



Estelle Wettstein erklärt (5. Teil)

Schulterherein

Im fünften Teil der Dressurserie mit Estelle Wettstein wird das «Schulterherein» näher beleuchtet. Nachfolgend gibt die Vize-Schweizermeisterin praktische Tipps, wie man diese Übung erarbeitet und verbessert. **Text/Foto: Anna Stuppia**



Beim Schulterherein wird die Vorhand nach innen geführt, während die Hinterhand auf dem Hufschlag bleibt. Der innere Hinterhuf läuft dabei in der Spur des äusseren Vorderhufs, sodass das Pferd auf drei Hufschlaglinien geht und etwa 30 Grad vom Hufschlag abgewinkelt geritten wird. Das Pferd ist im Genick nur leicht gestellt, während die Rippen sich biegen.

Das Schulterherein kann man sehr gut in die normale Arbeit integrieren. Nicht nur um die Lektion selbst zu üben, sondern dadurch die Flexibilität und Lastaufnahme des Pferdes zu fördern. Schon bald nach dem ersten Trab gehe ich etwas ins Schultervorn. Ich treibe am inneren Schenkel zum äusseren Zügel, um für das Schulterherein die Schulter zu kontrollieren beziehungsweise leicht nach innen zu bewegen. Der äussere Schenkel bleibt dabei verwahrend zurück, damit die Kruppe nicht ausfällt. Die Hinterhand sollte immer auf der Spur bleiben. Um mir die nötige

Biegung und Durchlässigkeit im Schulterherein zu erarbeiten, kombiniere ich diese Lektion gerne mit kleinen Volten. Man kann beispielsweise im Trab eine zehn Meter Volte in der Ecke machen, dann Schulterherein bis zum ersten Buchstaben und anschliessend direkt wieder eine Volte. Gerne variiere ich dann auch mit der Voltengrösse oder mit dem Winkel des Schulterhereins. Man muss etwas weniger machen können, wenn man weniger will und mehr machen können, wenn man mehr will. Ich möchte immer kontrollieren können, wie viel Schulterherein ich

gerade verlange. Sollte ich selbst mal nicht sicher sein, ob ich gerade im richtigen Winkel arbeite, hole ich mir auch gerne mal Hilfe von jemandem, der vorne an der Bahn steht.

Wie auch in den anderen Lektionen ist mir die Beweglichkeit sehr wichtig. Deshalb kombiniere ich das Schulterherein nicht nur mit den Volten, sondern auch mit Wechseln ins Kruppeherein, Renvers oder in eine Traversale. Sobald ich es variieren kann, kommt auch die wirkliche Stabilität rein. Auf Turnieren möchte ich das Schulterherein von Punkt zu Punkt reiten. Wenn das Schulter-

herein beim Buchstaben nach der Ecke anfängt, fange ich bereits in der Ecke mit einem leichten Schultervorn an. Wenn man oft den Wechsel zwischen Volte und Schulterherein geübt hat, kann man am Turnier die Ecke so quasi als Anfang einer Volte benutzen. Im Schulterherein reite ich dann jeden Schritt bewusst und drei Tritte vor Ende beginne ich langsam weniger und weniger zu verlangsamen, bis ich dann beim Buchstaben wieder gerade bin. Wenn ich die Umstellung zwischen Schulterherein, Volte und Geraderichten oft geübt habe, ist das kein Problem mehr.