

Das 17. Jährliche Internationale Centered Riding Symposium In Wien, Österreich



CENTERED RIDING ERREICHT EINEN NEUEN MEILENSTEIN: 1000 MITGLIEDER

Am 31. August wurde Isabell Bachler aus Österreich das tausendste Mitglied von Centered Riding. Sie können in dieser Ausgabe des Newsletters einen Bericht von Isabell lesen, in dem sie sich selbst vorstellt.

All diejenigen, die dabei geholfen, Centered Riding zu unterrichten und andere darauf aufmerksam zu machen, haben eine wichtige Rolle dabei gespielt, dass Centered Riding diesen Meilenstein nun erreichen konnte. Speziell in Anbetracht der schwierigen Wirtschaftslage, die wir in den letzten Jahren erlebt haben, ist es eine erstaunliche Leistung, dass Centered Riding von 317 Mitgliedern in 2005 zu 1045 Mitgliedern (zur Zeit des Internationalen Symposiums in Wien, Österreich) in 2011 angewachsen ist. Dies repräsentiert eine Steigerung von mehr als 215% in nur sechs Jahren! Die Anzahl von Ländern, die Interesse an Centered Riding zeigen, nimmt ebenfalls zu. Es gibt seit kurzer Zeit neue Ausbilder in Costa Rica, Portugal und Ungarn, die nun Centered Riding vertreten, zusätzlich zu den 20 Ländern, die im Directory (Adressenverzeichnis) für 2011 aufgelistet wurden. Wir haben ebenfalls ein Centered Riding Mitglied aus der Tschechischen Republik und gerade erhielt unser Büro eine E-Mail von Bianca aus Rumänien, die schrieb: "Bitte lassen Sie mich wissen, was ich tun kann, um das Buch über Centered Riding und die DVDs zu erhalten ... Ich lebe in Rumänien und hoffe deshalb, dass dies durch die weite Entfernung kein Problem sein wird. Ich habe bereits das erste Buch gelesen und fand es hervorragend. Ich habe dadurch viele Anregungen erhalten und es hilft mir sehr beim Reiten." Bianca möchte einen Bericht für unseren Newsletter über ihre Erfahrungen schreiben.

Sue Leffler, die direkt von Sally gelernt hat, drückt dies folgendermaßen aus: "Wer hätte gedacht das Sally, eine unbekannt kleine ältere Dame aus Neuengland, mit ihren Ideen eine weltweite Ausbilderorganisation ins Leben rufen könnte, die Ausbilder in fünf Kontinenten und mehr als 1000 Mitglieder hat. Das ist wirklich beeindruckend."

Sally würde sich über diese großartige Leistung sehr freuen!

Hallo alle zusammen!

Mein Name ist Isabell Bachler und ich bin das 1000ste Mitglied von Centered Riding. Ich bin 41 Jahre alt und lebe in Österreich.

Ich liebe Pferde glaube ich seit ich denken kann. I began als Kind mit 6 Jahren zu reiten. Mein Vater führte mich geduldig auf Shetland Ponies spazieren. Als ich älter war begann ich, auf Haflingerpferden zu reiten. Bis zu diesem Zeitpunkt ritt ich ohne Sattel.

Mit 14 bekam ich – nach einigem Betteln – Reitstunden in einer „richtigen“ Re-

Freitag, 4. November 2011 rund 150 Personen aus 14 Ländern versammelten sich im Trend Hotel in Wien, Österreich, um an der jährlichen Generalversammlung von Centered Riding teilzunehmen. Dies war der Eröffnungstag des Centered Riding Symposiums. Dr. Klaus Möller, Judith Kremser, Roswitha Schriber-Jetzinger und Sue Leffler, die Organisatoren des Symposiums, haben gute Arbeit geleistet. Jeder Teilnehmer erhielt am Eingang eine weiße Tüte, die mit Tickets für Mittagessen, farbigen Bändern für die verschiedenen Veranstaltungen und Unterlagen von den Sponsoren des Symposiums gefüllt waren.

Die Tische, auf denen Getränke und kleine Bonsai Bäumchen standen, füllten sich schnell mit enthusiastischen Centered Riding Mitgliedern und es konnten viele verschiedene Sprachen gehört werden.

Dr. Möller begrüßte alle Anwesenden und übergab die Leitung der Versammlung an die Präsidentin Jamison Wallace. Es wurde Geschäftliches besprochen (und übersetzt); die Organisatoren des Symposiums und Sonja Waggerhauser (sie und ihr Ehemann halfen Centered Riding bei einem umfangreichen Projekt) erhielten Geschenke, Ann Draper aus Kanada und Elise Müri aus der Schweiz bekamen Auszeichnungen als Reitermitglieder und es wurde bekanntgegeben, dass Centered Riding einen wichtigen Meilenstein erreicht hat und nun das tausendste Mitglied begrüßen konnte. Nachdem die Versammlung vertagt wurde, teilten sich die Anwesenden in Gruppen auf, die aus Freunden oder Teilnehmern verschiedener Länder bestanden und Kontakte wurden geknüpft. Level IV Ausbilder und Mitglieder des Vorstandes standen mit Rat und Tat zur Seite. Viele interessante Themen und Bedenken wurden besprochen und anschließend allen Anwesenden in der großen Runde vorgetragen. Diese Bedenken/Ideen wurden an den Level IV Ausschuss und den Vorstand weitergeleitet. Nach einer kurzen Pause, in der das Hotelpersonal Gelegenheit hatte, Tische abzuräumen und umzustellen, versammelten wir uns wieder, um ein leckeres Abendbuffet zu genießen.

Am Samstagmorgen um 8 Uhr begann in der Veterinärmedizinischen Universität in Wien die Veranstaltungen der zweitägigen Registrierung. Nach einer kurzen Einführung stellte Dr. Möller in der geräumigen und gut beleuchteten Reithalle der Universität Herrn Reiner Komarek, den Leiter des Bildungsausschusses der Österreichischen Reitervereinigung, vor. Die Präsidentin Jamison Wallace hielt anschließend eine Rede für die Teilnehmer des Symposiums.

Erster Programmpunkt war ein Einblick darauf, wie die Körper von Pferd und Reiter arbeiten, mit Peggy Brown in ihrem „Knochenanzug“ und Susan Harris, die Muskeln auf eine Seite von Clay, dem „sichtbaren Pferd“ gezeichnet hatte. Wir bekamen einen Überblick darüber, wie die Knochen und Muskeln des Pferdes arbeiten und welchen Einfluss die Anwendung der 4 Grundlagen auf den Reiter und das Pferd haben.

Wir versammelten uns dann im Vorlesungssaal, um Arthur Kottas-Heldenberg zuzuhören, wie er über das Zusammenspiel und den Einfluss des Reiters auf das Training des Pferdes sprach. Das Mittagessen im Restaurant der Universität wurde freudig begrüßt. Nach der Stärkung kehrten wir in die Reithalle zurück, um Arthur Kottas –Heldenberg zusehen, der mit Hilfe von drei Demonstrationsreitern Beispiele zu seinem Vortrag am Vormittag aufzeigte. In der Reithalle wurden hellblaue Centered Riding Decken, Jacken und Schals verkauft und es gab ebenfalls heißen Kaffee, Tee und Wiener Backwaren in großen Mengen. Bücher von allen Präsentatoren konnten



Von der Präsidentin



Hallo liebe Mitglieder!

Ich bin gerade von dem 17. jährlichen Centered Riding Symposium zurückgekehrt, das in diesem Jahr zum ersten Mal in Europa stattfand. Es war wirklich großartig. Sie können eine Zusammenfassung auf der Centered Riding webseite lesen, sowie meine Beschreibung, als Teilnehmer, in dieser Ausgabe des Newsletters. Ich glaube, dass ich mit fast alle 277 Teilnehmer kennengelernt habe. Ich habe ebenfalls die Österreichische Küche sehr genossen und mit Begeisterung die Spanische Hofreitschule besichtigt und die Vorführung dort angesehen.

Ich hoffe, dass alle Ausbilder-Mitglieder dieses Jahr daran gedacht haben, ihre Zertifizierung zu erneuern. Sie müssen bis zum 31. Dezember Ihre Erneuerungsgebühr einsenden, andernfalls werden Sie im nächsten Jahr nicht im Directory (Adressenverzeichnis) oder auf der Webseite von Centered Riding erscheinen. Centered Riding hat jetzt über 1000 Mitglieder.

Wir verstehen, dass es besonders in dieser schwierigen Wirtschaftslage nicht immer einfach ist, rechtzeitig an einem Update teilzunehmen. Da im letzten Jahr nicht alle Stipendien vergeben wurden, werden diese ebenfalls für 2012 gelten. Sie sind dazu berechtigt, ein Stipendium im Betrag von US\$200 für Ihren nächsten Update-Kurs zu erhalten. Gehen Sie zu der Centered Riding webseite, um mehr über den Ablauf zu erfahren und um Formulare herunterzuladen.

Der Level IV Ausschuss hat sich in letzter Zeit mit dem Problem beschäftigt, dass einige unserer Level IV Ausbilder aus Altersgründen nicht mehr in der Lage sind, soviel zu reisen wie zuvor. Deshalb wurde eine neue Kategorie - Level IV-Modifiziert (Modified) – ins Leben gerufen. Diese Level IV Ausbilder werden keine Update- oder Ausbilderkurse mehr unterrichten, sie können jedoch als Assistenten zur Seite stehen und es wird nicht mehr von ihnen verlangt, dass sie an Updates teilnehmen, um ihre Zertifizierung zu behalten.

Ich hoffe, Sie kamen mit dem elektronischen Wahlsystem zurecht. Die Resonanz war noch nicht überwältigend, aber Peggy Brown, Level IV und Margreet Bouwmeester, Level III sind nun unsere neuen Vorstandsmitglieder. Kathy Culler, ein derzeitiges Vorstandsmitglied, deren Amtszeit in diesem Jahr abgelaufen ist, wird Donna Snyder-Smith ersetzen, die aus persönlichen Gründen den Vorstand verlassen hat. Vielen Dank an Claudia DiSanto für ihre Arbeit, die sie in den letzten Jahren als Vorstandsmitglied geleistet hat. Claudia wird weiterhin als internationale Kontaktperson (International Liaison) zur Verfügung stehen.

Ich möchte Ihnen allen frohe Festtage und ein gesundes und zentriertes neues Jahr wünschen.

Janice L. Wallace

Symposium

ebenfalls erworben werden.

Am Samstagabend trafen sich die glücklichen 150 Teilnehmer, die sich zuerst angemeldet hatten, an der Spanischen Hofreitschule, um an einem Rundgang, einer privaten Demonstration und einem Abendessen teilzunehmen.



Der Sonntag begann sehr früh. Einige Trainer der Österreichischen Reitervereinigung nutzten das Symposium, um an einem Update teilzunehmen und nahmen deshalb nur an diesem Tag teil. Sie holten ihre Pakete am Eingang des Vorlesungssaales der Universität ab und wir begannen mit der Präsentation Kinästhetik – Ein wissenschaftlicher Ansatz zu der Biomechanik von Pferd und Reiter, die von Prof. Dr. Christian Peham vorgetragen wurde. Angefüllt mit neuen Kenntnissen über die wissenschaftlichen Ansätze in Bezug auf Gangarten, dem Gewicht des Reiters und dem Einfluss des Sattels, trafen wir uns wieder in der Reithalle, um Echart Meyners zuzuhören, der über die Biomechanik und der Sitz des Reiters sprach und seiner ersten Demo-Reiterin, einer Vielseitigkeitsreiterin, zusehen. Man konnte die Reiterin zu Pferd und während Bodenübungen beobachten, die er auf bestimmte Probleme abgestimmte. Anschließend wurde eine Beurteilung der Übungen zu Pferd gezeigt und erneut Bodenübungen oder der Balimo-Stuhl.



Nach einem erholsamen Mittagessen kehrten wir zurück zu Susan Harris und Peggy Brown, die mit Hilfe von Demo-Reitern den Einfluss, den die 4 Grundlagen auf den Sitz des Reiters haben, veranschaulichten.

Eckart Meyners beendete das Programm mit weiteren Demo-Reitern, einem professionellen Springreiter und einem internationalen Dressurreiter.

Am Ende erhielten alle 277 Teilnehmer des Symposiums ein Teilnehmerzertifikat.

1000 MITGLIEDER

itschule geschenkt. Ich liebe es. Nachdem mich der Pferdevirus wirklich gepackt hatte, kaufte ich mit 21 Jahren mein erstes eigenes Pferd, ein Araberstutfohlen. Ich ritt sie ohne Hilfe an.

Ich liebe es, mit Jungpferde oder schwierigen Pferden zu arbeiten. Es half meiner Reiterfahrung sehr, all diese verschiedenen Pferde zu arbeiten – jedes Pferd muss anders gearbeitet werden. Jedes Pferd hat einen eigenen Charakter; was bei einem Pferd funktioniert, muss nicht automatisch beim nächsten wirken. Man lernt außerdem bei der Arbeit mit Pferden Geduld und Ruhe.

Mit der Zeit begannen Freunde um Ratschläge betreffend ihres Reitens zu fragen. So begann ich, zu unterrichten oder Pferde zu bereiten. Es funktionierte sehr gut und sprach sich herum.

Ich denke, Centered Riding ist ein großartiger Weg, Reitern das richtige Reitgefühl zu vermitteln. „Normale“ Reitstunden sind oft sehr „technisch“ – du tust dies, das Pferd tut das. Im Centered Riding lernt man, sich auf seinen Körper zu konzentrieren und zu erfahren, wie unterschiedliche Körperpositionen das Pferd beeinflussen. Besonders das Arbeiten mit mentalen Bildern hilft meinen Schülern mehr als es ihnen nur zu sagen.

Mein eigenes Reiten hat ebenso sehr stark profitiert. Ich bekomme viel positives Feedback, seit ich begonnen habe, Centered-Riding-Elemente in meinen Unterricht einzubringen.

AMTSTRÄGER (OFFICERS) FÜR 2012

Präsidentin – Carol O'Donnell Wilson
Fizepräsidentin – Kathy Culler
Schatzmeisterin – Heidi Potter
Schriftführerin – Carol Parker

Kurzversion Vorstandsversammlung von Centered Riding 19. September, 2011

- Elektronische Wahlen für neue Vorstandsmitglieder werden derzeit durchgeführt und scheinen sehr benutzerfreundlich zu sein.
- Das tausendste Mitglied von Centered Riding ist: Isabell Bachler aus Österreich. Herzlichen Glückwunsch an Isabell und an Centered Riding! Centered Riding hat jetzt 1004 Mitglieder.
- Der Level II Ausschuss genehmigte vor kurzer Zeit zwei Aufstufungsanträge. Herzliche Glückwünsche an unsere neuesten Centered Riding Level II Ausbilder:
 - Belinda Bonting aus Holland
 - Nicole Wegmüller aus der Schweiz
- Der Veröffentlichungsausschuss (Publications Committee) hätte gerne neue Artikel für das eBulletin. Bitte nehmen Sie Kontakt mit Sam Morrison auf, wenn Sie einen Bericht einreichen möchten.
- Das Symposium 2011 ist ausverkauft! Die Teilnehmerzahl beträgt 260.
- Centered Riding sucht nach Sponsoren. Dies muss auf eine andere Art und Weise angegangen werden, als bei der Suche nach Befürwortern. Allgemeine Diskussion darüber, wie vorgegangen werden soll und Unterbreitung von Vorschlägen.
- Webseite muss überarbeitet werden.
- AGM und nächste Centered Riding -Vorstandsversammlung findet in Wien, Österreich direkt vor dem Beginn des Symposiums statt.

Protokoll der jährlichen Generalversammlung (Annual Genral Meeting-AGM) 4. November, 2011 Wien, Österreich

Die Versammlung wurde um 14.45 Uhr im Trend Hotel, Wien, Österreich zur Ordnung gerufen. Ungefähr 150 Mitglieder waren anwesend.

Bericht der Schriftführerin- Das Protokoll der jährlichen Generalversammlung von 2010 wurde gelesen und genehmigt. Antrag, das Protokoll des AGM von 2010 zu genehmigen: Lucille Bump, sekundiert von Sue Leffler. Antrag wurde einstimmig angenommen.

Finanzbericht – Ein Finanzbericht wurde vorgelegt. Diskussionen und Fragen über verschiedene Inhaltspunkte. Es wurde beantragt, dass ein Jahresvergleich bereitgestellt wird. Antrag, den vorgelegten Finanzbericht zu genehmigen: Sue Leffler, sekundiert von Judith Cross-Strehlke. Antrag angenommen.

Bericht der Präsidentin – Die Präsidentin von Centered Riding berichtete über Folgendes:

- Bemerkungen der Präsidentin über das Wachstum von Centered Riding, die Zukunft und elektronische Wahlen
- Vorstellung derzeitiger Vorstandsmitglieder und neuer Vorstandsmitglieder für die Amtsperiode 2012-2014
- Ausschüsse
- Zuschüsse und Stipendien stehen zur Verfügung
- Präsentation der Auszeichnungen für Reitermitglieder – Ann Draper, Kanada – Blaue Auszeichnung und Elisa Müri, Schweiz – Rote Auszeichnung
- Präsentation der Geschenke für den Symposium-Ausschuss und Geschenk an Sonja Wagershouser als Dank für ihre Arbeit im Namen von Centered Riding.
- Das tausendste Mitglied - Isabell Bachler.

Antrag, die Versammlung zu vertagen wurde von Lucille Bump gestellt und von Carol Wilson sekundiert. Die Versammlung wurde um 16.00 Uhr vertagt.

Die „Kugel“ im „Haus des Nikolaus“

„Kreise kleiner denken“. „Eine Diagonale entstehen lassen“. „Die Kugel andrehen“. Was haben diese Vorstellungen, die eher nach Mathematik- und Physikstunden klingen, in einer Reithalle verloren? Sehr viel, sofern sich um die Ausbildung angehender „Centered Riding Instructors“ handelt, die sich zu zwei - jeweils mehrtägigen - Seminaren im Reitzentrum Gut Klein Nienhagen bei Bianca Glöe zusammenfanden. Unter der Anleitung von Angelika Engberg - mit dem Centered Riding Level IV die einzige Deutsche, die wiederum Ausbilder und Ausbilderinnen für das in den USA entwickelte Lehrsystem unterrichten darf - vertieften die bereits im „Reiten aus der Körpermitte“ erfahrenen Reiterinnen zunächst ihre eigenen Kenntnisse, bevor es vor allem darum ging, wie man in Zukunft die eigenen Reitschüler zu Hause kompetent darin schulen könne.

Mit den beiden Reitlehrbüchern „Reiten aus der Körpermitte“ wurde die Amerikanerin Sally Swift auch in der heimischen Reiterszene bekannt. Was verbirgt sich hinter dem „Centered Riding“? Keinesfalls eine spezielle Reitweise, sondern eine Lehrmethode, die den Reiter vor allem in seinen Körperwahrnehmungen sensibilisiert und somit für Reiter aller Richtungen geeignet ist; für Spring-, Dressur- oder Gangpferdereiter ebenso wie für jene, die sich als Freizeitreiter bezeichnen würden.

Was geschieht in den Wendungen? Wie bewegt mich das Pferd im Sattel, wenn es einen Hinterfuß anhebt? Keine Frage, wer diese Bewegungsabläufe genau zu erspüren lernt, kann auch in seiner Hilfengebung deutlich feiner werden. Anschauliche „innere Bilder“ wie das „Haus des Nikolaus“ und die „Kugel im Nest“ helfen dabei, einen ausbalancierten Sitz zu entwickeln, der Voraussetzung ist für die präzise Hilfengebung. Und damit wären wir doch bei der Physik angekommen: Die Füße unter den Schwerpunkt zu bringen und daraus mit wirklicher Leichtigkeit leichtzutrablen oder so im Entlastungssitz zu reiten, dass der Pferderücken zum Schwingen kommen kann, gehörten zu den Themen, mit denen sich die angehenden Centered Riding Ausbilderinnen auseinandersetzen.

Das Gut Klein Nienhagen bot für den Lehrgang beste Voraussetzungen mit einer Reithalle, in der ungestört und ohne Zeitdruck gearbeitet werden konnte. Dazu kamen die kurzen Wege zwischen Stall, Ferienwohnungen und dem Seminarraum im Gutshaus. Denn viel Zeit „zwischen durch“ blieb Teilnehmerinnen nicht. Die Tage waren ausgefüllt mit Theorie, Übungen „am Boden“ und den sich anschließenden Reitstunden, in denen die Lehrgangsteilnehmerinnen entweder selbst im Sattel saßen oder sich gegenseitig und Gastschüler unterrichteten. Mit Elan und Engagement führte Angelika Engberg durch den umfangreichen Lehrstoff. Zu jeder Zeit darauf bedacht, ob alles richtig verstanden wurde, und mit viel Humor, der bei aller Konzentration für eine gelöste Stimmung sorgte, in das Lernen leicht fiel und Lust darauf machte, die Diskussionen bis tief in die Abendstunden fortzusetzen. *Susanne Kronenberg*

Bekanntmachungen

Die Gebühren für die Erneuerung der Zertifizierung sind jetzt überfällig. Falls Sie noch nicht erneuert haben, muss Ihre Zahlung vor dem 1. Januar eintreffen, um weiterhin auf der Centered Riding webseite und im Directory (Adressenverzeichnis) von Centered Riding aufgelistet zu bleiben.

Einen besonderen Dank an ALLE, die dabei geholfen haben, dass Centered Riding so erfolgreich ist!

Centered Riding heißt Peggy Brown und Margreet Bouwmeester herzlich als neue Vorstandsmitglieder (Board of Trustees) willkommen

Herzliche Glückwünsche an Peggy Brown und Margreet Bouwmeester, die für 2012 in den Vorstand (Board of Trustees) gewählt wurden.

Peggy Brown ist eine Level IV Centered Riding Kursleiterin für Reiten und Fahren aus Toledo, Ohio. Sie wurde von der American Riding Instructor Association als Experten-Ausbilderin (Expert Instructor) und Ausbilder-Pädagogin (Instructor Educator) klassifiziert und erhielt in 2005 die Auszeichnung "Ausbilderin des Jahres". Peggy teilt freigiebig ihre Erfahrungen mit Anderen in Bezug auf die Teilnahme an Wettbewerben, Pferdehaltung und Training mit Pferden und Reitern aller Disziplinen einschließlich Jagdreiten/Springen, Dressur, Western, Spiele und besondere Veranstaltungen, Kombinations- und Freizeitfahren sowie Wettbewerbe im Geländereiten. Peggy und ihre Haflingerstute Ulie wurden nordamerikanische Champions im Vielseitigkeitsreiten und für Spielveranstaltungen; sie war ebenfalls eine Kandidatin für das US-Equestrian-Team für kombiniertes Fahren. Peggy ist fest davon überzeugt, dass ein solides Fundament in Bezug auf Training für Pferd und Reiter sehr wichtig ist. Sie hilft Reitern, ihre Körper richtig einzusetzen, um Verletzungen zu vermeiden und um klar, im Gleichgewicht und Harmonie mit dem Pferd, kommunizieren zu können. Peggy arbeitet national und international als Visible Rider und trägt dabei einen Anzug mit aufgemalten Knochen, damit Reiter über ihre eigenen Körper lernen können und sehen, wie deren Haltung den Körper des Pferdes beeinflusst. Sie unterrichtet Reiten und Fahren in Nordamerika, Australien, Island, Skandinavien, Japan, Europa und Großbritannien. Es ist das Ziel von Peggy, Pferden dabei zu helfen, ihre Leistung und Komfortniveau zu verbessern, indem Sie den Reitern und Fahrern beibringt, Hände und Sitz sensibel, unabhängig und im Gleichgewicht einzusetzen. Peggy lebt mit ihrem Ehemann und ihren vierbeinigen Freunden auf ihrer Farm.



Margareet Interesse an Centered Riding begann vor 20 Jahren und sie hat seitdem nicht aufgehört zu lernen. Sie hat die Alexander Technik, Feldenkrais, Tai Chi, Chi Kung, Atemwahrnehmung studiert, um eine bessere Reiterin und Ausbilderin zu werden. Margreet arbeitet mit einem persönlichen Trainer an sich selbst und ihrer Kommunikation. Sie liebt es, mit Pferden und Menschen zu arbeiten. Nachdem sie 32 Jahre lang für die Niederländische Eisenbahn als Finanzprüferin gearbeitet hat, konzentriert sie sich jetzt vollzeitlich auf ihre Arbeit mit Pferd und Reiter. Margreet ist der Meinung, dass ihre beiden Pferde Shen und Laska ihre Lehrer sind und sie liebt es, beide zu reiten. Margreet glaubt, dass ein europäisches Vorstandsmitglied dabei helfen kann, Centered Riding speziell in den Niederlanden zu qualifizieren, damit es eine Trainingmethode für professionelle Reiter wird. Dadurch können Ausbilder ihr Sicherheitszertifikat erhalten, ein wichtiger Schritt für die Anerkennung von Centered Riding, um das Wissen von Sally weiter verbreiten zu können.



Margareet Interesse an Centered Riding begann vor 20 Jahren und sie hat seitdem nicht aufgehört zu lernen. Sie hat die Alexander Technik, Feldenkrais, Tai Chi, Chi Kung, Atemwahrnehmung studiert, um eine bessere Reiterin und Ausbilderin zu werden. Margreet arbeitet mit einem persönlichen Trainer an sich selbst und ihrer Kommunikation. Sie liebt es, mit Pferden und Menschen zu arbeiten. Nachdem sie 32 Jahre lang für die Niederländische Eisenbahn als Finanzprüferin gearbeitet hat, konzentriert sie sich jetzt vollzeitlich auf ihre Arbeit mit Pferd und Reiter. Margreet ist der Meinung, dass ihre beiden Pferde Shen und Laska ihre Lehrer sind und sie liebt es, beide zu reiten. Margreet glaubt, dass ein europäisches Vorstandsmitglied dabei helfen kann, Centered Riding speziell in den Niederlanden zu qualifizieren, damit es eine Trainingmethode für professionelle Reiter wird. Dadurch können Ausbilder ihr Sicherheitszertifikat erhalten, ein wichtiger Schritt für die Anerkennung von Centered Riding, um das Wissen von Sally weiter verbreiten zu können.

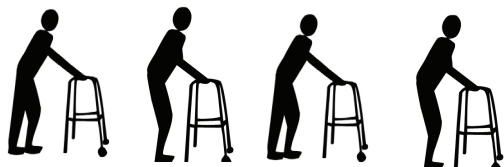
Mitgehende Hände

von Paula Pethers, Level II aus Michigan Graphische Darstellungen von Carrie und Emily Whitacre

Als Sally Swift uns den mitgehenden Sitz beibrachte, redete sie ebenfalls über mitgehende Hände.

Mitgehende Hände haben gleichmäßigen Kontakt oder Gefühl über die Zügel bis zum Pferde- Maul. Im traditionellen Reitunterricht lernen wir, dass die Hände des Reiters dem Kopf des Pferdes nach vorne und zurück folgen. Dies bedeutet, dass wir teilweise etwas an den Zügeln "ziehen". Dieses Ziehen sollte vermieden werden, da das Pferd dadurch gehindert wird, dass die Energie aus der Hinterhand nach vorne gelangt.

Tatsächlich sollten wir erlauben, dass die Zügel unsere Hände nach vorne ziehen, wenn wir der Bewegung des Pferdekopfes (nach unten-seitlich schwingend-nach oben) folgen. Unsere Hände folgen dem Pferdekopf während der Körper des Pferdes unseren Körper nach vorne bewegt. In dieser Reihenfolge öffnen und schließen sich unsere Ellbogengelenke, um gleichmäßigen Kontakt zum Maul zu halten.

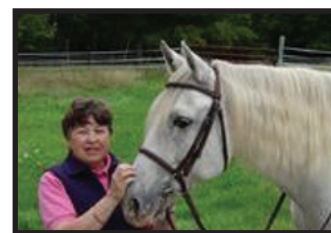


Pferderücken nach oben und unten bewegt. Diese kleinere Bewegung geschieht in allen drei Gangarten, wenn die Zügel locker sind. Beim Leichttraben öffnen und schließen sich die Ellbogen mehr, damit der Reiter aufstehen und einsitzen kann. Im Galopp folgen die Hände und der Sitz dem Kopf und Körper des Pferdes, während sich das Pferd im Dreitakt vom Boden abhebt und wieder aufkommt. Die Hüft- und Ellbogengelenke des Reiters öffnen sich und schließen sich dann wieder, wenn das Pferd nach dem Galoppsprung auf dem Boden aufkommt.



Können Sie immer Kontakt mit Gebiss halten, ohne die Zügel nach hinten zu ziehen? Haben Sie gleichmäßigen Kontakt an beiden Zügelhälften? Bemerkten Sie den Unterschied, wenn Sie bei einer Wendung die Zügel „öffnen“ im Vergleich zum Ziehen an den Zügeln? Diese Übung kann auch mit zwei Personen durchgeführt werden. Eine Person ist „das Pferd“ und hält das Gebiss und bewegt die Arme entsprechend und die andere Person ist „der Reiter“ und hält die Zügel. Bei dieser Übung können sich die beiden Personen gegenüberstehen oder die Person die das Pferd ist kann vor dem Reiter herlaufen.

ÜBEN SIE OFT; IHR PFERD WIRD IHNEN DANKEN!!



Paula Pethers und Silversson

Damit wir uns dies besser vorstellen zu können, denken wir beispielsweise an eine Person in einem Altenheim, die eine Gehhilfe benutzt. Um die Gehhilfe nach vorne zu bewegen, müssen die Ellbogengelenke geöffnet werden, dann macht die Person einen Schritt nach vorne in Richtung Gehhilfe und die Ellbogen schließen sich wieder. Dieser Prozess wiederholt sich und die Hände bleiben in ständigen Kontakt mit der Gehhilfe. Die Hände des Reiters bleiben in ständigen Kontakt mit dem Maul des Pferdes.

Im ausgesessenen Trab ist diese Bewegung der Ellbogen kleiner, damit die Hände ruhig bleiben und nicht dem Gesäß des Reiters folgen, das sich mit dem Pferd bewegt. Diese kleinere Bewegung geschieht in allen drei Gangarten, wenn die Zügel locker sind. Beim Leichttraben öffnen und schließen sich die Ellbogen mehr, damit der Reiter aufstehen und einsitzen kann. Im Galopp folgen die Hände und der Sitz dem Kopf und Körper des Pferdes, während sich das Pferd im Dreitakt vom Boden abhebt und wieder aufkommt. Die Hüft- und Ellbogengelenke des Reiters öffnen sich und schließen sich dann wieder, wenn das Pferd nach dem Galoppsprung auf dem Boden aufkommt.

MITGEHENDE HÄNDE SIND TATSÄCHLICH MITGEHENDE ELLBOGEN!!!!

So können "mitgehende Hände" geübt werden: Sie benötigen einen harten Stuhl und ein Gebiss mit Zügeln. Ziehen Sie einen Schuh aus und setzen Sie sich auf die vordere Kante des harten Stuhls. Halten Sie die Zügel wie beim Reiten und legen Sie das Gebiss dort auf Ihren Fuß wo die Zehen aufhören. Heben Sie Ihren Fuß vom Boden ab und bewegen Sie ihn etwas nach unten – zur Seite – etwas nach oben für Schritt, heben und senken Sie den Fuß etwas schneller für Trab und bewegen Sie den Fuß nach vorne und hinten für Galopp.