgang miteinander.

Von Felix Weitner

**Lehre.** „Das Glück der Erde liegt auf dem Rücken der Pferde“ – so lautet das wohl berühmteste Sprichwort rund um das Reiten. Dieses Glück können speziell Kinder aber nur sehr bedingt selbst erleben: Erst mit gut zehn Jahren kann es in den meisten Vereinen in den Sattel gehen. Der RuF Lehre und Umgebung setzt hingegen auf sein eigenes Drei-Stufen-Modell – und erfreut sich deswegen eines großen Zulaufs.

Entstanden ist die Idee dazu erst vor rund drei Jahren: aus „Eigenbedarf“, wie Vorsitzende Sarah Flink schmunzelnd erzählt. Die Reiterinnen des Vereins hatten nämlich für ihre Kinder nach einer Reitausbildung gesucht –



Sarah Flink (l. Vorsitzende des RuF) und ihre Vorstandskolleginnen haben durch die große Nachfrage viel zu tun.

und keine gefunden. Also wurde das eigene Modell entwickelt, das drei Stufen umfasst.

#### Auf Augenhöhe und angepasst

Die erste Stufe fängt bei den Vier- bis Sechsjährigen an und heißt „Ponyspielkreis“. Hier spielt die Größe eine elementare Rolle: „Wir haben uns hierfür extra Ponys angeschafft. Denn mit ihnen sind die Kinder auf Augenhöhe“, erklärt Sarah Flink. „So eine kleine Maus kann vor einem großen Pferd sonst schon mal Angst bekommen.“ Außerdem ist auch die wortwörtliche Fallhöhe deutlich geringer, wenn erste Erfahrungen im Sattel gesammelt werden.

Auf Stufe 2 (ab sieben Jahren) steht dann die Reitvorschule an. Darin beginnt der Nachwuchs selbstständig zu reiten und zu sateln. Der dritte und letzte Schritt ist die richtige Reitschule, in der es dann ans Verfeinern der Reitkunst geht. Selbstverständlich „wächst“ dabei mit den Kindern auch das Reittier.

Denn es bleibt nicht beim Unterricht an und auf Ponys. Der Übergang zum Pferd ist fließend, quasi für jede „Kinder-Größe“ steht ein Pferd – oder eben Pony – im Stall. So können die Kinder im individuell richtigen Tempo lernen. Zugleich ist der eigene Fortschritt direkt zu sehen – und der Anspruch an die Nachwuchstreiter wächst auf diese Weise Schritt für Schritt.

„Es geht bei uns aber nicht nur darum, auf dem Pferd ein paar Runden zu drehen“, unterstreicht

Flink. Schließlich bringt der Zeitvertrieb mit einem lebendigen Wesen auch Verpflichtungen mit sich. Vom Satteln über die Pflege bis hin zum Aufräumen und Putzen wird der Nachwuchs gezielt in die nötigen Abläufe eingebunden.

„Die Kinder lernen eigentlich alles von A bis Z“, erklärt Anne Vahrmeier-Schulze, Schriftwartin des RuF.

Der Erfolg gibt dem Angebot des RuF Lehre recht, die Kurse sind voll. Selbst aus den Städten Wolfsburg und Braunschweig sowie dem Kreis Gifhorn verschlägt es schon Reitschüler in die Anlage am Börneken. „Hätten wir eine zweite Reithalle, könnten wir allein den Ponyspielkreis rund um die Uhr anbieten“, scherzt Flink. Doch auch organisatorisch sei bei nunmehr fünf Reitlehrern und den vielen Ponys und Pferden schon eine Kapazitätsgrenze erreicht.

#### Familiär – ohne Druck

Allerdings dürfte der Erfolg und die große Nachfrage nicht nur am Drei-Stufen-Modell liegen. Auch die Atmosphäre in Lehre ist besonders: „Es geht hier sehr familiär zu – man kennt sich“, hebt Jugendwartin Juliane Breuer hervor. Alle packen ehrenamtlich mit an, selbst die Eltern der Kinder helfen mit – und genießen zwischen durch ein paar ruhige Minuten mit den majestätischen Tieren.



Rund ging es beim RuF Lehre zuletzt anlässlich des Abzeichenlehrgangs (gr. Foto). Für die Kinder macht sich bezahlt, dass es Reittiere in allen „Größen“ gibt (beispielhaft im kleinen Bild zu sehen).



Die Kinder lernen in Lehre, das Reiten selbstständig vorzubereiten. Dabei hilft es, dass Janne Wolf und ihre Mitschülerinnen mit den Reittieren – hier zu sehen ist Bonnie – auf Augenhöhe sind.

Fotos: regios24/Anja Weber

## Der „Individualsport“, der nur im Team funktioniert

Das Reiten hat eine besondere Stellung – und eine besondere Wirkung. Und das liegt am Pferd.

Von Felix Weitner

**Helmstedt.** Ein Sport wie kein zweiter – das lässt sich mit Fug und Recht über das Reiten sagen. Denn im Vergleich mit Handball, Fußball, Turnen und Co. ist ein elementarer Unterschied nicht zu übersehen: Reiten ist nur im vertrauten Umgang mit einem Pferd – oder bei kleinen Sportlerinnen einem Pony – möglich.

Dementsprechend ist auch das, was der Reitsport Heranwachsenden gibt, noch mal etwas anderes als bei den üblichen Ball- und Bewegungssportarten. Denn obwohl Reiten eigentlich als Individualsport gilt – schließlich sitzt nur ein Reiter im Sattel – geht es nur im Einklang mit dem Pferd vorwärts.

#### Haltung und Koordination

Allerdings hat das Reiten auch mit einem geläufigen Vorurteil zu kämpfen: Die Arbeit mache nur das Tier – der Reiter sitze doch nur. „Schön wär's“, kann Sarah Flink, Vorsitzende des RuF Lehre und Umgebung, damit konfrontiert nur lachen. Denn wie bei den meisten Vorurteilen sieht die Realität anders aus: Damit das Pferd

nicht kreuz und quer läuft, muss es schließlich geführt werden. Auch das Auf und Ab im Sattel bei Trab, Galopp oder Sprung muss von der Muskulatur gedämpft werden.

So trainiert das Reiten gleich eine ganze Reihe von Muskeln: Arme, Beine, Schultern, Bauch, Rücken, Po – fast der gesamte Körper ist gefordert.

„Das Reiten fördert die Haltung und die Motorik“, betont Jolanda van Amerom vom Kreissportbund Helmstedt. Allein schon, um die Balance im Sattel zu halten, müssten die Kinder beispielsweise schon jede Menge Kraft aufwenden.

Mit Blick auf den dafür nötigen Gleichgewichtssinn und die erforderliche Koordinationsarbeit meint Sarah Flink: „Es ist konzentrationstechnisch eine echte Powerleistung.“ Insbesondere bei an-

spruchvolleren Pferden müsse „intuitiv reagiert werden“,



Ein vertrauter Umgang ist notwendig: Nur im Einklang mit dem Pferd geht es vorwärts.

wie Sarah Flink betont. Das können die kleinen Kinder zwar noch nicht, doch das Training schärft hierfür die Sinne.

#### Eine prägende Beziehung

Damit aus Mensch und Tier ein Team wird, ist ein verantwortungsvoller, respektvoller Umgang nötig. „Man muss dem Pferd zu 100 Prozent vertrauen, es ist ein besonderes Verhältnis“,

hebt van Amerom hervor. Das fängt auch schon bei der Vor- und Nachbereitung des Reitens an: Das Tier muss gesattelt werden, muss nach der Reitstunde wieder in die Box oder es muss die Anlage wieder gesäubert werden. So lernen die

#### „Man muss dem Pferd zu 100 Prozent vertrauen, es ist ein besonderes Verhältnis.“

Jolanda van Amerom vom KSB Helmstedt betont die Mensch-Tier-Beziehung.

Heranwachsenden, dass zum Vergnügen eben auch etwas Arbeit gehört. Natürlich bleibt aber auch noch Zeit für ein paar Streichelheiten, die die Mensch-Tier-Beziehung stärken.

„Das Reiten hat auch eine therapeutische Wirkung“, blickt van Amerom auf die emotionale Seite. Juliane Breuer, RuF-Jugendwartin, pflichtet bei: „Nach einem schlechten Tag in der Schule erzählen die Mädchen den Pferden nahezu alles. Und danach sieht die Welt schon wieder viel besser aus.“ Die Reittiere seien Wegbegleiter, die wie „normale“ Haustiere zu stets zuhörenden Freunden werden. Bis zur Pubertät und darüber hinaus bleiben die flauschigen Vierbeiner eine psychologische Stütze – und der Stall bleibt ein Ruhepol.

#### ZAHLEN UND FAKTEN

Der Kreissportbund Helmstedt hat seine Bestandserhebung 2018 abgeschlossen – und darin insgesamt **10 Reitvereine** in Helmstedt ermittelt. Darin sind **903 Sportler und Sportlerinnen** gemeldet. Die mitgliedersstärksten Vereine sind RFV Königslutter (241), RFV Helmstedt (238) und RuF Lehre u. U. (168).

Auffällig: Das Reiten ist eine nach Mitgliederzahlen von Frauen und Mädchen dominierte Sportart. Die Geschlechterverteilung ist ca. im Verhältnis 80:20 – **es sind 743 Reiterinnen und 160 Reiter** gemeldet. Ausnahme dieser Regel ist bei den „alten Hasen“ (60+) – da stehen 53 Reitern 35 Reiterinnen gegenüber.

Besonders auf sich aufmerksam machen in puncto Jugendarbeit zwei Vereine: Der **RuF Helmstedt (103 Mitglieder unter 18)** und der **RuF Lehre (74)** haben mit Abstand die meisten Nachwuchstreiter in ihren Reihen. Gerade im Bereich der 7- bis 14-Jährigen wird das Angebot in Helmstedt (64) und Lehre (53) besonders stark nachgefragt.

Die weiteren **Pferdesport-Vereine in Helmstedt** sind der PSV Büddenstedt (53 Mitglieder), der SV Emmerstedt (44), der RC Elmgestüt „Drei Eichen“ (14), der VfL Rottorf (2), die RG Rümmer (61), der RuF Schöningen (48) und der LRV Wendhausen (34).