



FOTOS: WALDHÄUSEL, GERHARD DEUTSCH

Turnierpferde eingesetzt", so Oskarsson: „Ihr Charakter und ihre Leistungsbereitschaft macht sie zu idealen Partnern für Reiter jeder Altersklasse.“

UNIVERSAL-GENIES. Immer noch haftete der Rasse der Ruf des Kinderponys an. Doch die temperamentvollen Pferde sind auch im Hochleistungssport zu Hause. „Wer einmal auf einem Gangpferdeturnier einen Isländer gesehen hat, wird von seiner Kraft und Ausstrahlung fasziniert sein“, sagt Eva Maria Engelke, Besitzerin des Stalls „VIP Babenberg“. →

Islandpferde werden im Herdenverband gehalten – daher auch ihr ausgeglichenes Wesen

Für wen Reiten empfehlenswert ist

Claudia Hiess, Physiotherapeutin und Lehrtherapeutin des Studiengangs „Physiotherapie“ am FH Campus Wien

Was wird durch Reiten geschult? Gefördert wird durch die Bewegung am Pferd vor allem die Beweglichkeit der Hüfte, des Beckens und der Wirbelsäule. Dadurch, dass der Pferderücken immer schwingt, verbessert sich auch die Balance und die Koordination. Was die Muskelaktivierung betrifft: Die Oberschenkelinnenseiten und die Bauch- und Rückenmuskulatur werden trainiert. Als Konditionssport eignet sich Reiten aber weniger.

Wer darf reiten lernen? Kinder können ab dem Vorschulalter anfangen – vorausgesetzt, sie können einen stabilen Sitz einnehmen und Bewegungsaufträge des Lehrers kognitiv umsetzen. Langjährige Reiter, die unter Rückenschmerzen leiden, können nach Absprache mit dem Arzt durchaus auf ein Pferd steigen. Ungeeignet ist Reiten für Personen mit akuten Erkrankungen und Schmerzen des Bewegungsapparates sowie ausgeprägte Osteoporose.

www.thera-team.at

