



Jetzt beim Reit- und Fahrverein Donauwörth-Mertingen: Spezielle Reitkurse für erwachsene Reitanfänger und Wiedereinsteiger.

Die meisten Sportarten werden bereits im Kindes- und Jugendalter erlernt. Oft herrscht in vielen Köpfen das Klischee von lachenden jungen Mädchen auf dem Pferderücken. Doch die Erfahrung zeigt, dass Späteinsteiger noch bis ins hohe Alter das Reiten erlernen können – und dies mit vielen tollen Nebeneffekten. Nicht umsonst heißt es „Das Glück der Erde liegt auf dem Rücken der Pferde“.

„Fitness mit Vierbeinern“

Oft ist es noch ein später „Traum“ sich auf dem Rücken der Pferde noch durch die Natur zu bewegen, sich an der frischen Luft fit zu halten, meist aber überwiegt die Scheu, sich vor einem jungen Publikum eine Blöße zu geben. Der RFVDM bietet deshalb spezielle Kurse für erwachsene Spät- und Wiedereinsteiger an, bei denen Gleichgesinnte unter sich sind. Zu Beginn steht dabei meist ein „Eins-zu-eins-Training“ an, bei dem der Reiter erst einmal lernt, sich auf die Bewegungen des neuen Partners Pferd einzustellen und Vertrauen zu gewinnen. Denn Reiten bedeutet nicht nur „herumtragenlassen“, sondern fordert eine Symbiose aus Gefühl, Gleichgewicht, Koordination, Vertrauen und Ausdauer. Zudem werden aber fast alle Muskelgruppen des Körpers trainiert, jedoch ohne Überlastung spezieller Körperbereiche. Gerade deshalb ist der Reitsport auch prädestiniert, um bis ins hohe Alter betrieben werden zu können.

„Behutsames Herantasten“

Erfahrungsgemäß neigen viel Erwachsene erst einmal dazu, über jegliches Handeln nachzudenken, während Kinder oft intuitiv handeln. Deshalb ist der Reitunterricht für Erwachsene auch etwas anders gestaltet und speziell auf deren Bedürfnisse abgestimmt. Erst nach einigen Einzelstunden (meist an der Longe) wird die volle Verantwortung mit den Zügeln in die Hand des Reiters gegeben. Gleichgesinnte werden dann in kleinen Gruppen zusammengefasst.

Eine Reitanfängerin: „Es ist faszinierend, die Welt einmal aus einer ganz anderen Perspektive zu betrachten. Und sich der Kraft eines Wesens anzuvertrauen, das kräftemäßig dem Mensch eigentlich weit überlegen ist, löst unglaubliche, bisher nicht gekannte Gefühle aus.“

Selbstverständlich ist beim Reiten auch ein gewisses Maß an Respekt, zum einen vor dem „Lebewesen Pferd“, aber auch vor der Verletzungsgefahr, erforderlich. Beim Reitverein Mertingen stehen jedoch ausgebildete, vereinseigene Schulungspferde zur Verfügung, die daran gewöhnt sind, dass sie es sind, die dem Reiter helfen, Vertrauen zu fassen und zu lernen. Betreut werden Ross und Reiter von der erfahrenen Reitlehrerin und Pferdewirtin Renate Heinzelmann, die mit Fachwissen und nicht zuletzt mit einer gesunden Portion Humor die Reiter betreut und unterrichtet.

Alle weiteren Informationen und Anmeldungen bei Frau Heinzelmann, Handy 0172 8834002.

