

Reitkurs Biomechanik und Sitzschulung mit Gabriele Vocke – 29./30. Juni 2019 – Malefinkbachhof in Linnich

Infos zum Kurs

Der Reitkurs *Biomechanik und Sitzschulung* ist angelegt auf zwei Tage.

Ein Kurstag beinhaltet einen Theorieteil mit Aspekten aus der Biomechanik Pferd/Mensch mit Übungen und Körperarbeit aus verschiedenen Bewegungslehren. Der Schwerpunkt im Reitunterricht liegt bei der Sitzschulung, d.h. bei der Biomechanik des Pferdes und der sich daraus ergebenden Reiterbewegung und Hilfengebung. Diese Form der Sitzschulung ist daher unabhängig von der Reitweise oder Pferderasse.

Am ersten Tag erfolgt nach einer kurzen Vorstellungsrunde der TeilnehmerInnen eine theoretische Einführung ins Thema mit Bewegungsübungen, anschließend wird in Gruppen geritten. Nach dem Mittagessen geht es weiter mit einem theoretischen Teil und nachmittags wird wieder geritten und zwar im individuellen Reitunterricht mit Einzeleinheiten.

Am zweiten Tag beginnen wir mit Zweiergruppen nach einer kurzen Besprechung des Schwerpunktthemas. Dann folgt ein weiterer Theorieblock nach dem Essen, und nachmittags gibt es wieder Einzeleinheiten.



Vorstellung Gabriele Vocke

Seit über 30 Jahren begeistert mich die Idee, dass die Grundlage jeder Reiterei, jeder Disziplin im Reitsport und jeder Reitweise die Fähigkeit des Reiters ist, sich der Pferdebewegung anzupassen und seinen eigenen Körper so zu schulen, dass er die Mechanik des sich bewegenden Pferdes nicht stört. Erst dann kann der Reiter beginnen, wohl durchdacht und den Möglichkeiten und Fähigkeiten des Pferdes entsprechend, dieses auszubilden und zu reiten.

Meine Ausbildung zur Dipl. Reitpädagogin in der Schweiz 1988 erforderte neben der Pädagogischen Ausbildung diverse Qualifikationen in Pferdeausbildung und Reiten.

Seit dieser Zeit führe ich einen kleinen Therapeutischen Reitbetrieb und halte meine Pferde in Eigenregie, derzeit sind es Isländer, Fjord und Connemaras.

Ich beschäftigte mich intensiv mit der Gangpferde Reiterei, lebte mehrere Monate in den USA, um die Westernreiterei kennen zu lernen, wurde über 10 Jahre lang regelmäßig in der Altkalifornischen Westernreiterei von einer Penquitt Trainerin geschult, und habe seit 7 Jahren intensiven Unterricht in der Klassisch-barocken Reitweise (Info: www.klassisch-barockes-reiten.de).

Immer begleiteten mich dabei die Ideen und Bücher von Sally Swift und dem Centered Riding, dem Reiten aus der Körpermitte. (Info: www.CenteredRiding.org). 2005 konnte ich den ersten Vorbereitungskurs und 2006 dann den Abschluss zum Centered Riding Instructor machen, mittlerweile bin ich Lev.II. Durch viele Lehrer mit unterschiedlichen Schwerpunkten und Reitweisen erlerne und übe ich in regelmäßigen Updates, Kursen, Tagungen und als Assistentin im In- und Ausland die Inhalte und Ideen des Centered Riding und gebe dies in meinem Unterricht weiter.

Parallel dazu schule ich mein Körperbewusstsein durch Kurse und Unterricht in Tai Chi, Alexandertechnik, Feldenkrais und bei Eckart Meyners Kursen auf dem Pferd, am Boden, auf der Matte, auf dem Stuhl ... Seit 2013 beschäftige ich mich vermehrt mit der Biomechanik des Pferdes und schloss bei Barbara Welter-Böller die Fortbildung zum OsteoConcept Coach ab. (Info: Fachschule für Osteopathische Pferdetherapie) Dies findet beim Reiten sowie Lösen von reiterlichen oder trainingsbedingten Problemen praktische Anwendung in meiner reitweisenübergreifenden, auf Biomechanik basierenden Unterrichtsform. Es ist die Aufgabe des Reiters, sich und seine Fähigkeiten fortlaufend zu schulen. Dabei hilft eine Vielzahl von Bewegungslehren, die das eigene Körpergefühl und –Bewusstsein schulen und ihn mental und körperlich immer weiter in seiner Reitfertigkeit fördern. Mein Ziel und meine Freude dabei ist es, dem Reiter und der Reiterin durch Übungen am Boden und zu Pferd Leichtigkeit, Freude und ein besseres Körpergefühl zu vermitteln. Daraus kann die Fähigkeiten entwickelt werden, sich leicht und in Balance der Bewegung des Pferdes optimal anzupassen, um einzuwirken zu können.