



24.01.2008 - Endurance bedeutet Takt und Rhythmus

Suzanne Dollinger veranschaulichte im Kurs „Endurance von A-Anmeldung bis Z-Ziel“ warum Fett für die Energieressourcen des Endurance-Pferdes grobes Brennholz darstellt.



Suzanne Dollinger (hinten) schöpfte aus einem grossen Erfahrungsschatz und teilte diesen mit den Kursteilnehmerinnen. (pia)

Pia Wertheimer

Doris Frei, Chefin ad interim des OKV Ressorts Endurance, zeigte sich mit dem Anklang, welchen der Kurs „Endurance von A-Anmeldung bis Z-Ziel“ fand, zufrieden: „Wir rechneten mit sechs bis zehn Kursbesucher – anwesend waren deren fünf.“ Ihr Ressort sei erst im Aufbau begriffen, daher sei sie über die kleine Gruppe, die sich im Frohsinn in Gossau einfand, nicht enttäuscht. „Es lag uns am Herzen gleich mit einem Querschnitt durch den Sport zu beginnen und damit auch Einsteiger, oder solche die es noch werden wollen, anzusprechen.“ Durch ein eigenes im Rahmen des Regionalverbandes hoffe sie auch Jugendliche für den Distanzritt zu begeistern, so Frei weiter.

Anschaulich Erfahrungen geteilt

Mit viel Leidenschaft vermochte es Kursleiterin Suzanne Dollinger die fünf Frauen in ihren Bann zu ziehen. Sie versuche alle Aspekte des Endurance anzuschneiden, kündigte sie gleich zu Beginn an. So wolle sie den Kursteilnehmerinnen Werkzeuge mitgeben, um sich für die Herausforderungen des Distanzreitens zu wappnen. „Ich hoffe ihr habt bereits gutes Sitzleder, denn

wir gehen wörtlich von A wie Ausrüstung bis zum Z wie Ziel“, eröffnete sie ihren Vortrag. Endurance sei in der Schweiz eine junge Reitsportdisziplin, in welcher noch viele Wege unbesritten sind. „Dies hat den Vorteil, dass nichts festgefahren ist. Es heisst aber auch, dass diese Sportart noch viel Entwicklungspotenzial hat.“ Schnell wurde den Anwesenden klar, dass Dollinger aus einem reichen Erfahrungsschatz schöpft und diesen anhand vieler Bilder weitergab.

„Bei der Ausrüstung spielt der Sattel eine grosse Rolle“, erläuterte die ehemalige Distanzreiterin das A wie Ausrüstung. So müsse sich der Reiter bei der Wahl desselben bewusst sein, ob er im alten Stil – mehr stehend – oder vielmehr in der modernen Weise – eher aussitzend – die grossen Distanzen überwinden wolle.

Wasser, immer wieder Wasser

Es sei sehr wichtig, dass die Pferde während eines Distanzrittes viel trinken, mahnte Dollinger und gab den Kursteilnehmer gleich noch einen praktischen Tipp mit auf den Weg: „Aus eigener Erfahrung weiss ich, dass Pferde viel mehr trinken, wenn ihr ihnen den Eimer hoch haltet.“ Nicht zu vergessen, dass es in nicht zu grosse Kanister abgefüllt werden sollte. „Eure Betreuer, die es letztlich schleppen müssen danken es euch“, schmunzelte sie. Anschaulich erläuterte die Kursleiterin auch den Buchstaben L wie Leistung. „Stellt euch vor, ihr wollt ein Feuer machen. Dafür benötigt ihr ein Zündhölzli, Klein- und grobes Brennholz.“ Genauso verhalte es sich bei der Leistung eines Endurance-Pferdes. Sie werde quasi mit Kreatin – dem Zündholz - entfacht, durch Glykogen – dem Kleinholz – so richtig geschürt und mittels Fett – dem groben Brennholz – langfristig am Leben erhalten. „Endurance ist grundsätzlich eine Frage von Takt und Rhythmus.“ So seien beispielsweise krasse Tempowechsel Gift für die Glykogenreserven.

Diese Erläuterungsweise wurde denn auch von den Kursteilnehmerinnen gelobt. „Die vielen Bilder und Erfahrungen der Leiterin haben mir einen guten Überblick über Endurance verschafft“, sagte Sara Schmid aus Fehraltorf. Sie habe noch keinerlei Erfahrungen mit Distanzritten, könne sich aber durchaus vorstellen damit zu beginnen, so die 20-Jährige weiter. Es fasziniere sie, dass Pferde in dieser Disziplin nicht als Sportgeräte, sondern als Kameraden verstanden würden. „Wenigstens scheint dies in der Schweiz noch der Fall zu sein.“