

German Horse Center Presseservice:

Deutsche Top-Reiter, Trainer und Gestüte im Interview. Der Artikel ist in voller Länge oder gekürzt frei für den Abdruck oder die Veröffentlichung auf Ihrer Webseite. Wir bitten jedoch darum, einen Verweis auf www.germanhorsecenter.de mit zu veröffentlichen, sowie den Hinweis, dass Helen Langehanenberg als Trainerin bei German Horse Center buchbar ist und auch die von ihr ausgebildeten Pferde dort angeboten werden.

Auf dem Weg nach ganz oben!

Die deutsche Dressurreiterin Helen Langehanenberg und ihre Stute Responsible

Seit 2008 gehört die deutsche Dressurreiterin Helen Langehanenberg mit ihrer Stute Responsible dem Championskader an. Für die Olympischen Spiele in Hongkong ist sie mit Responsible Reservistin für Deutschland gewesen - ihr bislang größter Erfolg.

Bild-Beispiele:



Diese und weitere Bilder zum Download: <http://www.germanhorsecenter.de/press.html>

In der Dressurszene kennt man den Namen Langehanenberg spätestens seit 2005. Verbunden ist er mit dem von Ingrid Klimke, Olympiasiegerin Mannschaft Vielseitigkeit 2008. Bei ihr ist Helen Langehanenberg seit der Ponyzeit geritten und hat ihre Ausbildung zur Pferdewirtin gemacht.

Als sich Ingrid Klimke 2005 die Schulter gebrochen hatte und nicht reiten konnte, durfte

Helen den Hengst Damon Hill reiten. Die richtige Entscheidung: Helen gewann mit ihm die Weltmeisterschaft der 5-jährigen Dressurpferde. Im Jahr 2007 erritt sie an einem Tag drei Bundeschampionatstitel in Warendorf und im Winter gelang ihr mit Responsible der Durchbruch im Grand Prix Sport bis hin zur Kaderberufung. Ad hoc wurde die 26-jährige Reservereiterin für die Olympischen Spiele in Hongkong.

Das jüngste Highlight war der K+K Cup 2009 in Münster, ein Grand Prix Spezial: Mit ihrer 10-jährigen Stute Responsible von Rohdiamant erhielt Helen sensationelle 73,5 Prozent (2. Platz) für ihren Ritt: Das Video ist bei www.germanhorsecenter.de (siehe unter Trainer/Helen Langehanenberg) zu sehen.

Dies ist die Story einer talentierten Dressurreiterin und ihrer Erfolgsstute Responsible

Wie war der Weg mit Responsible?

„Resi kam 5-jährig zu uns. Der Anfang war nicht leicht. Sie ging nicht richtig durchs Genick und stieß sich nicht vom Gebiss ab. Hinzu kam, dass Sie immer Leitstute war und sich sehr dominant zeigte. Es hat mich einige Zeit gekostet, sie zu überzeugen doch das zu machen, was ich ihr sage. Aber wie man sieht, hat es letztlich gut geklappt.

Der Durchbruch kam Ende 6-jährig auf dem Bundeschampionat. Hier verpassten wir zwar um einen Platz das Finale, aber es war das erste Mal wirklich zu erkennen was in ihr steckt. Danach ging es steil bergauf. 7-jährig gewann sie mehrere S-Dressuren, auch internationale Prüfungen. Sie konnte sich für den Nürnberger Burgpokal qualifizieren, wo sie dann im Finale Dritte wurde. 8-jährig stellte ich sie nur in drei schweren Dressurprüfungen vor: Dreimal erhielt sie weit über 70 Prozent und siegte damit zwei Mal überlegen. Das Jahr diente dazu, Responsible auf Grand Prix-Prüfungen vorzubereiten.

Im Januar 2008 ging sie ihre ersten Grand Prix- und Grand Prix Spezial-Prüfungen und platzierte sich direkt auf den 5. und 4. Platz mit 72 Prozent. Und es ging gut weiter: Dortmund, Bremen, B-Kader, Hagen, Wiesbaden und Deutsche Meisterschaft in Balve. Danach Berufung in den A-Kader, CHIO in Aachen und als Krönung die Reserve-Nominierung für Olympia 2008.“

Wie ist der Charakter von Responsible?

„Resi ist meistens relaxed und unkompliziert. Zum Glück ist sie auf Turnieren nicht guckig und genießt Auftritte vor großem Publikum.

Satteln und Angurten mag sie nicht so, putzen unter dem Bauch auch nicht.

Sie liebt es Grasen und Ausreiten zu gehen. Auf die Weide geht sie leider nicht, da sie nur herumrennt und sich dabei richtig hineinsteigert. Daher gibt es als Entspannung für Resi Ausreiten und Grasen gehen. Sie ist sehr menschenbezogen und immer brav. Ihre Besitzer sagen immer, sie ist total auf mich fixiert.“

Was bedeutet für Dich Kommunikation mit dem Pferd?

„Ich versuche, mich auf jedes Pferd neu einzustellen, jedes reagiert anders. Ich bin konsequent, aber immer vertrauensvoll. Die Pferde sollen mich respektieren, aber mir immer Vertrauen schenken und keine Angst vor mir haben. Ich gebe auch mal deutliche Hilfen, wenn die Pferde nicht reagieren, lobe sie aber sofort bei der passenden Reaktion. So verstehen die Pferde, was ich möchte und denken nicht, dass ich sie strafen will.“

Turniere: Was fühlst Du vor einer Prüfung? Nervosität?

„Ich habe das große Glück, vor Prüfungen nicht mehr aufgereggt zu sein. Früher war ich immer sehr aufgereggt und habe mir damit selbst im Weg gestanden. Ich habe das geändert, indem ich versucht habe, an etwas anderes zu denken, sobald ich mir über das nächste Turnier den Kopf zerbrochen habe. Am Anfang war das schwierig, aber ich habe es geschafft: Keine Aufregung mehr, keine Sorgen vor der nächsten Prüfung!
Vor der Prüfung bereite ich mich vor, indem ich dafür Sorge, dass ich kurz vor dem Start Ruhe habe und in Gedanken die Aufgabe durchreite. Dabei denke ich an alles, was ich beachten möchte und fühle jede Lektion.“

Gibt es Dinge, die Du im Dressursport ändern würdest?

„Ich fände es schön, wenn wir es schaffen könnten, den Dressursport auch für Laien interessanter zu gestalten, so dass mehr darüber in den Medien berichtet würde. Denn ich glaube, nur so kommen wir zu mehr Popularität für diesen schönen Sport.
Außerdem möchte ich gerne dem Vorurteil begegnen, dass Dressurreiter zickig seien, wie es oft dargestellt wird. Natürlich gibt es Ausnahmen, wie in anderen Sportarten auch, aber generell sind Dressurreiter fröhliche und nette Sportler.“

Infokasten 1: Wochentrainingsplan von Responsible

„Ich trainiere mit Resi 5-6 Mal die Woche intensiver, je nach dem, ob ein Turnier ansteht. Außerdem geht sie in Gelände und Grasen. Sie kommt jeden Tag zweimal raus, manchmal einfach ein paar Runden locker reiten oder eine Runde in den Wald. Einen Tag in der Woche hat sie einen Schritttag. Zusätzlich fahre ich regelmäßig zu Klaus Balkenhol zum Training. Er

hat mich und Responsible den ganzen Weg bis zum Grand Prix begleitet. Ohne ihn wäre dieser Erfolg nicht möglich gewesen, dafür bin ich ihm sehr dankbar.“

Infokasten 2: So bereite ich mich aufs Turnier vor!

„Es wird vom Verband eine Mentaltrainerin gestellt. Dies habe ich gerne angenommen, denn man kann immer etwas lernen und sich weiterentwickeln. Ich finde, dass es wichtig ist, dass der Reiter auch an seine eigene Fitness denkt. Leider klappt es mit Fitnesstraining aus zeitlichen Gründen nicht so oft, wie ich es gerne möchte. Aber ich gehe hin und wieder Klettern und regelmäßig zur Massage.“

Helen Langehanenberg betreibt mit ihrem Mann Sebastian einen Ausbildungsstall in Nordrhein-Westfalen. Auf www.germanhorsecenter.de bieten sie ihre ausgebildeten Verkaufspferde an. Beide sind auch als Trainer über German Horse Center weltweit zu buchen.

Ihr Ansprechpartner:

Stefanie Voss - Presse und Public Relations

voss@germanhorsecenter.com

press@germanhorsecenter.com

Tel: +49 2104 977702, Fax: +49 2104 818490

GHC GmbH German Horse Center
Donatusstraße 50c, D-41352 Korschenbroich
info@germanhorsecenter.com
<http://www.germanhorsecenter.com>

Geschäftsführerin: Tanja Uredat
Amtsgericht Neuss; HRB 14928
USt.-IdNr. DE 2630985300.