

**FIT &
VITAL**

mit **inRide**

Der Reitsport

Spannende Frage: Ist die klassische Reitlehre mit dem heutigen Wissen über biomechanische Zusammenhänge der Pferdebewegung noch vertretbar? **inRide** sprach mit dem Experten **Stefan Stammer**, der ein Buch darüber schrieb.



Gefragter Referent

Stefan Stammer (48), international aktiver Osteopath, behandelt regelmäßig Pferde in ganz Europa und in den USA. Der Physiotherapeut und staatlich geprüfte Sport- und Gymnastiklehrer ist beim Thema Reitsport auch praktisch sattelfest. Er bildete viele junge Pferde aus, machte zwei Jahre eine Bereiterlehre. Sein selbst entwickeltes Pferde-Reha-Programm **STAMMER KINETICS** wird u. a. an der Uni Zürich angeboten. Stefan Stammers Buch „Das Pferd in positiver Spannung – Biomechanik und Reitlehre in Bewegung“ erschien im Herbst vom FNverlag. 184 Seiten, mit Illustrationen von Jeanne Kloepfer, 27,90 Euro. ISBN 978-3-88542-787-2



am Scheideweg

Der Reitsport ist mehr denn je in den Schlagzeilen und in der Kritik: Viele Reiter sind verunsichert, fragen sich, wo sie zwischen holländischer Rollkur, amerikanischer Pferdeflüsterei und der explosionsartig wachsenden Bodenarbeits-Fraktion eigentlich noch stehen, was richtig ist. „In den Köpfen vieler Reiter, Fachleute und Profis haben sich Bilder und Begriffe verfestigt, die mehr dem Reitgefühl als den biomechanischen und physikalischen Tatsachen entsprechen“, beobachtete **Stefan Stammer** in 15 Jahren Tätigkeit als international anerkannter Pferde-Osteopath und wissenschaftlicher Referent. Er stellte die *Deutsche Reitlehre* mit der Skala der Ausbildung als deren Herzstück kritisch auf den Prüfstand der aktuellsten Erkenntnisse der Bewegungslehre. Und er kam dabei zu der Überzeugung: „Die deutsche Reitlehre ist nach wie vor die beste Grundlage, die es gibt.“ **Mit einem dicken ABER:** „Sie muss nur richtig umgesetzt werden.“ Genau das „aber“ ist der Knackpunkt. Fehlendes theoretisches Wissen, Vorurteile oder Missverständnisse führen manchen Experten – und natürlich erst recht Amateure – auf falsche Pfade. Der Grund, warum Stammer sein Buch schrieb: „Das Pferd in positiver Spannung, Biomechanik und Reitlehre in Bewegung“. Er will aufklären, die Dinge mal aus einer neuen Perspektive verständlich machen und mit erfrischend spannendem Hintergrundwissen jeden Pferde-Interessierten neugierig auf mehr machen. Ein Projekt, das fünf Jahre brauchte. „Allein zwei Jahre tüftelten wir daran, die dreidimensionalen wichtigen Sichtweisen mit Grafiken darzustellen“, erzählt der Autor. Sein selbst entwickeltes Pferde-Reha-Programm – *STAMMER KINETICS* – kommt unter anderem an der Uni Zürich zum Einsatz. Schon mit der Wahl des Titels nimmt Stammer bewusst eins der weit verbreitetsten Vorurteile auf: **„Spannung ist total negativ belegt.** Locker, losgelassen, entspannt sind bei vielen die Kriterien für gutes Reiten. Die Basis dafür ist aber der Aufbau von positiver Körperspannung. Und jeder Reiter sollte wissen, wie man sie aufbaut.“ Stammer sieht die Welt des Reitsports mit anderen Augen, mit denen des innovativ agierenden, kritisch analysierenden

Osteopathen und Querdenkers. „Reiter wollen immer die Hinterhand trainieren. Wenn sie das Pferd jedoch zu extrem setzen, nimmt es Schaden, geht breit, bekommt Fesselträgerprobleme. Die Hinterhand ist der Motor mit dem sie geboren werden. Darum kann ein nur wenige Stunden altes Fohlen mit dem gleichen Grundtempo galoppieren wie seine Mutter. Darum kann ein vierjähriges talentiertes Springpferd 1.80 Meter hoch springen – wo selbst olympische Stangen nur 1.65 Meter hoch liegen,“ erklärt Stammer und weiter: „Was die meisten viel zu wenig berücksichtigen ist die Wichtigkeit der Vorhand. Sie ist das Getriebe, die Kupplung. Sie ist elementar für die Steuerung der Bewegungsenergie. Ich behandle zum Beispiel selten das ISG, das Iliosakralgelenk selbst, sondern hebe den Brustkorb, mache das Pferd vorne beweglicher, groß und kräftig. Das ist viel nachhaltiger.“

Und damit ist Stammer wieder bei den falschen Bildern angelangt. „Das Reitgefühl sagt einem, der galoppiert auf der Hinterhand – wenn es gut ist. Physikalisch galoppiert das Pferd aber aus der Vorhand. Das ist nicht neu, aber nicht bewusst. Schon die alten Meister schrieben, dass einem der Widerrist entgegenkommen müsse, man die Pferde vorne groß machen soll.“ Kraftentwicklung, Kraftübertragung und das Katapultsystem: dem Experten ist es ein besonderes Anliegen, das Grundkonzept der Übertragung von Bewegungsenergie zu vermitteln. **„Einer der größten Fehler ist, bei Problemen Ursachen und Folgen zu verwechseln.** Wenn ein Pferd sich nicht biegen lässt, versuchen die meisten es durch noch mehr Biegen beweglicher zu machen. Dabei braucht das Pferd einfach nur mehr Kraft, mehr Athletik, mehr Koordination. Es macht sich oft nur fest, weil es schwach ist, und gerade auf gebogenen Linien verdreifacht sich durch das Drehmoment die Belastung und damit die Kraftanstrengung.“, weiß Stammer. Und auch diese Erkenntnis ist nicht neueste Biomechanik, sondern älteste Reitlehre. „Reite dein Pferd vorwärts und richte es gerade“ predigte schon Gustav Steinbrecht (1808-1885). „Der bekannteste, aber auch am meisten missverstandene Satz“, so Stefan Stammer.

IRINA LUDEWIG



equiXtreme GmbH & Co. KG
Hilgestraße 14
55294 Bodenheim

info@equixtreme.com
www.equixtreme.com



aus Leidenschaft für Ihr Pferd
Premium-Pflegeprodukte für alle Pferderassen