

# Lehrgang „Bewegungslehre nach Eckart Meyners“

Vom 16. – 18.08.2013 fand bei der RFG Martinshof e.V. ein Lehrgang zum Thema „Bewegungslehre nach Eckart Meyners“ statt. Am Freitagabend fanden sich 19 Teilnehmer und die Kursleiterin Regina Seidler zum theoretischen Teil an der Longierhalle ein.



*Kursleiterin Regina Seidler (vorne, 6. v.l.) mit den 19 erwartungsfrohen Kursteilnehmern*

Die Theorie fand zwar ohne Pferde statt, war aber bereits mit etlichen praktischen Übungen gespickt, so dass die Teilnehmer auch am Freitag schon körperlich gefordert wurden und der Theorieteil sich zur Freude aller Beteiligten keineswegs als trockener Vortrag entpuppte. Im Gegenteil wurden bereits viele praktische Vorübungen für die beiden folgenden Praxistage vermittelt, an denen jedem Teilnehmer in Einzeleinheiten von jeweils mindestens 45 Minuten die volle Aufmerksamkeit der Kursleiterin gewiss war. Aufgrund der starken Nachfrage musste der praktische Teil des Lehrganges auf zwei Tage verteilt werden, so dass jeder Teilnehmer an seinem „freien“ Praxistag die Gelegenheit hatte, den Kurskollegen im praktischen Teil zuzusehen und weitere Übungen kennenzulernen.

Um den allgemeinen Reitbetrieb so wenig wie möglich zu behindern, wurde an beiden Praxistagen zwischen der Longierhalle am Vormittag und der Reithalle am Nachmittag gewechselt. Der Reitplatz des Martinshofs blieb vom Lehrgang unberührt.



*Jeder Teilnehmer erhielt individuelle Übungen. v.l.n.r.: Sarah Sicking, Suse Müller und Nadia Myslisch jeweils mit Kursleiterin Regina Seidel, Silke Kaiser*

In den praktischen Kurseinheiten ging Regina Seidler individuell auf jeden einzelnen Reiter ein, so dass jeder Teilnehmer am Ende seiner persönlichen Trainingszeit mit neuen Erkenntnissen und Anregungen sowie persönlichen „Hausaufgaben“ die Halle verließ. Während der praktischen Einheiten wurde jeder Reiter mehrmals im wahrsten Sinne des Wortes vom Pferd zurück auf den Boden geholt und nach Übungen auf der Matte, auf wackligen Luftkissen oder dem Übungshocker BALIMO zum erneuten Vorreiten und Erfühlen der Effekte wieder aufs Pferd geschickt. Dabei konnten sowohl die Reiter als auch

die Zuschauer deutliche Effekte der vorangegangenen Übungen erkennen. Die Pferde liefen dank ihrer besser sitzenden Reiter am Ende deutlich entspannter und zufriedener.

Sowohl Teilnehmern als auch Zuschauern wurde an diesem interessanten Lehrgangswochenende bewusst, dass zu gutem Reiten wie bei jeder Sportart auch ein vernünftiges Aufwärmprogramm gehört. Man kann auch außerhalb des Trainings mit dem Pferd effektiv am eigenen Körper- und Bewegungsgefühl arbeiten und sollte dies tatsächlich auch regelmäßig tun.

Um die positiven Effekte des Lehrganges nicht verpuffen zu lassen, haben die meisten Teilnehmer sich vorgenommen, die erteilten Hausaufgaben-Übungen regelmäßig durchzuführen. Die zum Ende des Kurses laut werdende Nachfrage nach einem Wiederholungslehrgang lässt hoffen, dass viele Teilnehmer ihrem eigenen Körper und ihren Pferd zuliebe am Ball bleiben und man künftig des Öfteren einem Reiter im Hopserlauf oder bei cross-koordinativen Übungen auf der Stallgasse begegnet, bevor es mit den vierbeinigen Sportkameraden in die Reithalle geht. Auch wenn sogar einige Pferde scheinbar zugleich verwundert und interessiert betrachteten, welche ungewohnte Übungen ihre Reiter da in der Halle vollführten, so werden sich Mensch und Tier sicher schnell an den Anblick der sich aufwärmenden Reiter gewöhnen – wenn die Reiter auch in Zukunft ihren inneren Schweinehund überwinden.



*Wallach Donatello beobachtet interessiert die dynamischen Übungen seines Reiters über der Stange. V.l.n.r.: 1. Vorsitzender der RFG Claus Deichsel, Kursleiterin Regina Seidler, Sportwartin und Organisatorin Debbie Brune*

Ein besonderer Dank gilt der Sportwartin der RFG Martinshof e.V., Debbie Brune für die Organisation des Lehrganges und den Helfern, die für das leibliche Wohl der Teilnehmer sorgten und stets mit anfassten, wenn es darum ging Matten, Decken, Bänke und weiteres Übungsmaterial hin- und herzutragen, wenn die Halle gewechselt wurde.

*Bericht & Fotos: Nicole Müller*