

„Mehr Ausdauer durch Reiten“

Projektbericht vom 23.1.2023



Das Projekt startete Anfang Oktober 2022. Bis zum Jahresende sind 30 geflüchtete Kinder und 2 geflüchtete Erwachsene geritten. Weiters waren 3 Sozialbetueuer*innen, 5 geflüchtete Eltern, sowie 6 autochthone Minderjährige und die Mitarbeiter*innen des Reitstalls an der Umsetzung des Projekts beteiligt. Die allgemeinen Maßnahmen zum Thema mehr Sport im Alltag kamen weiteren rund 60 geflüchteten Minderjährigen zu Gute.

Der Großteil der geflüchteten Teilnehmer*innen hatten keine Reiterfahrung. Lediglich ein ukrainisches Geschwisterpaar, ein syrischer Jugendlicher und ein ukrainischer Mann hatten Reitkenntnisse, diese jedoch auf Anfänger- bis leicht fortgeschrittenem Niveau. Sehr deutlich ersichtlich war bei einigen Teilnehmer*innen die fehlende Stabilität in der Rumpfmuskulatur, welche auf dem Pferd gekräftigt wurde. Allgemein war eine körperliche Überforderung mit der neuen Bewegung sehr schnell sichtbar, wobei sich dieser Umstand nicht zwischen geflüchteten und autochthonen Reitanfänger*innen unterscheidet. Sehr deutlich war ein Unterschied im Bereich der Körperspannung und Aufrichtung zwischen jugendlichen Burschen und Mädchen. Während die Mädchen mehr Schwierigkeiten bei der Ausdauer zeigten, war für

viele männliche Jugendliche die größte Herausforderung ihren Rücken zu begradigen und die Beine entsprechend dem Gleichgewicht unter der Körpermitte zu halten. Die Notwendigkeit einer korrekten Haltung im Rahmen des Reitens aber auch im Alltag wurde daher besprochen. Weiters wurde auf die Bedeutung des Gleichgewichts hingewiesen und ein entsprechendes Verständnis gestärkt.

Die Reiteinheiten fanden sowohl in der Reithalle als auch im Gelände statt. In der Halle wurde geübt das Pferd zu lenken und anzuhalten, so wie die drei Grundgangarten an der Longe erprobt. Nicht alle Teilnehmer*innen befanden sich stets gleichzeitig am Pferd. Bei Ausritten durch den Wald war je ein*e Teilnehmer*in auf dem Pferd und ein*e andere*r Teilnehmer*in führte das Pferd. Dabei legte die Gruppe auch einige Teile der Strecke laufend zurück, um auch im Gelände zu traben.

Wenig verwunderlich spürten viele Teilnehmer*innen bereits nach dem Absteigen vom Pferd, dass sie eine neue Bewegung ausgeführt hatten und wurden darauf vorbereitet, dass sie am nächsten Tag einen Muskelkater haben würden.



Die Reiteinheiten waren durchgehend ein Erfolg, dabei sowohl auf sportlicher als auch auf emotionaler Ebene, so äußerte beispielsweise ein Mädchen nach ihrer ersten Reiteinheit: „A dream came true!“



