

Springen im Damensattel



Marie Symbill

Das Werk einschließlich aller seiner Texte ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Herausgebers unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Reproduktionen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Hier ein unkonventioneller – aber sehr hilfreicher und effektiver Lernweg für das Springen im Damensattel:

Die Reiterin sollte als Voraussetzung natürlich Springerfahrung im Herrrensattel mitbringen, passend an Hindernisse anreiten, den Absprung bestimmen und fliegende Wechsel reiten können. Um sich auf das neue Gefühl im Damensattel vorzubereiten, übt man für das „Extrem“ Damensattel das Springen im „Extrem“ ohne Sattel.



Hier erspürt man die Möglichkeiten der Bewegung hautnah, jeder Fehler, der sich eingeschlichen hat, fällt sofort auf...

Im Damensattel ist der Schwerpunkt der Reiterin viel höher über dem Pferd und weiter hinten als im normalen Sattel. Deshalb passiert es schnell, daß man hinter der Bewegung zurück bleibt. Als Gegenmaßnahme beugt man sich mehr vor und drückt den Absatz im Steigbügel sehr tief. So behält man während des Sprunges seine Balance.

Würde man mit dem Zügel eine „Brücke“ machen und die Hände so zur Stabilisierung auf den Hals stellen (siehe Fotos: Springen ohne Sattel), würde im Damensattel der Reiterrücken zu rund werden. Ein zu runder Rücken bedeutet, daß die Rückenstrecker der Reiterin nicht genug gespannt sind und sie somit hinter die Bewegung kommt. Das ist nicht nur unbequem sondern gefährlich.

In folgender Übungs-Anordnung kann die Reiterin das sichere geschmeidige Springen im Damensattel üben:

1. Trabstangen reiten,
2. Hindernisse aus dem Trab anreiten (schult den Sitz besser als bequemes fließendes Anreiten aus dem Galopp),
3. Springen aus dem Galopp ist bequemer, dafür kann man jetzt die Sprunghöhe steigern und
4. Training im Spring-Garten oder Parcours.



Trabstangen



Sprung aus dem Trab



Sprung aus dem Galopp

Oder anders zusammengefaßt: „Erst wirft die Reiterin ihr Herz voraus – und dann springt das Pferd hinterher“.

Nähere Ausführungen und weitere Details zum Springen im Damensattel finden Sie im Buch der Autorin „Das pferdegemäße Damensattelreiten in der Moderne“.