

# GEORGIE

DAS MAGAZIN FÜR JUNGE LESER

REITEN IM DAMENSATTEL

## Balance halten

Eigentlich reitet Melissa A-Dressuren und auch der Springsattel ist ihr nicht fremd. Doch für GEORGIE wagte sie das Experiment und setzte sich in einen Damensattel: Wie galoppiert man an oder reitet einen Zirkel, wenn beide Beine auf einer Seite sind?

Bei Sophie sieht es gar nicht so schwer aus: Auf dem spanischen Schimmelhengst ihrer Mutter zeigt die Zwölfjährige, wie man im Damensattel reitet. Einmal in der Woche nutzt sie diesen speziellen Sattel und das schon seit vier Jahren. Sophie Wupperman ist ein Profi. Sie war schon auf Turnieren sowie Shows dabei und hat sich für GEORGIE im typisch englischen Stil gekleidet: mit Tweed-Jacke, Schürze und Kappe. Mit beiden Beinen zur linken Seite und rechts einer Gerte in der Hand thront sie im Sattel von Impaar II und trabt durch die Halle. Auch wenn es bei ihr ziemlich leicht aussieht, stellt man sich diese Art zu reiten ganz schön schwer und vor allem wackelig vor: Wie hält man das Gleichgewicht und wie treibt man beidseitig? Melissa probiert es aus. Die 15-Jährige hat selbst zwei Pferde und reitet erfolgreich A-Dressuren. Jeden Tag steigt sie in den Sattel, doch als sie vor Impaar steht, guckt sie etwas fragend. Zwar hängt auf dieser Seite wie gewohnt ein Steigbügel herunter, aber an der Stelle, wo sonst der linke Oberschenkel liegt, stören zwei große Hörner. „Am besten erst einmal normal aufsteigen, weiter hinten im Sattel Platz nehmen und dann das rechte Bein über den Hals zur linken Seite nehmen“, rät ihr Berit Hoffmann vom Verein „Reiten im Damensattel“. Sie wird Melissa die richtigen Ratschläge und Tipps für den ersten Versuch geben.

Die 15-Jährige sitzt nun in einem original englischen Sattel, der 100 Jahre alt ist. Ihr rechtes



Im englischen Turnieroutfit zeigt Sophie Melissa, wie man im Damensattel reitet.

Bein liegt über dem oberen Horn quer zum Pferderücken. Vorsichtig rutscht sie ein Stück nach vorne und nach rechts, um in der Mitte des Sattels zu sitzen – der Sattel passt Impaar perfekt, doch für Melissa ist er etwas zu klein. Sie rutscht deshalb ein wenig zu weit nach links. Würde sie öfter im Damensattel reiten wollen, müsste sie sich einen anderen Sattel suchen, um den Pferderücken nicht einseitig zu belasten. Um gleichmäßig auf beiden Gesäßknochen zu sitzen, muss Melissa die rechte Schulter nach hinten nehmen. „Ganz wichtig: Wenn du das Gefühl hast zu rutschen, musst du die rechte Schulter noch mehr zurücknehmen. Falls du dich unsicher fühlst oder das Pferd buckelt, hilf eines: Beine zusammenziehen. So machst du dich im

HALLO  
GEORGIE-  
LESER!



Vor vielen Jahren thronten Frauen mit Rüschenkleidern immer im

Seitsitz auf dem Pferd – im Damensattel zu reiten ist eine Reise in die Vergangenheit. Doch es geht nicht nur um tolle Kostüme. Viel wichtiger ist gutes Reiten, erklärt Kirsten Wupperman vom Verein „Reiten im Damensattel“. Sie weiß, dass sie ihren Hengst Impaar gut ausgebildet hat und zögerte nicht, ihn für einen Versuch zur Verfügung zu stellen: Auf ihm ritt GEORGIE-Leserin Melissa zum ersten Mal im Damensattel. Wie sie das meisterte, lest ihr rechts. Viel Spaß dabei!

Eure Kerstin



Von hinten sieht es ziemlich wackelig aus. Doch die beiden Hörner am Sattel geben Halt. Melissa findet sich schnell zurecht und Impaar reagiert gut auf ihre Hilfen. Der hintere Gurt verhindert, dass der Sattel nach links rutscht.

Kreuz fest und blockierst das Pferd, es bleibt stehen“, rät ihr die Expertin.

## Drehpunkt

Dann kann's ja losgehen. Die ersten Schritte führt Kirsten Wupperman ihren Hengst noch, dann ist Melissa auf sich gestellt. „Das fühlt sich merkwürdig an“, gesteht sie lächelnd. „Ich muss ziemlich verdreht in der Hüfte sitzen.“ Mit dem linken Bein treibt sie wie gewohnt, auf der rechten Seite drückt sie die Gerte an die Stelle des Pferdebauchs, wo sonst die Wade liegt. „Es ist ziemlich ungewohnt, das Pferd nicht zwischen beiden Beinen zu haben. Außerdem sitzt man viel weiter hinten im Sattel.“ Doch Melissa gelingt es schon beim ersten Versuch, Impaar rechts auf den Zirkel abzuwenden. „Du biegst das Pferd um die innere Gerte“, erklärt Berit Hoffmann. Als auch Schlangenlinien durch die Bahn gelingen, fühlt sie Melissa sicher und trabt an. „Etwas mehr aufrichten – elegant wie eine Dame“, rät Berit Hoffmann. Gar nicht so leicht, wenn man sich auch noch in der Hüfte drehen muss. Es zieht in der Lendengegend, das gibt morgen schlimmen Muskelkater. Melissa nimmt die Fäuste etwas weiter auseinander, sonst ist ihr rechtes Knie im Weg. Dann nimmt sie die linke Wade ein Stück zurück und verlagert ihr Gewicht auf den rechten Gesäßknochen. Sie drückt die Gerte mehr an den Pferdebauch und Impaar springt im Galopp an – das hat sich Melissa schwieriger vorgestellt. Die Verständigung zwischen beiden klappt sehr gut, beim Reiten im Damensattel ist das besonders wichtig. Auf der linken Hand wird es schon kniffliger. Damit der Hengst die Hilfe versteht, muss Melissa die Gerte am Bauch entlang nach hinten führen – so wie das Bein sonst auch. Es klappt nicht gleich auf Anhieb, aber beim ersten Versuch ist das alles andere als schlimm. Melissa kann stolz auf sich sein: Nach einer halben Stunde reitet sie seitlich sitzend in allen Gangarten durch die Halle – auf geraden wie auf gebogenen Lini-



Ganz ladylike – Herr Wupperman hilft Melissa beim Absteigen aus dem Sattel.

en. In einem Damensattel zu springen, so wie Berit Hoffmann es macht, das würde Melissa auch nach mehreren Trainingsstunden nicht ausprobieren wollen. „So weit hinten zu sitzen und sich dann noch nach vorne beugen, das ist ziemlich schwer“, erklärt sie. Und dass das Pferd zu früh abspringt oder gar verweigert, daran möchte sie erst gar nicht denken. Unglaublich, dass eine Frau (Esther Stace) 1915 in Australien einen Sprung von 1,98 Metern Höhe im Damensattel überwunden hat.

**Kerstin Mathold**



**Ungewohnt:** Melissa muss sich im Oberkörper nach rechts drehen, um ihr Gewicht gleichmäßig zu verteilen. Wo sonst die Hände sind, liegt heute das Knie.

## Reiten im Damensattel

Das Reiten im Damensattel ist in Deutschland nicht so verbreitet wie in England. Dort gibt es viele Turniere sowie Shows nur für Damensattel-Reiter und auch Königin Elisabeth sorgte lange dafür, dass diese Art des Reitens nicht in Vergessenheit gerät: Sie saß bei ihrer Geburtstagsparade im Damensattel. Der Verein „Reiten im Damensattel“ möchte den Seitsitz auch in Deutschland populärer machen. Etwa 100 Mitglieder hat der Verein. Sie organisieren Lehrgänge oder Turniere, die Reiter beraten sich gegenseitig bei Fragen zu Kostümen oder Sätteln – Damensättel sind sehr teuer (ab 3000 Euro) und müssen vom Sattler gut an Pferd und Reiter angepasst werden. Das Gewicht soll gleichmäßig auf beiden Gesäßknochen verteilt sein, trotzdem reiten Damensattel-Fans ihre Pferde nur einmal in der Woche im Seitsattel, damit die Pferde nicht schief werden. In England gibt es viele gebrauchte Sättel, hierzulande werden auch wieder Damensättel hergestellt. [www.damensattel-deutschland.de](http://www.damensattel-deutschland.de)