

# Abwechslungsreiches und effektives Training

Der Schweizer **ANDREAS ERNI** und die Schwedin **JESSICA LEVIN** sind passionierte Springreiter mit einem gemeinsamen Ziel: Junge Pferde auf dem Weg in den großen Sport begleiten und Menschen die Freude am Reiten vermitteln. In den Ställen von Schloss Breitenburg hat Andreas Erni seit September dieses Jahres einen Boxentrakt gepachtet. **PFERD+SPORT** hat ihn und seine Verlobte Jessica Levin beim Training besucht.

**S**eit er vor neun Jahren aus Wil in der Schweiz nach Deutschland kam, um bei Rolf-Göran Bengtsson und Bo Kristoffersen in Breitenburg ein dreimonatiges Praktikum zu absolvieren, ist viel passiert. Drei Monate wurden auf zwei Jahre ausgedehnt, letztendlich wurden es sieben. „Ich habe in dieser Zeit so viel gelernt, sei es in der Ausbildung von Pferden und Reitern oder im Management von Kunden und Sponsoren“, so der 31-Jährige. 2016 hat er den Schritt in die Selbstständigkeit gewagt und sich auf dem Gut Osterrade im schleswig-holsteinischen Bovenau acht Boxen für Beritt- und Verkaufspferde genommen. Weil seine schwedische Verlobte Jessica Levin eine Tätigkeit im Büromanagement bei Janne Friederike Meyer-Zimmermann angeboten bekam, fiel vor einigen Monaten die Entscheidung für

einen Umzug näher an die neue Arbeitsstelle der 27-Jährigen. „Ich habe vorher in einer Bank gearbeitet und war sehr dankbar für die Möglichkeit, in die Pferdebranche zurückzukehren“, sagt die Schwedin, die ursprünglich auch nur für eine begrenzte Zeit nach Deutschland kommen wollte – zum Reiten versteht sich – und nicht mehr ging. Von Bovenau ging es also wieder zurück nach Breitenburg, da wo 2009 alles mit dem Praktikum begann. „Wie sich der Kreis jetzt schließt, ist schon lustig“, so Erni, „die Bedingungen auf der Schlossanlage sind hervorragend und ich freue mich darauf, meine Pferde und Schüler hier zu trainieren.“

## Reflexion und Kontrolle

„Man neigt dazu, bestimmte Trainingsmuster immer zu wiederholen“, weiß der Schweizer, „was nicht unbedingt schlecht sein muss. Jedoch sollte man darauf achten, nicht fortwährend das Gleiche zu üben. Dann kommt es irgendwann zum Stillstand oder man macht sogar Rückschritte.“ Um dies zu vermeiden, empfiehlt es sich, die Arbeit mit dem Pferd genau zu reflektieren: Was möchte ich mit meinem Training erreichen? Wozu dient diese Übung? So wie in der Dressur die Lektionen nicht um ihrer selbst willen geritten werden, sondern der Gymnastizierung des Pferdes dienen, verhält es sich beim Springen analog. Besonders in der Winterarbeit, in der Turniere

und dementsprechend das Parcourspringen nicht im Fokus stehen, ist das gezielte Üben von Gymnastiksprüngen, Reihenabfolgen und der Kontrolle zwischen den Sprüngen sinnvoll. „Man kann lieber mit leichteren Übungen beginnen und diese dann nach und nach schwieriger gestalten. Auch – oder gerade wenn – die Stangen nur auf dem Boden liegen, kann man sie dafür nutzen, die Galoppade zwischen den Hindernissen genau zu regulieren und zu variieren. So kann man bei einer 24-Meter-Distanz zunächst kontrollierte sieben

Jessica Levin mit Gambler und Andreas Erni mit Wanskjaers Cuneo – auf der Schlossanlage in Breitenburg haben sie sowohl ein neues Zuhause als auch eine Trainingsstätte gefunden.



Fotos: Stefan Stühr

**oben** | Die Übersicht im Stangewald behalten – mit der Zeit kommt die Routine.



Das Schloss Breitenburg ist Stammsitz der Familie der Grafen zu Rantzaу.

Galoppsprünge reiten, dann auf acht Sprünge verkürzen oder mehr nach vorne reiten und sechs Galoppsprünge machen, ohne dass man sich über den Sprung und seine Höhe viele Gedanken machen muss“, so Andreas Erni.

Mit Gambler, einem siebenjährigen Hannoveraner, und dem sechsjährigen Holsteiner Hengst Wanskjaers Cuneo v. Casall-Calido (Rainer Christiansen, Maasbüllfeld) zeigen die beiden Reiter einige Übungen, die das Training mit Stangen effektiv und abwechslungsreich gestalten. JOHANNA WILKE

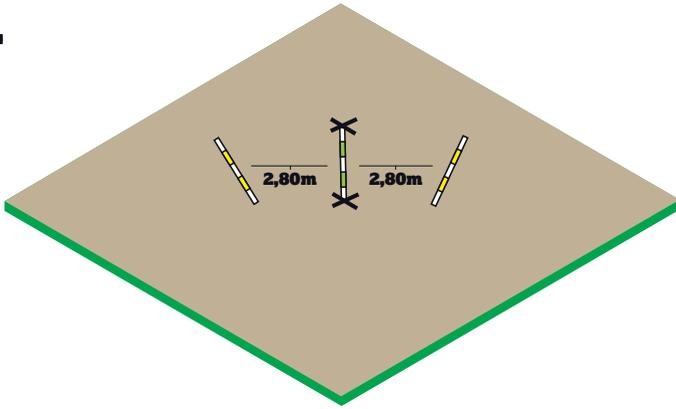
### Über Andreas Erni und Jessica Levin

**ANDREAS ERNI** (Jahrgang 1987) kommt aus einer Reiterfamilie, Pferde gehörten auf dem landwirtschaftlichen Hof zum (Arbeits-)alltag. In der Schweiz machte er eine Bereiterausbildung, trainierte unter anderem mit Werner Muff und kam über ihn auch nach Deutschland. Er kann Siege und Platzierungen in Zwei-Sterne-Springprüfungen vorweisen, darunter der Sieg im Großen Preis von Bargaenstedt und ein dritter Platz im Youngster-Finale beim CSI Göteborg. **f Sporthorses Andreas Erni**

**JESSICA LEVIN** (Jahrgang 1990) ging, „wie jedes schwedische Mädchen“, zur Reiterschule. In Skandinavien gehört Reiten zum gesellschaftlichen Leben dazu, doch Jessica wollte mehr, als nur ihre Freundinnen im Stall treffen. Daher entschloss sie sich nach dem Abitur für ein „Gap Year“, in dem sie bei Sören und Charlotte von Rönne in Neuendeich ritt. Nach einem Extra-Jahr entschied sie sich für ein Studium der Betriebswirtschaftslehre in Hamburg. Sie ist bis Zwei-Sterne-Niveau platziert.

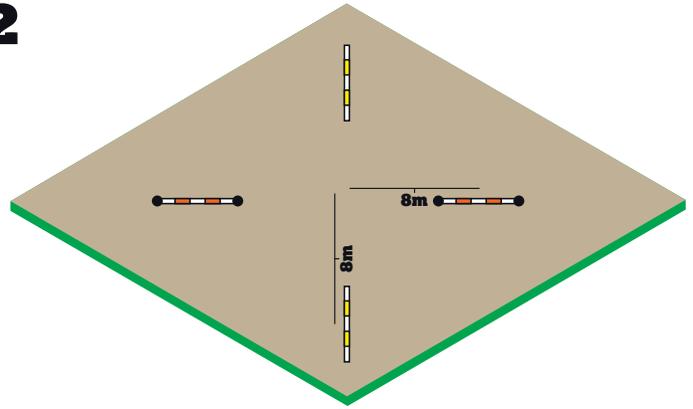
## Sportliches

1



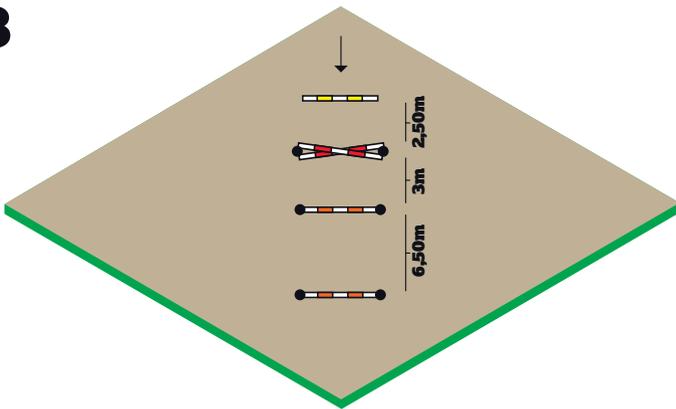
Auf einer gebogenen Linie beziehungsweise einer Zirkelseite wird ein Cavaletti mit jeweils einer Stange davor und dahinter aufgebaut. Der Abstand zwischen Stangen und Cavaletti beträgt etwa 2,80 Meter. „Der Reiter überprüft mit dieser Übung zunächst, wie gut er sein Pferd auf der gebogenen Linie halten kann. Dabei sollte man darauf achten, das Pferd nicht nur am inneren Zügel hereinzuführen, sondern das Zügelmaß und den -druck gleichmäßig zu behalten und das Pferd vor das Bein zu bekommen“, sagt Andreas Erni.

2



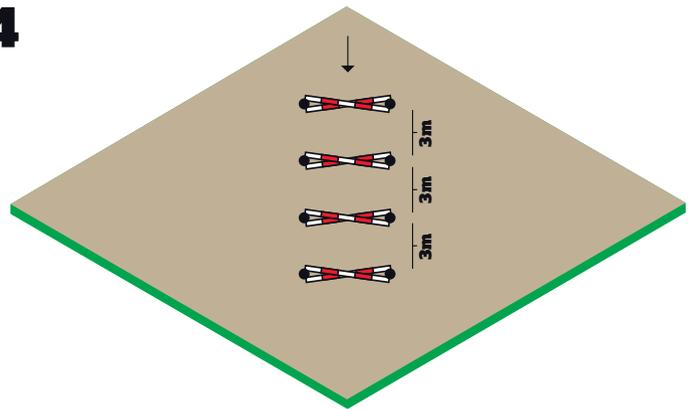
Auf dem Zirkel werden jeweils zwei Steilsprünge und zwei Stangen im Radius von acht Metern aufgebaut. „Zuerst reitet man nur die Stangen an und überprüft, wie bei Übung 1, die Durchlässigkeit auf gebogener Linie. Klappt dies gut, nimmt man die Steilsprünge dazu. Man hat sehr wenig Zeit zwischen den Sprüngen. Die Mitte zu treffen und das Pferd auf der Linie zu halten, ist nicht leicht – super für die Verbesserung der Balance von Reiter und Pferd.“

3



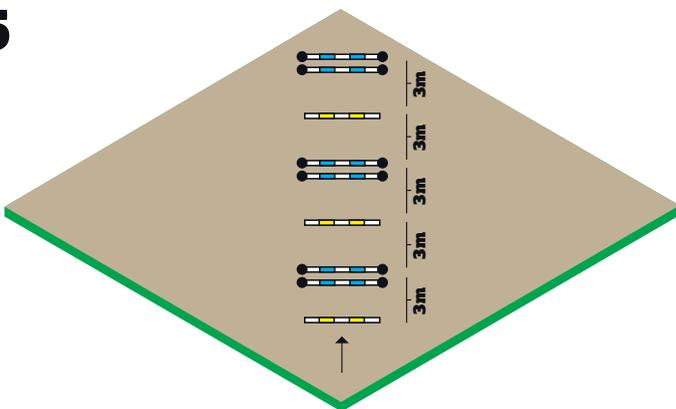
Eine Reihe aus einer Vorlegestange, einem Kreuz und zwei Steilsprüngen: im Trab in die Reihe einreiten und im Galopp beenden. „Diese Übung fördert die Balance und gibt Kraft. Sie ist natürlich noch um weitere Sprünge erweiterbar. Bei jungen und unerfahrenen Pferden bietet es sich zudem an, Unterbauten zunächst als Fang auf der Seite aufzustellen, bei der sie dazu neigen, dorthin auszuweichen. So hilft man etwas beim Geradebleiben.“

4



Eine Reihung von Kreuzen als In-Outs mit jeweils drei Metern Abstand. „Die Kreuze erleichtern das mittige Anreiten des Sprungs. Durch den Aufbau als In-Out müssen die Pferde schnell abfußen, als Reiter muss man das Pferd geschlossen halten, um die Übung im Rhythmus und Gleichmaß zu absolvieren. Diese Aufgabe fordert Konzentration von beiden und fördert die Kraft des Tieres.“

5



Eine Übung für Fortgeschrittene! Diese Reihe aus Oxern und Vorlegestangen erfordert noch mehr Konzentration und schnelle Reaktion. „Natürlich muss man die Abstände der jeweiligen Höhe der Sprünge anpassen, sind diese nicht höher als einen Meter, ist man aber mit 6,20 Meter zwischen zwei Oxern gut bedient.“



OXER



STEILSPRUNG



KREUZ



CAVALETTI



VORLEGESTANGE

# Vielseitige Winterarbeit mit Andreas Erni



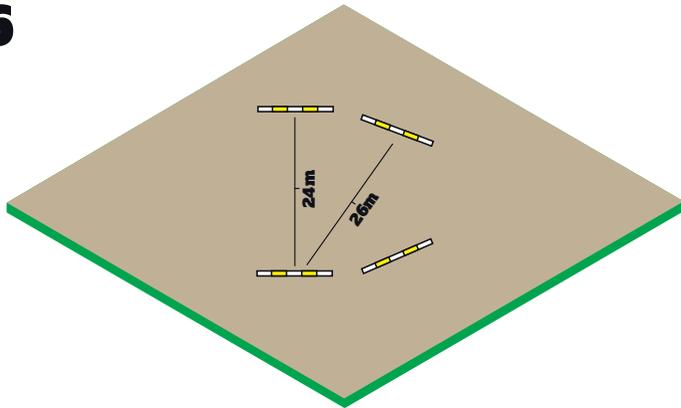
- A** *Mit der Reihe aus Kreuzen kann das mittige Anreiten der Sprünge gut trainiert werden.*
- B** *Ein Cavaletti und zwei Stangen auf gebogener Linie: Klingt einfach, ist es aber nicht!*
- C** *In Reihen, die im Trab mit einer Vorlegestange begonnen werden, kann die Sicherheit im Sprungablauf verbessert werden.*
- D** *Korrekte Längsbiegung erarbeiten – das geht mit Stangen auf gebogener Linie hervorragend.*
- E** *Die Oxe-Reihe ist anspruchsvoll und für fortgeschrittene Reiter-Pferd-Paare gut als Kraftübung geeignet.*
- F** *Schnelles Abfußen und hohe Konzentration sind bei In-Outs gefordert.*
- G** *Nach vorne schauen – Reihen geben dem Reiter die Möglichkeit, sich auf seinen Sitz zu konzentrieren.*



Fotos: Stefan Stuhr

## Sportliches

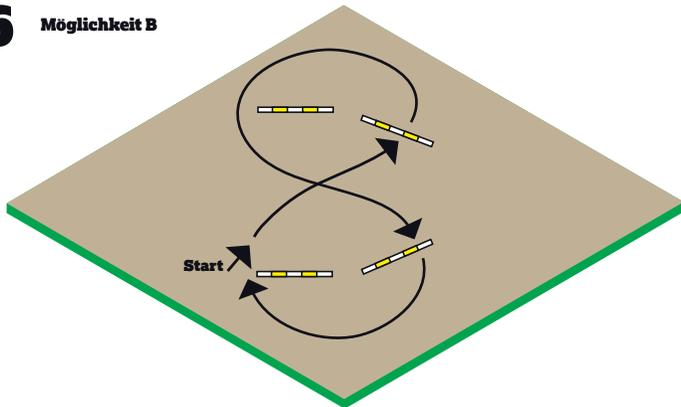
6



Mit dieser Übung lässt sich das kontrollierte Reiten einer bestimmten Anzahl von Galoppsprüngen trainieren. Zwei Stangen, die sich im Verlauf zu Steilsprüngen umbauen lassen, werden auf einer Linie mit dem Abstand von 24 Metern aufgestellt. Zwei weitere Stangen/Steilsprünge stellt man so neben die Linie, dass das Gesamtkonstrukt trapezförmig wird. Die Diagonale hat jeweils eine Länge von 26 Metern.

6

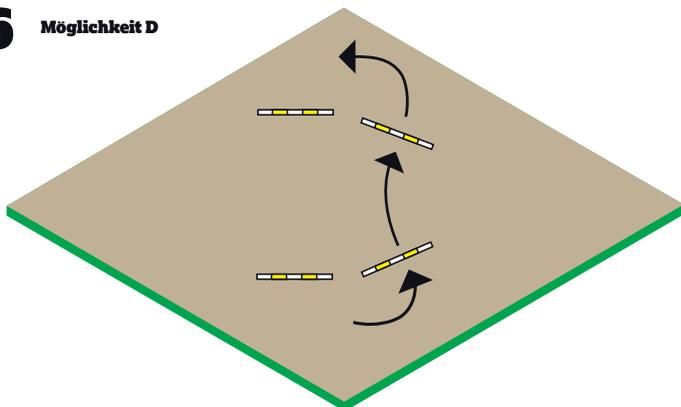
Möglichkeit B



In Form einer großen Acht kann man nicht nur die Galoppwechsel am Ende der Diagonalen üben, sondern auch das Reiten auf gebogenen und zum Teil recht engen Linien. „Den meisten Pferden fallen fliegende Wechsel in die Ecke hinein deutlich leichter als hinaus, deshalb bietet sich dieser Weg an“, rät Erni. Um nicht zu schwierig zu starten, sollten die Sprünge auf der Geraden zunächst umritten werden.

6

Möglichkeit D

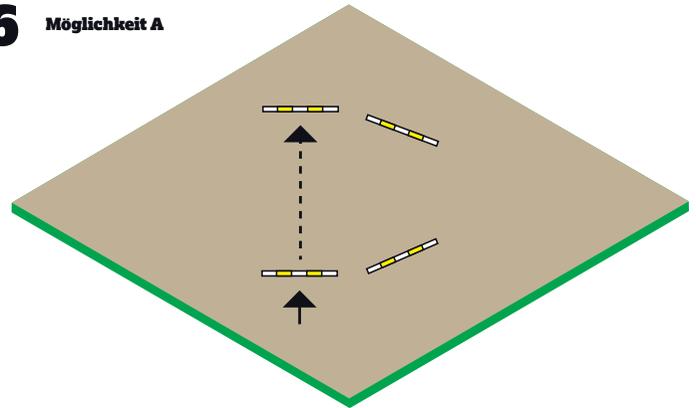


„Knifflig wird es, wenn man die beiden schräg zueinander stehenden Sprünge in einem Bogen anreitet. Der Reiter sollte dabei genau auf seinen Weg achten – tut er das nicht, passt die Distanz nicht mehr. Eine tolle Übung für schwierige Linienführungen im Parcours!“ Diese Übung ist um eine Stange auf der Hälfte des Bogens zwischen den beiden Sprüngen erweiterbar. Diese Linie wäre dann mit drei Galoppsprüngen vor und drei Galoppsprüngen nach der Stange zu reiten.

Foto: Stefan Stühr

6

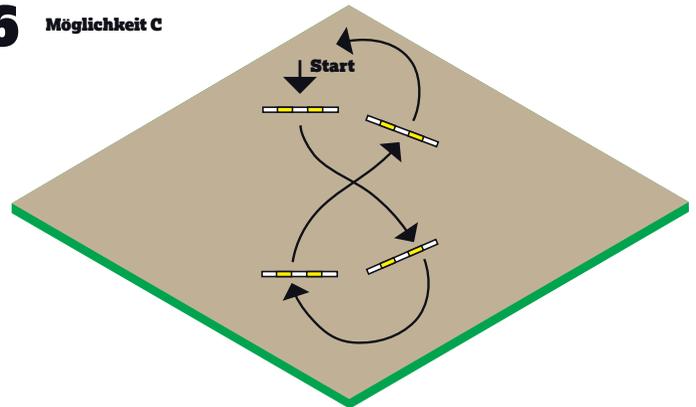
Möglichkeit A



Rechnet man mit einem Galoppsprung à 3,50 Meter, ist die 24-Meter-Distanz bei Vorlegestangen mit kontrollierten sieben Galoppsprüngen zu reiten. Mit verkürzten Galoppsprüngen ist sie für acht Galoppsprünge passend, mit verlängerten Sprüngen auf sechs zu reiten. „Ich würde weder weniger als sechs, noch mehr als acht Galoppsprünge empfehlen, dann gehen Fluss und Rhythmus verloren“, weiß Andreas Erni. „Durch diese Aufgabe kann man ganz bewusst sein Auge und Gefühl für Distanzen verbessern.“

6

Möglichkeit C



Wenn die große Acht mit den schräg stehenden Sprüngen gut gelingt, kann man den Schwierigkeitsgrad steigern, indem man die Sprünge an der Geraden hinzunimmt. So kommen nicht nur mehr Sprünge in schnellerer Abfolge hinzu, sondern auch die Wendungen werden enger. „Wichtig hierbei ist, dass man den Galopp in den Wendungen fleißig erhält, sodass man im Fluss weiterreiten kann, um dann eine passende Distanz zu finden.“

**Vielseitige Winterarbeit mit Andreas Erni**

