

15 Tipps

1. KLÄREN SIE VOR DEM RITT, dass auf das schwächste Mitglied der Gruppe Rücksicht genommen wird. Aber bitte ganz genau! Sagen Sie zum Beispiel: „Ich möchte nicht galoppieren“ statt „Lasst uns aber nicht so schnell gehen.“ Was schnell ist, empfindet jeder anders.

2. GEWÖHNEN SIE IHR PFERD an das Ratschen von Klettverschlüssen, zum Beispiel der Jacke und der Handschuhe.

3. „ALLE PFERDE, DIE INS GELÄNDE GEHEN, müssen sich vom Boden aus handeln lassen!“, sagt Reken-Reitlehrerin und Trainerin B Miriam Roeseler aus Köln. Gründe absteigen, gibt es immer wieder: Mal ist es der Stein im Huf, mal der Verkehr oder ein schlechter Weg. „Vor allem müssen Sie in Gefahrensituationen die Alternative haben, führen zu können.“ Üben Sie auch das Auf- und Absteigen.

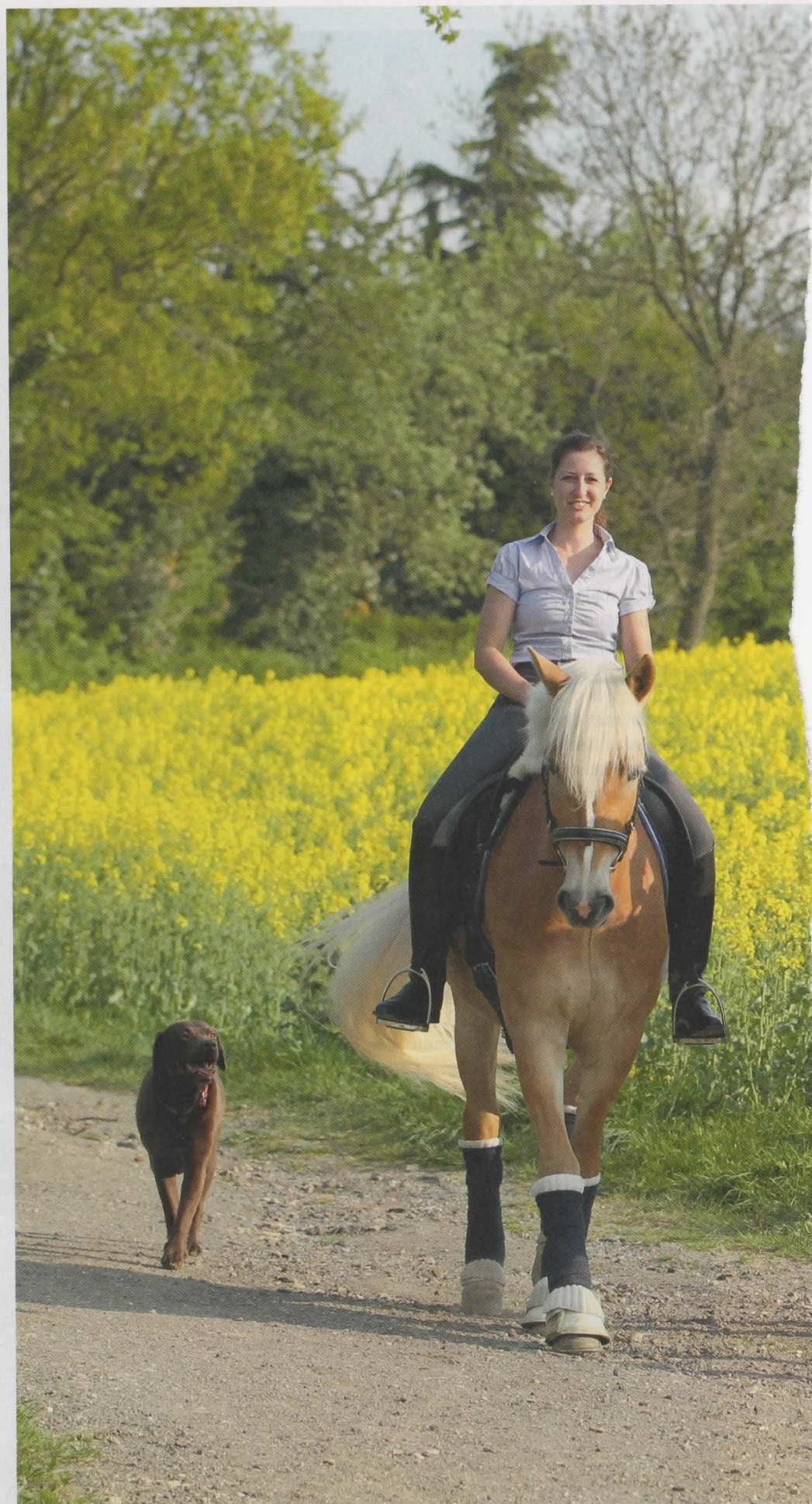
4. AUSRÜSTUNG I: Kontrollieren Sie Zügel und Riemen auf Bruchstellen. Und zwar bewusst – nichts ist hier gefährlicher als Betriebsblindheit.

5. ORGANISIEREN SIE EINEN TRAININGSTAG bei sich am Stall, rät Miriam Roeseler. Lassen Sie den Landwirt von nebenan gegen ein Entgelt seinen Traktor in die Reithalle stellen. Zeigen Sie den Pferden das Fahrzeug, bitten Sie den Landwirt, ein paar ruhige Runden in der Halle zu fahren. Lassen Sie die Pferde zunächst hinter dem Traktor gehen, dann darf er auch mal von hinten oder vorn kommen. Natürlich alles langsam!

6. MACHEN SIE ÜBERHOLÜBUNGEN IM WALD: Zunächst im Schritt und zu zweit. Einer bleibt stehen, der andere geht vorbei. Wartet dann, lässt den anderen Reiter passieren. Klappt das im Schritt, wird auch der Trab hinzugenommen. Klappt es zu zweit, üben Sie als nächsten Schritt zu dritt.

7. AUSRÜSTUNG II: Helm auf, Jacken schließen, Handschuhe anziehen, Schuhe mit Absatz tragen, Mini-Ersthilfetasche mitnehmen. Handy am Körper tragen.

8. ACHTUNG KLINGELTÖNE! Handy dabei zu haben ist gut, Erschrecken vor dem fürchterlichen Klingelton des Mitreiters ist schlecht. Also: Pferd daran gewöhnen.



Locker und entspannt unterwegs – wer wünscht sich das nicht? Eine Kappe sollte allerdings zur Standardausrüstung gehören, hier wurde sie nur für das Foto weggelassen. Über die Reiterin mit der Haflingerstute lesen Sie auch im Artikel „Überwundene Ängste“.



MIRIAM ROESELER ist Reken-Reitlehrerin und Trainer B. Sie unterrichtet ebenso Privatpferdebesitzer wie Schulpferdereiter auf dem Reiterhof Michels in Pulheim im Rheinland.

Foto: Jeannette Aretz



Foto: Thomas Rubel

9. ÜBEN SIE DIE BEGEGNUNG MIT FAHRRADFAHRERN,

Inlineskatern und Nordic Walkern. Am besten klappt das, wenn Sie einen Freund bitten, zu helfen. Sie reiten mit diesem aus, der Helfer fährt z. B. mit dem Fahrrad mit. Erst voraus, damit das Pferd ihn sehen kann, dann seitlich, erst zuletzt hinter dem Pferd. „Denn das ist für das Fluchttier Pferd stets die bedrohlichste Situation, wenn etwas von hinten heranschießt“, erklärt Miriam Roeseler.

10. ÜBEN SIE DAS AN- UND AUSZIEHEN VON JACKEN AUF DEM PFERD.

11. KENNEN SIE DAS: Wochenende, Sonne, Überfüllung auf den Reitwegen und Sonntagsreiter, die Ihnen im Galopp entgegenpreschen? Üben Sie das Begegnen mit anderen Reitern im Gelände, rät Miriam Roeseler. Simulieren sie solche Begegnungen mit Reitkollegen auf einem freien Feld oder breiten Weg – wieder erst langsam, dann flotter.

12. AUSRÜSTUNG III: Vor allem brauchen Sie eine Ausrüstung, die Ihnen persönlich Sicherheit gibt. Wer stets den Gedanken hat: „An meinem Sattel könnte ich hängen bleiben, er hat so einen hohen Efer“, wird durch diesen Gedanken blockiert. Auch wenn dieser Gedanke rational betrachtet Quatsch ist. Also: Richten Sie sich ihr Equipment so her, dass sie bei ALLEM ein gutes Gefühl haben.

13. ORGANISIEREN SIE EINE TAFEL IM STALL, auf der jeder Ausritt eingetragen wird. Ein vorbildliches Beispiel eines Kunden von Miriam Roeseler: Im Stall hängt eine Karte des Ausreitgebiets, darauf sind die gängigen Runden bunt markieren. Wer losreitet, schreibt eine SMS an den Stallbesitzer, z. B.: Reiter Tina, Pferd Hotline, Grüne Runde. So meldet er sich ab- und auch wieder an. Ebenso simpel: Auf einer Kreidetafel Reiter, Weg und erwartete Rückkehr eintragen, bei Ankunft wieder auswischen.

14. WÄHLEN SIE IHREN AUSREITPARTNER SO AUS, dass weder Sie noch Ihr Pferd Stress bekommen.

15. AUF EINER HÖHE GEHEN

„Viele reiten in einer losen Gruppe, mal mit dem Pferdekopf auf Reiterbeinhöhe des Nachbarn, mal vorweg“, erzählt Miriam Roeseler. „Das stachelt viele Pferde an, und zudem ist die Gefahr, dass bei einem Ausschlagen ein Reiterbein getroffen wird, größer.“ Daher: Üben Sie, dass die Pferde mit den Nasen genau auf einer Höhe gehen.