

Bewegungstraining nach Eckart Meyners für Isi-Reiter

Am vergangenen Wochenende trafen sich wieder einmal gut gelaunte Reiter von nah und fern auf dem [Islandpferdehof Bornrain](#) in Simtshausen bei Marburg, um sich diesmal gehörig auf die Finger bzw. vielmehr auf den Reitersitz gucken zu lassen. Dies tat dann auch auf sehr sympathische, motivierende und äußerst professionelle Art Rolf Grebe aus NRW, seines Zeichens Pferdewirtschaftsmeister und Ausbilder für Reiter und Pferd in Dressur und Springen bis in die hohen Klassen sowie lizenzierter Bewegungstrainer nach [Eckart Meyners](#). Neben den eigenen Großpferden, die er auf Turnieren in Dressurprüfungen bis Klasse S und Springen bis Klasse M vorstellt, besitzt er auch ein Islandpferd und kann somit die Ansprüche der Islandpferdereiterei bestens nachvollziehen.

So kam es dann also, dass bei diesem Reitkurs weniger die Pferde viel „schufteten“ mussten, sondern in erster Linie die Reiter. Nachdem sich der Trainer von jedem Teilnehmer in den verschiedenen Gangarten ein Bild von dessen Sitz gemacht hatte, ging es direkt vom Pferderücken auf die Matte und es wurde gedehnt, gelockert, mobilisiert, verdreht, gebeugt, geturnt was das Zeug hält. Zu jeder Zeit hatte man das Gefühl, in guten und versierten Händen zu sein. Dies bestätigte sich dann von Mal zu Mal auf dem Pferderücken, denn von jeder Matteneinheit ging es wieder auf's Pferd und wieder auf die Matte bzw. Wackelkissen oder Balimo, anschließend wieder auf's Pferd. Bis plötzlich alles wie von selbst ging! Der Kopf gerade, die Schultern unten, die Absätze tief - jedes Pferd reagierte prompt mit entsprechender Balance und geschmeidigen Bewegungen! Da konnte dann plötzlich der ein oder andere Fünfgänger richtig gut auf dem Zirkel galoppieren und der Tölt floss taktklar aus den Hufen.

Allen wurde schlagartig wieder bewusst, wie wichtig doch der losgelassene und ausbalancierte Sitz beim Reiten ist und wie er sich tatsächlich anfühlen kann. Eingeschliffene negative Bewegungsabläufe lösten sich wie von Geisterhand durch verschiedenste psychomotorische, kinesiologische und sportpädagogische Übungen und spezielle Geräte auf und am Ende kam jeder Reiter erschöpft, aber sehr zufrieden aus der Halle. Ein besonderes Highlight am zweiten Kurstag war das Fahren mit dem „Snaix®“, einem speziellen Rad, das aus der Hüfte heraus zu steuern ist.

Das Bewegungstraining, das Eckart Meyners entwickelt hat und das von verschiedenen speziell geschulten Trainern angeboten wird, ist wärmstens zu empfehlen, da es den absoluten Aha-Effekt bei nahezu jedem Reiter auszulösen vermag. Alle Teilnehmer waren sich nach zwei Kurstagen einig: Dies soll nicht der einzige Kurs dieser Art bleiben! Denn

neben dem verbesserten Reitersitz gab es noch einige Extras mehr, als nämlich so manche Alltagswehwehchen, wie beispielweise Nackenverspannungen, verschwanden.

Wir sagen vielen Dank an Rolf Grebe für diesen bereichernden Kurs, den VDWI Simtshausen e.V. für die Organisation und an das Team Bornrain für die Wohlfühlatmosphäre an diesem sportlichen Wochenende. (Artikel zu finden auf <http://www.isibless.de>)



