

So reitet es sich auf einem Plastikpferd

Wetzikon Im Hobbyraum der Preyenstrasse 41 steht neuerdings ein Reitsimulator. Ein Redaktor hat ihn getestet – und dabei ein altes Trauma überwunden.

Erik Hasselberg

Ustermer Wald, ein sonniger Tag, vor mehreren Jahren: Ich liege mit schmerzverzerrtem Gesicht auf dem Boden. Der Rücken schmerzt. Ich ringe nach Luft – sicher eine halbe Minute lang.

Mein letztes Erlebnis mit Pferden ist eines der unangenehmsten Art. Bei einem Ausritt mit meiner Ex-Freundin geht der Isländer unter mir durch. Als Reitanfänger, der zuvor nur einige Male zu Ross sass, kann ich mich nicht im Sattel und in den Steigbügeln halten, stürze krachend in einer Kurve auf den steinernen Waldweg.

All das kann mir heute, an diesem Donnerstagmorgen, nicht passieren. Nicht in diesem Hobbykeller, an dessen Wand ein Laserbeamer ein mehrere Meter grosses Bild einer Landschaft projiziert. Nicht auf diesem schwarzen Grosspferd aus Plastik.

Plastikpferd in Lebensgrösse

«Ja, er bockt nicht, steigt nicht, schlägt nicht aus, sondern er ist einfach nur brav. Mit ihm kann man reiten, so viel man will», sagt Doris Wetter über den Plastikhengst. Seit dem Herbst letzten Jahrs betreibt die 59-Jährige an der Preyenstrasse 41 in Wetzikon ihren Reitsimulator, eine von zwei Anlagen in der ganzen Schweiz.

Der Reitsimulator ist dabei genauso gross wie ein echtes Pferd und soll diesem in Gefühl und Bewegung in nichts nachstehen. Mittels verschiedener Sensoren am Kopf und Hals, unter dem Sattel oder an beiden Seiten werden Reiterbefehle vom Simulator unmittelbar umgesetzt und in Echtzeit auf dem Monitor angezeigt und visualisiert.

Mittels eines metallenen Trittbocks steige ich auf das «Pferd», setze mich in den Sattel. Zuvor wurden die Steigbügel auf meine Körpergrösse eingestellt – keine einfache Sache bei 1,87 Metern, wie sich zeigt.

Auch wenn ich schon Jahre nicht mehr im Sattel sass, fühlt es sich doch vertraut an. Allerdings muss mir Doris Wetter dann doch noch mal zeigen, wie die Zügel zu halten sind, locker



Hoch zu Ross: Redaktor Erik Hasselberg auf dem Plastikpferd. Fotos: Paulo Pereira

eingeklemmt zwischen Daumen und Zeig- sowie Ring- und kleinem Finger.

Über 20 Jahre hatte Wetter einen eigenen Hof, besass zwischenzeitlich bis zu fünf Pferde. 2019 verkaufte sie den Hof. «Manchmal vermisse ich es – allerdings nicht die Arbeit.»

Sie ritt Turniere und liess sich auch durch einen schweren Reitunfall im Kindesalter ihre Leidenschaft nicht nehmen, als ein Hufschlag ihre Gesichtsknochen zertrümmerte und sie infolgedessen auf einer Seite ihr Augenlicht verlor.

Kein Unterschied spürbar

Ich blicke indessen konzentriert auf den Monitor. Zunächst geht es darum, die verschiedenen Sensoren zu spüren, sei es mittels Zügel, Gesäss oder Waden. Anschliessend durchlaufe ich ein zweiminütiges Analyseprogramm, heisst, ich reite im Schritt, Trab, Links- und Rechts-

galopp. Das Pferd unter mir führt dabei die Bewegungen so gut aus, dass zumindest ich nicht sagen könnte, inwiefern sie sich von einem echten Pferd unterscheiden.

«Man sieht, dass Sie nicht zum ersten Mal im Sattel sitzen, Sie machen das vorzüglich», lobt mich Wetter und zeigt mir auf einem Ausdruck verschiedene Wellenkurven. «Sie haben einen hervorragenden geraden Sitz im Gleichgewicht, einzig nach vorne und hinten gibt es eine Schwankung.»

Sportliche Anstrengung

Danach geht es ins Dressurviereck. Mit ein, zwei Klicks ist das Programm umgestellt, das Bild auf dem Monitor gewechselt. Mit dem Anreiten und Angaloppieren, das mittels der Sensoren auf den Flanken geschieht, habe ich bisweilen meine Mühe. Nicht immer finde ich die Druckpunkte. Irgendwann habe ich

den Dreh aber dann doch raus. Ich galoppiere, halte mich im Sattel, gebe den Zügeln genug Lauf. Immer wieder schaue ich zur Seite, um meine Haltung im Spiegel zu sehen und zu korrigieren. Aus den Lautsprechern ist das Gezwitscher von Vögeln oder das Knirschen von Hufeisen auf Kies zu hören.

Nach gut einer Stunde steige ich vom Pferd. Kaum habe ich den ersten Schritt getan, spüre ich ihn – den Schmerz an der Innenseite meiner Oberschenkel.

Auch wenn ich heute «nur» auf einem Plastikpferd sass, die sportliche Anstrengung und die Beanspruchung der entsprechenden Muskulatur sind doch dieselben. Nur ist dieses Mal mein Abgang wesentlich schmerzfreier als noch vor einigen Jahren.

 Video zum Thema unter [zueriost.ch](https://www.zueriost.ch)

«Der Simulator ermöglicht ein gefahrloses Training»

Wetzikon Im Interview erklärt Doris Wetter, welche Vorteile der Ritt auf dem Plastikpferd mit sich bringt.

Wieso sollte ich auf einem Plastikpferd reiten?

Doris Wetter: Hier können Sie gefahrlos und sicher trainieren, in einer stressfreien und kontrollierten Umgebung – bei Sturm, Regen oder drückender Hitze. Reitende können mit dem Spiegel üben, so, wie Sie das schon automatisch gemacht haben, und so ihre Haltung verbessern oder die korrekte Haltung erlernen. Zudem kann nach einem Unfall oder Verletzungen der Wiederbeginn in sicheren Schritten erfolgen.

Das klingt, als gäbe es nur Vorteile.

Wenn man die ganzen mentalen Aspekte weglässt, kann man das vielleicht schon so sagen. Aber wer einmal ein Pferd hatte, weiss, dass der Simulator ein eigenes Pferd nie ersetzen kann.

Also haben jene, die ein Reitsimulator-Training buchen, grösstenteils kein eigenes Pferd?

Nein, im Gegenteil. 95 Prozent der Kundschaft kommen, weil sie ein Problem mit ihrem Pferd analysieren möchten, bei dem sie nicht wissen, worum es geht und weshalb sich das Pferd so verhält. Das kann hier aufgrund der Sensoren sehr gut analysiert werden. So werden auch viele von ihren Reitlehrpersonen vorbeigeschickt.

Kommt Ihre Kundschaft dabei vor allem aus der Region?

Überhaupt nicht. Ich habe Leute aus Rheinfelden, Luzern, Bülach, Winterthur, Horgen oder Wädenswil. Das hat mich selber erstaunt. Allerdings gibt es in der Schweiz nur zwei Simulatoren, der andere steht im Thurgau.

Mich hat der sportliche Aspekt nach einer Stunde sehr erstaunt. Wie reagieren andere auf das Plastikpferd?

Es ist schon so, dass viele es zu Beginn belächeln. Doch die Neugierde ist dann gross genug, um aufzusteigen. Und erfahrene Reiterinnen und Reiter sind begeistert. Sie können Knöpfe lösen, die sie vielleicht hatten, oder gewisse Dinge wie das Angaloppieren automatisieren, in-



Besitzerin Doris Wetter.

dem sie es immer und immer wieder, 50-mal, üben. Das geht mit einem echten Pferd nicht.

Im Gegensatz zu einem echten Pferd kann man bei Ihnen hier im Keller auch ein wetterunabhängiges Fitnessprogramm durchführen.

Das ist so. Das wäre ebenfalls ein Zielpublikum, das ich gerne ansprechen möchte mit einem Angebot: ältere Leute, die sich sportlich betätigen möchten.

Wäre es auch möglich, auf dem Simulator das Reiten komplett von neu auf zu lernen?

Ich bin keine Lehrerin, aber durch meine jahrelange Erfahrung ein guter Coach. Grundsätzlich möchte ich auch Personen ohne Reiterfahrung und eigenes Pferd ansprechen, damit sie hier erste Grundkenntnisse und ein erstes Reitgefühl vermittelt bekommen – in einem geschützten Rahmen und ohne Ängste.

Erik Hasselberg

Auch Abos buchbar

Die Kosten für ein Training auf dem Reitsimulator belaufen sich pro Einzellektion auf 89 Franken (60 Minuten) oder 69 Franken (45 Minuten). Es können auch Abos für fünf oder zehn Lektionen gebucht werden. Weitere Informationen unter reitsimulator-swiss.ch. (zo)

Landluft schnuppern auf dem Frühlingsmärt

Grüningen Dieses Wochenende können Besucherinnen und Besucher wieder durch das Stedtli flanieren und Märt-Stimmung aufsaugen.

Der ländlich geprägte Frühlingsmärt findet jeweils am letzten April-Wochenende im Kern der Gemeinde Grüningen, im historischen Stedtli, statt. Am Samstag können die Besuchenden zwischen rund 150 Ständen durch die Strassen schlendern und wieder in die charakteristische Märt-Atmosphäre eintauchen.

Auf dem Märt ist es ein Leichtes, sich den Bauch vollzuschlagen, denn rund ein Drittel der Stände bietet Essen an. Des Weiteren sind auch Haushaltsgegenstände wie Keramik sowie Kleidung für Kinder und Erwachsene

vorhanden. Rechts und links vom Gemeindehaus gibt es ein Karussell und Autoscooter, um die Kinder bei Laune zu halten.

Mit lokalem Charakter

Neben den Ständen, die die Strassen entlang errichtet worden sind und vor allem von Marktfahrenden aus dem Oberland geführt werden, hat auf dem Chratzplatz Lokales Vorrang, wie es auf der offiziellen Website heisst. So können Besuchende beispielsweise den Grüninger Volleyball-Club unterstützen, indem sie ein Stück Kuchen essen.

Unter den Anwesenden befindet sich auch die Arbeitsgruppe DepoNie, die seit 20 Jahren mehr oder weniger erfolgreich gegen die Deponie im Tägernauer Holz vorgeht. «Mit unserem Stand wollen wir zeigen, dass wir nach wie vor präsent sind», sagt Susanna Jenny, die ehemalige Gemeindepräsidentin. Die Arbeitsgruppe werde rund 250 Banner und 500 Kleber, die mit dem Logo der Gruppe versehen seien, anbieten und die Bevölkerung über die aktuelle Situation informieren.

Mara Schneider



Der Frühlingsmärt findet dieses Wochenende statt. Archivfoto: Fabio Meier

Weitere Informationen zum Grüninger Frühlingsmärt

Am Samstag hat der Markt von 10 bis 18 Uhr geöffnet, am Sonntag von 11 bis 18 Uhr. Die Anreise empfiehlt sich mit dem Gratisbus der VZO, der im Halbstundentakt vor den Märt fährt. Für Fahrräder, Mofas und Trottinets steht eine begrenzte Anzahl Parkplätze unmittelbar vor dem Gelände zur Verfügung. Wer mit dem Auto kommt, kann dieses gratis auf einem der temporär ausgeschilderten Parkplätze abstellen. (mas)