

## Medien & Materialien

### Stammer, Stefan: Das Pferd in positiver Spannung – Biomechanik und Reitlehre in Bewegung

In den letzten Jahren häufen sich Veröffentlichungen zum Thema Reiten, Ausbildung und Training des Pferdes. Warum gerade dieses Werk aus der Fülle der Neuerscheinungen herausragt, soll im Überblick über die sieben Kapitel und einer anschließenden Einschätzung deutlich werden.

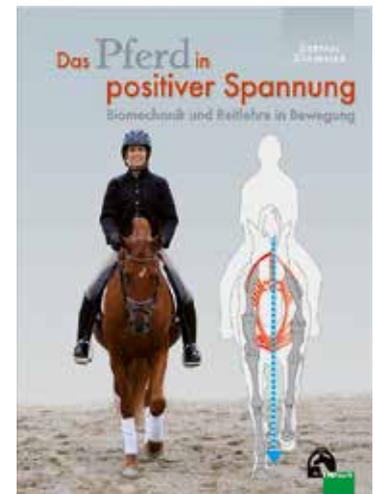
Am Anfang steht eine kurze Analyse der momentanen Situation im Reitsport. Die hohe Verantwortung, die mit dem Besitz und der Nutzung des Pferdes einhergeht, wird betont. Interessante Fragen werden aufgeworfen und altbekannte Umschreibungen hinterfragt. Stammers Sicht wird gleich zu Beginn in der Beleuchtung der Begriffe „Entspannung“ und „Losgelassenheit“ deutlich: sie seien nicht gleichzusetzen mit einem Zustand des unangestregten Nichtstuns des Reiters bzw. dem spannungslosen Dahinlaufen des Pferdes. Eine positive Spannung sei unumgänglich, um ein Pferd aus seinen natürlichen Bewegungsmustern heraus zu einem „zufriedene[m], sich selbst tragende[m] und in Losgelassenheit schwingende[m] Pferd“ (S.21) unter einem Reiter werden zu lassen. Erreichbar sei dieser Zustand weder durch negative Verspannung (à la Rollkur) noch durch negative Entspannung (à la braves Freizeitpferd, das „gemütlich“ geritten wird). Um die gewünschte positive Spannung im Pferd zu er- und behalten, brauche es die (je abgestimmte) aktive Einwirkung des Reiters und ein grundlegendes, athletisches Training des Pferdes – immer in Abhängigkeit von dessen individuellen psychischen und physischen Voraussetzungen und seines Einsatzgebietes.

Die Kapitel zwei und drei sind der Entfaltung der vom Autor entwickelten Überlegungen zu Biomechanik und Reitlehre in Bewegung gewidmet.

Grundpfeiler des Denkmodells sind Erkenntnisse aus der Trainingslehre, der Biomechanik und der funktionellen Anatomie. Dreh- und Angelpunkt ist die „positive Spannung“ – verstan-

den als aktive Stabilisation des Pferdes gegen die Schwerkraft im dynamischen Zusammenspiel von vorderem und hinterem, Bewegungszentrum (Vor- und Hinterhand). Die theoretischen Zusammenhänge von Bewegungsenergie, Kraftentwicklung und Übertragung in Ruhe und Bewegung werden mithilfe zahlreicher, aussagekräftiger Abbildungen erklärt. Wie und warum diese Kräfte in der Ausbildung vom Pferd zum Reitpferd zur Gesunderhaltung des Pferdes gerichtet werden müssen, wird nachvollziehbar verdeutlicht. Hierzu wird das Denkmodell anschaulich auf die Analyse der Bewegung des Pferdes auf geraden und gebogenen Linien bzw. zur Erklärung der Begriffe „hohle“ Seite, Schiefe und Geraderichten angewendet. Sehr gelungen ist die detaillierte Erläuterung der Wirkmechanismen der unterschiedlichen Kräfte in Schritt, Trab und Galopp sowie die Darstellung ungünstiger Bewegungskonzepte und woran sie am Muskelrelief des Pferdes und in der Bewegungsanalyse erkennbar sind. Kurz angerissen werden Schnittpunkte zu neueren Erkenntnissen über Faszienstrukturen und die besondere Bedeutung des Zwerchfells als Atemmuskel und Verbindungselement zwischen Vorhand und Hinterhand.

In Kapitel vier wird die fundamentale Bedeutung der Dressurarbeit aus biomechanischer Sicht weiter vertieft. Die vorangegangenen Überlegungen werden in Beziehung gesetzt zur Skala der Ausbildung der FN und auf die unterschiedlichen Einsatzgebiete des Pferdes angewendet. Es wird hingewiesen auf unterschiedliche Zeitverläufe des Trainings bei unterschiedlichen Pferde-



FN Verlag, Warendorf, 2015,  
184 Seiten, 27,90 € (D)

typen – ebenso wie auf die notwendige, individuelle Anleitung von Pferd und Reiter während des gesamten Trainingsprozesses.

Dies führt den Leser zu Kapitel fünf. Anhand eingängiger Beispiele wird hier aufgezeigt, wie tradierte Vorstellungen und Anweisungen „falsche“ Bilder vermitteln können, die ungünstige Bewegungsmuster und Verhaltensweisen beim Reiten zur Folge haben. In den Blick geraten auch die durch Bewegungs- und Trainingsmangel des Reiters entstehenden Probleme.

Kapitel sechs verdeutlicht nochmals den Zusammenhang von Ausbildung und weiterführendem Training des Pferdes – auch als Grundlage für jedwede Therapie und Rehabilitation. Der Autor stellt in diesem Kapitel die Grundzüge des von ihm entwickelten Therapiekonzeptes Stammer Kinetics vor. Daneben finden sich einige Hinweise und Beispiele aus seiner Tätigkeit als Osteopath. Trotz der Kürze des Kapitels wird gerade hier die Komplexität der gesamten Thematik deutlich.

Abgerundet wird das Buch im Kapitel sieben mit Überlegungen zu pferdegerechter Aufzucht, Haltung und Bewegung. Hier wird ein Weg aufgezeigt, der viel Spielraum aufdeckt und Hoffnung weckt hinsichtlich der Entwicklung, die im Pferdesport möglich sein könnte.

Stammer gelingt es, in diesem Buch ein Denkmodell vorzulegen, das bereits vorhandenes Wissen funktionell erschließt bzw. erweitert und konsequent auf die Reitlehre (im Sinne der Skala der Ausbildung, FN) anwendet. Darauf beruhend sensibilisiert der Autor für praktikablere Bilder und Beschreibungen im Reitsport. Ebenso animiert er, Aufzucht- und Haltungsbedingungen sowie Trainingswege für Pferd und Reiter zu hinterfragen und neu zu betrachten. Als Gefahren für die Gesunderhaltung der Pferde identifiziert der Autor den häufig unzureichend athletischen Trainingszustand bei Pferd und Reiter sowie die Arbeit ungenügend ausgebildeter Therapeuten und Trainer. Stammer begründet in seinem Denkmodell, warum die funktionelle Stabilisation

(=positive Spannung), die Synchronisation des vorderen und hinteren Bewegungszentrums als Schlüssel zum Ausbalancieren des Pferdes zentral und notwendig sind für die Ausbildung und jegliches Training des Reitpferdes. Werden dem Pferd diese Bewegungsmuster unter dem Reiter nicht nutzbar gemacht, steht seine Gesunderhaltung von vornherein auf dem Spiel. Der Autor macht unmissverständlich deutlich, dass man als Reiter nicht an einer fundierten Ausbildung (der eigenen sowie der des Pferdes) vorbeikommt. Lösungsmodelle für Probleme werden im Buch kurz vorgestellt – eine detaillierte Anleitung sucht man vergebens –, gerade hieran wird der Respekt Stammers vor der Verantwortung gegenüber dem Pferd und der Komplexität der Thematik deutlich: Im Verzicht auf den Versuch, Wissen und Können, das nur praktisch erfahren werden kann in einem Buch vermitteln zu wollen. Stil und Inhalt des Buches lassen einen reichen und breiten Wissens- und Erfahrungsschatz des Autors als Physiotherapeut, Reiter und Osteopath für Pferde deutlich werden. Der Wechsel zwischen stringent fachlichen Beschreibungen, kurzen Fallbeispielen und Fragen macht das Buch durchweg flüssig lesbar. Der Aufbau ist strukturiert, wichtige Aussagen sind farblich hervorgehoben und jedes Kapitel endet mit einer prägnanten Zusammenfassung. Die zahlreichen Abbildungen illustrieren den Inhalt hervorragend – allerdings gibt es an zwei Stellen Fehler in den Bildunterschriften (S.73, S.112). Auf vertiefende physikalische, medizinische oder sportwissenschaftliche Ausführungen wird verzichtet. Die Erläuterungen sind so aufbereitet, dass sie auch für Menschen ohne therapeutisches/sportwissenschaftliches Vorwissen gut nachvollziehbar sind. Reiterliche – FN-orientierte – Vorkenntnisse sind zum Verständnis allerdings hilfreich und notwendig.

An einigen Stellen wird im Text explizit auf Quellen bzw. weiterführende Literatur hingewiesen – ein Literaturverzeichnis fehlt jedoch. Ein solches hätte das Werk „runder“ gestaltet und stärker den Anstrich eines Fachbuches unter-

mauert sowie dem Leser als Handreichung zur weiteren Vertiefung in die Thematik hilfreich sein können. Nicht geschadet hätte auch ein Glossar – als Nachschlagemöglichkeit für Leser, die sich bislang noch nicht allzu sehr mit reitsportlichen Begrifflichkeiten auseinandergesetzt haben und um die verwendeten Definitionen des vorgestellten Denkmodells nochmals übersichtlich zusammenzuführen.

Von diesen Kritikpunkten abgesehen ist das Buch uneingeschränkt empfehlenswert. Menschen, die sich aus Interesse oder vor dem Hin-

tergrund einer professionellen Tätigkeit ein fundiertes Verständnis der biomechanischen Vorgänge im Pferd in Ruhe und Bewegung in Bezug zur Reitlehre aneignen wollen, werden hier viele Informationen und Anregungen finden.

Stammer liefert mit „Das Pferd in positiver Spannung – Biomechanik in Reitlehre und Bewegung“ ein gelungenes Gebrauchswerk, dem zum Wohl der Pferde eine breite Kenntnisnahme zu wünschen ist. ■■■■

**Daniela Schwarze**

## Stellenangebot



Das idyllisch gelegene Reit-Therapie-Zentrum in Schönenberg ZH verfügt über eine ausgezeichnete Infrastruktur mit Reithalle 20x40m und grossem Aussensandplatz. Wir bieten Heilpädagogisches Reiten und verschiedene Gruppen-Therapien an.

### Als Reit-Therapeutin / (80%)

sind Sie verantwortlich für die therapeutische und administrative Führung des gesamten Therapie-Betriebs. Diese anspruchsvolle Aufgabe verlangt eine selbstständige Persönlichkeit mit entsprechender Ausbildung und praktischer Erfahrung im Bereich Reit-Therapie.

Stellenantritt: 1. Sept. 2016 oder nach Vereinbarung

Wir bieten Ihnen eine verantwortungsvolle und vielseitige Tätigkeit in einem kleinen, jungen Team, moderne Arbeitsmittel und fortschrittliche Anstellungsbedingungen. Es steht eine schöne, grosse 3,5-Zimmer-Dienstwohnung zur Verfügung.

Motiviert Sie diese Herausforderung?  
Dann erwarten wir gerne Ihre ausführlichen Bewerbungsunterlagen.

**Frau Ruth Widmer**  
**Arthur-Widmer-Stiftung**  
**Gut Hohenberg, 8824 Schönenberg**  
Telefon 043 888 30 55 / 079 425 04 30  
E-Mail: arthur-ruth@bluewin.ch