



## Eine Einheit Pferd und Reiter

Das Geheimnis für gutes Reiten ist laut Frauke Behrens aus Isenbüttel die Einheit von Pferd und Mensch. Um diese zu erreichen, hat sich die Physiotherapeutin ein neuartiges Training ausgedacht – und patentieren lassen.



Frauke Behrens aus Isenbüttel (links) hat ein Patent auf ihre neuen Trainingsmethoden. Auf dem Pferd Maia sitzt Heidi Sladkowski aus Wesendorf.

## Wie Show-Tänzer im Takt der Musik

Physiotherapeutin Frauke Behrens hat neuartige Trainingsmethode entwickelt und wendet sie international an

Von Reiner Silberstein

**ISENBÜTTEL.** „Trab mal leicht los!“, sagt Frauke Behrens zu Heidi Sladkowski auf der siebenjährigen Stute Maia. „Musst du sie weit vorn festhalten?“ – „Nein“ ist die Antwort. Und es reichen wenige Sekunden für Behrens geübte Augen, bis die Isenbüttelerin ein Urteil abgibt: „Wunderbar, Maia geht sehr gleichmäßig, aber den Schweif stellt sie nach links. Außerdem kommt sie auch mit dem linken Hinterbein nach links. Aber Taktunreinheiten gibt es nicht.“

Eine Physiotherapeutin, die sich mit der Fehlstellung von Pferden beschäftigt? Nicht ganz, die 41-Jährige schaut sich vor allem auch die Haltung der Reiterin an. Bis vor acht Jahren widmete sie sich beruflich in einer eigenen Praxis ausschließlich dem menschlichen Körper, jetzt gilt ihre ganze Aufmerksamkeit dem Zusammenspiel von Mensch und Tier. „Wenn man die Biomechanik erst einmal verstanden hat, lässt sie sich leicht auf die Tiere übertragen.“ Neben ihrer staatlichen Ausbildung hat sie aber auch Kurse zur Pferde-Osteopathie absolviert und einen Trai-

ner-C-Schein erworben.

Das erste Mal saß die Isenbüttelerin mit zwei Jahren auf einem Pferd – ihr Cousin war erfolgreicher Springreiter. Die Vierbeiner ließen sie nicht mehr los. „Aber ich habe mich über meinen Sitz auf dem Pferd geärgert. Und als Physiotherapeutin wollte ich etwas ändern.“

Daraus entwickelte sich in Zusammenarbeit mit ihrer Freundin Susanne Fritz ein neuartiges Trainingssystem mit ganzheitlichem Ansatz, um aus Pferd und Reiter eine Einheit zu machen. Behrens nennt es „Kentauros“. Vorbild sind die Mischwesen der griechischen Mythologie – halb Mensch, halb Pferd. Heute gibt sie Seminare in ganz Deutschland und seit kurzem sogar in Kanada und in der Hochburg des Reitens, in England.

„Das Wichtigste ist, zentriert und gleichmäßig zu sitzen. In einer losgelassenen Balance“, sagt Behrens. Wer schief sitzt, könne nicht richtig mit dem Pferd mitschwingen. Manche Menschen machten falsche Kopfbewegungen, hätten unruhige Hände oder Beine. Und: „99 Prozent aller Menschen haben eine Fehlstellung des Skeletts.“ Und die Pferde? Behrens achtet auf die Bein-koordination, ob das Becken schief steht oder Lendenwirbel quer. Vor allem aber auf das Zusammenspiel

von Mensch und Tier: „Beide sind gleichberechtigte Partner. Wie zwei Show-Tänzer, die beide die Schritte beherrschen, miteinander agieren und reagieren – im Takt der Musik.“

Doch wie bringt man das dem Mensch-Tier-Paar bei? Die 41-Jährige setzt dafür zum Beispiel Gummibänder und Tennisbälle ein. „Für Bewegung kann man schwer Worte finden“, sagt Behrens. Wenn ein Reiter die Arme falsch hält, dann bringt sie sie eben mit den Hilfsmitteln für die Trainingszeit in die richtige Position. „So können wir das richtige Gefühl fürs Reiten vermitteln, ohne viele Worte zu verlieren.“

### FAKTEN

Behrens Trainingsmethode umfasst mehrere Schritte:

- ▶ Ziel erfassen: Was will der Reiter?
- ▶ Reiter befunden
- ▶ Pferd befunden
- ▶ Videoanalyse von Pferd und Reiter
- ▶ Trainingsplan aufstellen
- ▶ Erfolg in regelmäßigen Abständen kontrollieren

Mittlerweile hat sie etwa 1500 Personen beraten, darunter auch bekannte Springreiter wie Franke Sloothaak, Nelson und Rodrigo Pessoa, Heinrich Wilhelm Johannsmann, Lars Nieberg und Klaus Balkenhol. Informationen unter [www.behrens-sitzschulung.de](http://www.behrens-sitzschulung.de)



Gummibänder bringen die Arme in die richtige Position.



Tennisbälle richten Arme und ...



... Beine der Reiterin aus.



Frauke Behrens streichelt Stute Maia.

Fotos: Silberstein