

von Alexandra Datko

Ein Schüler auf dem Weg zum richtigen Bügeltritt.



Bevor ein Reiter den eigentlichen Bügeltritt erlernen kann, ist es zunächst wichtig, dass dieser lernt ohne Steigbügel den Bewegungen seines Pferdes ausbalanciert zu folgen.



Fotos: Josef Datko

Dies nimmt eine geraume Zeit in Anspruch, und erst dann mache ich meine Schüler mit dem Gebrauch des Steigbügels vertraut. Kommt der Steigbügel dann zum Einsatz, gilt es zunächst, ein Gefühl für das ungewohnte Metall zu erhalten. Der Schüler muss sich erst an eine vermeintlich neue Grenze gewöhnen, bis er diese als eine Selbstverständlichkeit empfinden kann. Aus Erfahrung weiß ich, dass so mancher Reiter diese "ollen Dinger" lieber sofort wieder abschnallen würde, da sie erst mal nur stören - und alles, was bis dahin so gut geklappt hatte, funktioniert rein gar nicht mehr. Ein langsames vertraut machen mit der neuen Situation steht uns bevor und das Gefühl, wieder ganz von vorn anzufangen. "Schrittreiten am hingegenen Zügel, na wie toll!"



Durch bewusstes Nachfühlen der unterschiedlichen Fußpositionen im Steigbügel lernt der Schüler, seine Körperwahrnehmung zu verbessern. In dieser Phase ist es wichtig, dass der Schüler die Auswirkungen auf seinen ganzen Körper kennen lernt. Der Lehrer hat hier die Aufgabe der Anleitung, er lenkt die Konzentration auf die Körperwahrnehmung und reflektiert das Gefühle.

Ein weiteres Problem, das sich am Anfang oft einstellt: "Man verliert diese "ollen Dinger" ständig!"

Es bedarf einfach einer kontinuierlichen Übung, dann ist auch das "Fischen" nach dem Steigbügel kein Problem mehr.



Sind diese ersten Hindernisse überwunden, gilt es, den Reitschüler in die Bedeutung des Bügeltritts einzuweisen.

Wir erinnern uns:

*"Die Hülfe des Steigbügeltrittes endlich ist unter allen Hülfen die gelindeste. Die Schenkel dienen alsdann zum Gegengewicht, um die Hanken wieder zu richten, und das Pferd gerade zwischen beiden Schenkeln zu erhalten. Diese Hülfe setzt bei einem Pferd viel Gehorsam und Empfindlichkeit voraus, weil es durch den stärkeren Tritt auf den einen oder anderen Steigbügel hervorbringt, bestimmt wird, demselben zu gehorchen. Man tritt auf den äusseren Steigbügel, um ein Pferd nach der innern Seite zu treiben, oder es seitwärts gehen zu lassen. Auf den innen tritt man, um ein Pferd gerade zu erhalten, das zu sehr nach innen drängt; oder aber man tritt gleich stark auf beide Steigbügel, um dem Pferde bemerklich zu machen, dass es seinen Gang beschleunige, wann es sich zu viel zurückhält."* Guerinière, Reitkunst, Olms 1999, S. 166

Der Schüler wird nun mit der eigentlichen Funktion und dem unterschiedlichen Einsatz des Bügeltrittes bekannt gemacht. Wir wissen noch aus der Ausgabe 4/10, dass der Bügeltritt im Allgemeinen das Anheben und Senken des Absatzes unterstützt, dass er, je

nachdem, an welcher Stelle wir den Bügelrost belasten, eine unterschiedliche Wirkung entsteht.

Legen wir die Belastung auf den gesamten Fußballen, so können wir unser Körpergewicht abstützen oder die Pferdebewegung elastisch begleiten, allerdings muss dies mit dem Kniedruck verbunden werden (zu diesem Thema erfahren Sie mehr in der nächsten Folge).

Wird die Fußballeninnenseite vermehrt belastet, so spannt sich dadurch die Wadeninnenseite an, und dies wiederum, verbunden mit dem Kniedruck, unterstützt die Einwirkung unserer Gewichtshilfe.

Benutzen wir hingegen die Fußballenaußenseite, so erreichen wir so einen zurückgelegten seitwärts-treibenden Schenkel. Und zu guter Letzt können wir mit der jeweiligen Position des Fußballens den Steigbügel bewegen.

Eine Grundvoraussetzung für den Steigbügeleinsatz ist ein elastisch federndes Fußgelenk. Wie eingangs beschrieben, nähern wir uns den neuen Bedingungen im Schritt. Kommt der Trab hinzu, ist zunächst das Leichttraben ein Thema, auf das ich in diesem Zusammenhang nicht weiter eingehen werde. Das Aussitzen des Trabes mit Steigbügeln lernt der Schüler am einfachsten durch kurze Reprisen - sobald sich eine Verkrampfung einstellt: Pause und Schritt, bis sich wieder eine Losgelassenheit von Reiter und Pferd einstellt. Oft wird hier der Fehler gemacht, den Schüler es so lange ausprobieren zu lassen, bis es endlich zu klappen scheint. Bedenken wir immer: wenn wir einen Bewegungsablauf falsch ausüben - und dies über längeren Zeitraum - so lernen wir zum einen den falschen Bewegungsablauf und zum anderen passt sich unsere Muskulatur dem oft wiederholten Bewegungsmuster an. Also, was wir nicht falsch gelernt haben, müssen wir uns auch nicht wieder mühselig abgewöhnen. Dies gilt im Übrigen auch für unser Pferd.

Jann kann mittlerweile sehr gut mit den Steigbügeln umgehen und lernt Schritt für Schritt diese Hilfe feiner einzusetzen.

[www.piaff.de](http://www.piaff.de)



Fotos: Josef Datko

