

Was hat Westernreiten/Reiten mit der VHS zu tun?

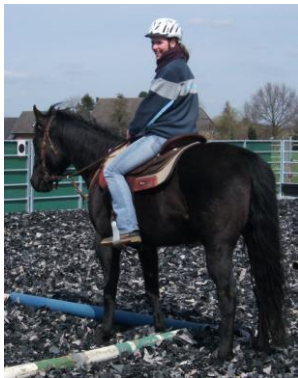
Bereits seit dem Wintersemester 2010/2011 bietet die VHS Reckenberg-Ems in Zusammenarbeit mit uns Schnupperkurse zum Thema Westernreiten und Reiten als Gesundheitsport an. Volle Wartelisten zeigen, dass das Interesse am Westernreitport sehr groß ist, und dass so ein Schnupperkurs im

Programm der VHS noch gefehlt hat. Bis zu 6 Teilnehmer haben die Möglichkeit sich über das Westernreiten und/oder Reiten als Gesundheitssport (RGS) zu informieren und dies auch auszuprobieren. 50% der Teilnehmer aus dem RGS machen nach diesem Schnupperangebot weiter. Rückmeldungen wie von einer MS-Patientin:

„Ich konnte meine Beine nach dem Reiten wieder eine Woche lang so spüren und bewegen, wie schon seit 4 Jahren nicht mehr.“

zeigen, dass auch Reiten trotz vorhandener Beschwerden hilfreich sein kann. Durch regelmäßige Reiteinheiten kann diese Teilnehmerin

jetzt einen besseren Lebenscomfort genießen. Während das RGS-Angebot oft von Teilnehmern über 50 ausprobiert wird, tauchen beim Westernreiter die Teilnehmer ab 40 Jahre auf. Nach einer theoretischen Einweisung sind alle ganz heiß darauf, endlich mal in einem Westensattel zu sitzen. Gemeinsam werden die Pferde fertig gemacht und dann geht es ab auf den Reitplatz. Nach ein paar „Lenkübungen“ sind alle ganz begeistert, wenn die ersten kleinen Trail-Hindernisse gemeinsam mit



dem Pferd bewältigt werden. Wie fein die Pferde auf Stimm- und Gewichtshilfen reagieren und wie leicht es ist, ein Pferd auch mal mit einem Sidepull zu reiten, brachte alle zum staunen. In diesen Kursen findet man dann auch männliche Teilnehmer. Dank der positiven Rückmeldung der Teilnehmer, hat die VHS diese Angebote jetzt in ihr Programm fest mit aufgenommen, und so werden wir weiterhin 2 Termine pro Semester anbieten, wo wir das Westernreiten und den Gesundheitssport noch bekannter machen können. **Sandra Herbort – Westerntraining Blue Eyes**