

„ICH FALLE MEIST IN OHNMACHT!“

Regina Käsmayr (RK) sprach mit **Ingrid Klimke**, der mehrfachen Deutschen Meisterin und Olympiasiegerin in der Vielseitigkeit, über Stürze und das Wiederaufsteigen.

RK: Wissen Sie, wie oft Sie schon vom Pferd gefallen sind?

Klimke: Nein. Aber ich kann mich noch sehr genau an die drei schlimmsten Stürze erinnern. Einmal brach ich mir dabei das Schulterblatt, ein andermal das Schultergelenk und beim dritten Sturz hatte ich einen Bluterguss zwischen den Wirbelkörpern, was eine sehr langwierige Reha nach sich zog. Das passierte auch noch hintereinander in drei Jahren. Als danach endlich ein unfallfreies Jahr um war, hatte ich schon ein sehr erleichtertes Gefühl.

RK: Was geht Ihnen bei einem Sturz durch den Kopf?

Klimke: „Oh nein, jetzt geht das schon wieder los! Krankenhaus, Reha und die ganze Prozedur...“. Schon in dem Moment, wo ich da lag, wusste ich, dass meine Schulter gebrochen war und was mich nun erwartete. Da ich kreislaufmäßig nicht so stabil bin, falle ich anschließend meist in Ohnmacht und wache erst im Krankenwagen wieder auf.

RK: Wie wurden Sie mit den Stürzen fertig?

Klimke: So lange ich weiß, warum es passiert ist, komme ich damit klar. Denn wenn ich die Ursache weiß, kann ich sie beheben. Einmal habe ich zum Beispiel hinterher auf einem Video gesehen, dass das Pferd einfach nicht gut genug reagiert hat und viel zu lange das Bein stehen ließ. Dann habe ich entschieden: mit dem reite ich nicht mehr!

RK: Kennen Sie überhaupt Angst beim Reiten?

Klimke: Ja. Und zwar bei steigenden Pferden. Wenn ich das Gefühl habe, der fällt gleich um und ich liege drunter. Das ist mir zwar noch nie passiert, aber als Jugendliche war ich dabei, wie eine andere Reiterin so einen Unfall hatte. Sie lag danach ein halbes Jahr in einer Gipsschale. Bei Steigern habe ich wirklich Angst, dass mir etwas passiert. Dafür ist mir mein Leben zu schade. Außerdem trage ich Verantwortung für meine Tochter. Die braucht ihre Mutter noch.

RK: 2007 gab es mehrere Todesfälle im Gelände. Haben Sie nie das Gefühl, dass Sie die Nächste sein könnten?

Klimke: In dem Fall von Tina Richter hatte ich einen echten Schock. Danach musste ich mich erst mal einen Tag lang zu Hause einsperren und das verarbeiten. Ich glaube, das Leben

kommt so, wie es eben kommt. Es kann immer etwas passieren. Deswegen muss ich mein Schicksal aber noch lange nicht herausfordern. Ich vertraue auf mein Bauchgefühl und reite dann ein bestimmtes Pferd auch mal nicht. Angst im Gelände kann ich mir nicht leisten. So etwas merken die Pferde.

RK: Was raten Sie Freizeitreitern, die vom Pferd fallen?

Klimke: Ganz, ganz klein wieder anfangen. Man muss erst wieder Vertrauen zu sich und dem Pferd aufbauen. Auch ein guter Springreiter sollte nach einem Sturz erst mal kleine Kreuze springen, bis er und sein Pferd wieder ein eingespieltes Team sind. Draufgängertum schadet nur, denn die Unsicherheit des Reiters überträgt sich auch aufs Pferd.

© töltknoten.de 2011

© töltknoten.de 2011

© töltknoten.de 2011