



*Klaus Balkenhol –  
Mannschafts-Olympiasieger  
1992 und 1996 und  
Deutscher Dressurtrainer*

*Anabel Balkenhol –  
Zahlreiche nationale und in-  
ternationale Platzierungen:  
die zweite Generation  
auf dem olympischen  
Dressur-Parkett*

*Judith Balkenhol kennt  
sich nicht nur mit  
Kartoffelpuffern und Apfelmus  
hervorragend aus ...*

# Der Apfel

## FÄLLT NICHT WEIT VOM STAMM

Hinter jedem starken Mann steht eine starke Frau. Im Hause Balkenhol gibt es gleich zwei starke Frauen. Bei Familie Balkenhol in Rosendahl bin ich heute verabredet zum Braten, Schälen und Einkochen, es gibt nämlich Reibekuchen – auch Kartoffelpuffer genannt – mit selbst gemachtem Apfelmus. Äpfel und Pferde, das passt ja prima. „Die Apfelschalen sind immer für die Pferde“, bestätigt mir sogleich Judith Balkenhol, während sie gerade für das Apfelmus schnippelt. Vom Wohnzimmer hat man einen Blick aufs Dressurviereck, wo ihr Ehemann gerade trainiert – und wo er sich sichtlich auch am wohlsten fühlt – nämlich auf dem Pferd.

Anabel „Belli“ Balkenhol ist die zweite starke Frau in der Familie Balkenhol. Die Tochter des ehemaligen Bundes-

trainers und Team-Olympiasiegers ist – ähnlich wie ihr Vater – eigentlich erst spät auf den olympischen Geschmack gekommen. Aber das ist ihr nicht so wichtig, egal ob man schon mit 20 zur Weltspitze gehört oder eben 20 Jahre später an seiner internationalen Reiterkarriere erfolgreich arbeitet. Dressurreiten ist olympische Disziplin, ausgetragen in der Klasse Grand Prix, Grand Prix Spezial und Grand Prix Kür. Diskutiert wird gerade in der Küche über eine eingängige Melodie für die nächste Kür ... Die Kür zur Musik ist ein Publikumsmagnet und wird immer bedeutender in allen Klassen.

„Du bist immer dann am besten, wenn du einfach ganz normal bist“, lautet der Refrain der Punkrock-Band „Die Ärzte“, über die wir gerade sprechen. „Ich freue mich

über jeden fehlerfreien Ritt“, bestätigt Belli Balkenhol. Und irgendwie ist damit auch Dablimo angesprochen. Der Hannoveraner Dunkelfuchs ist trotz seines stattlichen Stockmaßes von 1,76 manchmal ein bisschen ein „Hasenfuß im Pulverfass“. Aber mittlerweile viel ruhiger geworden. „Er lässt sich nicht mehr so leicht ablenken“. Mit viel Geduld haben Vater und Tochter gemeinsam Dablimo vom verstörten Youngster zum Grand-Prix-Star von Weltklasse ausgebildet. Die wichtigste Aufgabe war, das Vertrauen ihres Wallachs zu gewinnen. „Mit Druck geht gar nichts“, sagt Anabel Balkenhol.

„Dein Spiegelbild ist anderen egal“, geht der Ärzte-Song weiter. Das ehrlichste Spiegelbild ist dein Pferd – möchte man weitertexten. Diesbezüglich steht Belli auf vier festen Füßen – ganz im Zeichen der Familientradition durch und durch bodenständig in Sachen pferdegerechter Ausbildung nach klassischen Prinzipien. Der Apfel fällt eben nicht weit vom Stamm.

Szenenwechsel: Die sorgfältig geschnittenen Apfelwürfel landen gerade im Kochtopf in einem Sud aus Apfelsaft und Zucker. Doch das Rezept à la Balkenhol ist hier nicht zu Ende, sondern fängt hier gerade erst an. In der Küche wird jetzt über Heinos neue Rock-Interpretationen nachgedacht, so auch über die Coverversion „Junge wie Du wieder aussiehst“, ebenfalls von den „Ärzten“. Ein Lied über Aufstand und gesellschaftliche Zwänge.

Schnelle Hoffnung auf Erfolg kann ungeduldig machen, was sich nicht mit einer soliden und nachhaltigen Pferdeausbildung verträgt. „Junge Pferde werden oft wirtschaftlichen Zwängen geopfert, von Anfang an überfordert und dadurch zu schnell verbraucht“, erklärte Klaus Balkenhol jüngst auf der Equitana während einer Lehrveranstaltung. Doch alles braucht seine Zeit. Junge Pferde brauchen eben ihre Zeit zur physischen und psychischen Entwicklung, so Balkenhol. Unser moderner Zeitgeist ist allerdings geprägt von Zeitmangel. Doch Naturgesetze und fundierter Erfolg lassen sich nicht immer mit Geld erkaufen.

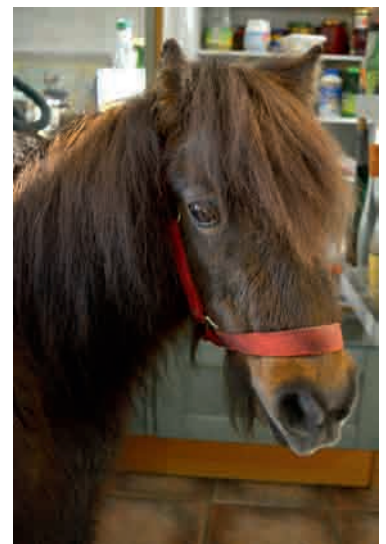
Ganz klar: Wir sind gerade am Mus-Machen und am Mut-Machen und nicht am Mies-Machen. Von der Balkenhol'schen Denk- und Herangehensweise mit jungen Pferden können sich alle eine (Apfel-)Scheibe abschneiden. Dabei kochen die Balkenhol's auch nur mit Wasser. Es gibt nämlich ein Rezept, das heutzutage in unserer schnelllebigen Gesellschaft etwas aus der Sichtweite geraten ist. Es ist das nötige Quäntchen an Zutat namens Geduld und Gefühl. Etwas „zubereiten“, gleich ob beim

Kochen oder der Ausbildung einer Remonte, das ist die hohe Kunst der richtigen Dosierung mit Zeit, Maß und Spaß. Unser Apfelmus benötigt heute eben drei Minuten dreißig zum Kochen und dann noch mal dreimal so viel Zeit, um richtig durchziehen zu können und um zur „optimalen Tagesform“ zu geraten.

Doppelt so viel Zeit benötigt bei Balkenhol's das Dressurpferd zur Lösungsphase im Schritt. Vielleicht ist die Hohe Schule des Dressurreitens auch eine Form der Entschleunigung, die unserem hektischen Zeitgeist wohltuend entgegenwirkt. Viele Reiter und Pferdefreunde wirken auch erstaunlich jung geblieben. Wahrscheinlich ist die Beschäftigung mit dem Pferd auch wie eine Verjüngungskur ...

Die Kartoffelpuffer sind nun dran. „Wir holen Muskatnuss“, sagt da Belli Balkenhol. „Wir brauchen Muskatnuss“. Ich denke zunächst an eine legendäre Filmkochszene von Louis de Funès. Manche bereiten ja auch Kartoffelpuffer mit einer feinen Prise Muskatnuss zu. Davon darf es nicht zu viel sein und nicht zu wenig, nicht zu exaltiert und nicht zu spröde, wie in der Dressurreiterei. Kaum sichtbar und doch spürbar. Man darf von sich, seinem Pferd oder überhaupt in seinem Leben nicht zu viel verlangen, aber auch nicht zu wenig.

Nun geht es aber hier nicht um das Gewürz, sondern um eine ganz andere wichtige Zutat. Muskatnuss aber, genannt Nüsschen, das ist der Name vom Beistellpony von Rabauke. Die wichtigste Zutat überhaupt nicht nur im Pferdeleben – ein Begleiter. Der Geschmacksverstärker für alle Lebenslagen. Wir haben ja noch eine ganze Menge Äpfel, und das Minipony genießt so was wie lebenslanges Hausrecht und wird zur Verköstigung sogleich an Ort und Stelle in die Küche bugsiert.



*Pony Muskatnuss „inspiziert“ den Kühlschrank der Balkenhol's*

Und schon sind wir beim nächsten Evergreen: „Klaus geh mal zur Tür. Es hat gebimmelt. Da steht ein Pferd auf dem Flur.“ Klaus Balkenhol kommt aber gerade selber aus dem Stall zur Tür herein mit Blick auf Minipony Muskattuss und denkt nach. Mit Rabauke, der nunmehr im Pferdehimmel weilt, fing alles an. Und die Geschichte ist so besonders, weil die ganze Reiterfamilie besonders ist, derweil Nüsschen sich schon begeistert über die Apfelschalen hermachte.

Der Stoff, aus dem die Träume sind, fing eigentlich an mit einem Telefonanruf des Polizeireiters in Warendorf 1967 bei der Deutschen Reiterlichen Vereinigung. Klaus Balkenhol, der bis dahin unbekannte Dressurreiter, wollte mit seinem Düsseldorfer Streifenpferd Rabauke einmal zu einem Lehrgang eingeladen werden. Zuvor hatte der Polizeihauptmeister Klaus Balkenhol in seiner Freizeit seinem Polizeipferd schwierigste Lektionen der Hohen Schule beigebracht. Balkenhol stammte ursprünglich aus einem landwirtschaftlichen Betrieb. Um etwas Solides zu machen, war er zur Polizei gegangen und konnte hier sein Händchen für Pferde wunderbar einbringen. Während er seine Lektionen in Warendorf vorritt, kam die Überraschung: Der damalige Bundestrainer Willi Schultheiß war vom Vorreiten sehr angetan.

*Autor Andreas Frädriich schaut der Familie Balkenhol über die Schulter und erkundigt sich nach den Pferden und dem Essen.*



Durch ein Gesuch von Schultheiß an das Innenministerium wurde später erreicht, dass der Rheinländer nicht nur eine Förderung der Reiterlichen Vereinigung bekam, sondern auch, dass der damals 38-Jährige erstmals auf internationalen Turnieren weltweit in das Dressurviereck einreiten durfte. Bisher waren ihm, bedingt durch die Dienstordnung der Polizeistaffel, lediglich fünf Starts bei internationalen Wettbewerben innerhalb Deutschlands erlaubt. Der reiterlichen Karriere stand nun nichts mehr im Wege, sportlich ging es von nun an steil nach oben.

Steil nach oben geht es auch für unsere Kartoffeln auf der Julienne-Reibe – von Hand gerieben. „Am besten für Kartoffelpuffer sind mehligere Kartoffeln, diese haben in der Regel einen höheren Stärkegehalt“, erklärt mir Frau Balkenhol, während sie ab und zu die Erinnerungen ihres Mannes an Rabauke komplettiert ...

Bekanntere Kartoffelsorten sind Adretta, Aula oder Karlana. Auch vorwiegend festkochende Sorten wie Agraria, Quarta oder Marabel kann man verwenden. Die Mühe der eigenen Zubereitung lohnt sich, denn selbst gemachte Kartoffelpuffer schmecken viel besser als tiefgekühlte Fertigprodukte. Reibekuchen sind ein traditionelles Bratgericht der deutschen, böhmischen und österreichischen Küche aus geschabten Kartoffeln und anderen Zutaten. Die Bezeichnung Kartoffelpuffer rührt von dem „puffenden“ Geräusch des Kartoffelteigs beim Backen in heißem Fett. Vielfältig ist die Namensgebung für Kartoffelpuffer: Kartoffelplätzchen, Erdäpfelpuffer, Baggers, Bambes, Flinsen, Panneläppchen, Reiberdatschi, Erdäpfelpuffer, Dotsch, Rievkooche, Grommbierkischeljer, Grumbeerpannekuche, Kartoffelklitscher, Krumbirnpöngeli, Ballklöß, Franzkung, Baggerla, Herdöpfelpuffer, Dädscha, Erdäpfelkrapferl, Händöpfelchüechli oder Händöpfeldätsch ...

Je nach Vorliebe kann man grobe oder glatte Kartoffelpuffer zubereiten. Für grobe Puffer werden die Kartoffeln in kleine Stifte gerieben, für glatte reibt man sie sehr fein. Je feiner die Reibe, desto mehr Wasser zieht die Kartoffel. Damit der Teig für die Reibekuchen nicht zu dünn wird,

muss man einen Teil des überschüssigen Wassers abgießen oder in einem Sieb ausdrücken. Frau Balkenhol spricht von „Trockenlegen“. Allerdings verliert der Kartoffelteig durch zu festes Auspressen auch an Aroma. Für aromatische Kartoffelpuffer belässt man deshalb etwas Kartoffelflüssigkeit in der geriebenen Masse. Den Kartoffelteig vor dem Braten nicht lange stehen lassen, an der Luft wird er schnell braun. Darunter leidet auch der Geschmack. Zwiebeln pellen, ebenfalls fein reiben, mit Eiern, Mehl, etwas Pfeffer und Salz verrühren. Manche geben auch Eier, Mehl oder Haferflocken dazu. Oder Muskatnuss ...

Genau: Wie war denn das nun mit Muskatnuss und Rabauke? „Rabauke war immer etwas eigenwillig und ohne Nüsschen ging gar nichts“, erinnern sich die Balkenhol. Ursprünglich hatte er den Hannoveraner Wallach, der öfter kränkelte, beim Schmied entdeckt. Er war damals für 4.000 Mark als Zweieinhalbjähriger bei der Polizei in Düsseldorf angekauft worden. Ihm war sofort klar: „Der oder keiner!“, so Balkenhol. Rabauke, nach Bundestrainer Willi Schultheiß der damalige Idealtyp eines Dressurpferdes, versah zum damaligen Zeitpunkt 1977 zusammen mit Klaus Balkenhol nach wie vor seinen normalen Dienst als Streifenpferd. Der Erfolg ließ auch nicht lange auf sich warten. Bereits 1979 wurde er auf seinem Polizeipferd Rabauke deutscher Vizemeister der Dressurreiter. Außerdem wurden sie mit der Equipe Mannschaftsmeister sowie Zweiter im deutschen Dressur-Derby. Darüber hinaus gehörte Klaus Balkenhol zum Kreis der Olympiamannschaft. 1979 war das Einsatzpferd Rabauke das erfolgreichste Pferd in der Weltrangliste Dressur.

Nach einer schweren Verletzung musste der Wallach mit 17 Jahren jedoch in den Ruhestand versetzt werden. Rabauke war seit längerer Zeit wegen einer Knieverletzung weder der Dauerbelastung des täglichen Reiterstreifenendienstes noch den Belastungen des Spitzen-Dressurportes gewachsen. 1985 ging damit eine außergewöhnliche Pferdekarrriere zu Ende. Als international erfolgreiches Dressur- und Polizeipferd wurde es vom damaligen Innenminister des Landes NRW in den Ruhestand versetzt und Klaus Balkenhol überlassen. Fortan stand „Rabauke“ – zusammen mit seinem Spielkameraden Muskatnuss – auf einem Bauernhof im Münsterland und kam fast dreißigjährig in den Pferdehimmel.

Das Pony Nüsschen schaut mit großen Augen auf die restlichen Apfelschalen auf der Küchenarbeitsfläche. Währenddessen fängt Judith Balkenhol an, die Kartoffelpuffer zu braten. Dazu wird etwas Butterschmalz – man

kann auch Butter, Margarine oder Sonnenblumenöl nehmen – in einer großen Pfanne erhitzt und je ein großer Löffel Puffer-Masse ins heiße Fett gegeben. Frau Balkenhol nimmt Walnussöl. Das Bratfett für Kartoffelpuffer muss ganz heiß sein. Auf jeder Seite werden die Reibekuchen dann 3 Minuten gebacken – von beiden Seiten schön kross und knusprig braun. Am besten nicht mehr als drei Puffer gleichzeitig backen. Zeigt sich ein goldbrauner Rand, werden die Reibekuchen gedreht und bei mittlerer Temperatur fertig gebacken. Um die Fettmenge bzw. Kalorienzahl zu reduzieren, lässt man die Kartoffelpuffer auf Küchenkrepp abtropfen. Warmhalten kann man Kartoffelpuffer übrigens auch: bei ca. 100 Grad im Backofen.

Die Kartoffelpuffer sind nun zusammen mit dem Apfelsmus servierfertig. Das soll nicht unter den Tisch fallen: Bei Balkenhol ist die ganze Belegschaft aus dem Stall mit großem Hallo zum gemeinsamen Essen gekommen. Reibekuchen sind einfach und lecker und geben Power. Muskatnuss ist derweil wieder in seiner Box – und träumt von ganz vielen Äpfeln ...

## KARTOFFELPUFFER MIT APFELMUS

### Zutaten

1 kg geschälte Kartoffeln

1 Zwiebel

2–3 Eier (je nach Größe der Eier)

1 EL Kartoffelstärke (optional)

Öl, zum Braten, am besten ist Butterschmalz

1 Prise frisch geriebene Muskatnuss (optional)

frisch gemahlener, weißer oder schwarzer Pfeffer (optional)

1 Prise Salz

1 Glas (selbst gemachter) Apfelsmus

### Nährwerte pro 100g:

<u>kJ(kcal)</u>	<u>385 (92)</u>
<u>Eiweiß</u>	<u>2,6 g</u>
<u>Kohlenhydrate</u>	<u>19,6 g</u>
<u>Fett</u>	<u>0,2 g</u>



## EXKURS

Pferde + Äpfel = Pferdeäpfel. Hier fangen wir mal umgekehrt an, sozusagen von unten nach oben. Der Name Pferdeäpfel (auch Rossknödel) kommt daher, dass die einzelnen Kotballen in Größe und Form an einen Apfel erinnern. Pferde äpfeln alle 30 bis 120 Minuten, wobei sie – abhängig von der Fütterung – bis zu 50 Kilogramm Pferdeäpfel am Tag abgeben können. Dabei spielt Pferde-

mist in der Kreislaufwirtschaft eine bedeutende Rolle in der Lebensmittelgewinnung, nämlich als hochgeschätzter Dünger. Zu Zeiten der Pferdefuhrwerke und in der Nachkriegszeit gingen die Leute den Kutschen hinterher, um die Pferdeäpfel von der Straße einzusammeln. Heute wird Pferdemist im eigenen Garten vor allem als Rosendünger verwendet.



Äpfel als Saftfutter werden von Pferden gerne gefressen, trotzdem sollten Äpfel nur in geringen Mengen verfüttert werden. Für einen positiven Effekt mehr als zwei Stück pro Tag, höchstens jedoch zwei Kilogramm. Äpfel sind deshalb nur in geringen Mengen zu reichen, da die im Apfel enthaltenen Pektine (so wird der in der Frucht aufgebaute Vielfachzucker genannt) wasserunlöslich und unverdaulich sind. Große Mengen können wegen zu viel Säure Koliken verursachen. In der Pferdefütterung muss darauf geachtet werden, dass die Äpfel reif sind, keine faulen Stellen aufweisen und wurmfrei sind. Oberste Priorität hat eine erstklassige Qualität jeglicher Futtermittel, hierbei spielt es keine Rolle, ob es sich um Rau-, Kraft- oder Ergänzung- und Saftfutter handelt. Äpfel sind sehr Vitamin-C-reich, die enthaltene Ascorbinsäure hilft bei chronischem Husten und beugt Infekten vor – bei Pferd und Mensch.

Genauso wie Pferde hat der Apfel eine hohe Symbolkraft. Als die Frucht schlechthin stehen Apfel und Apfelbaum in allen eurasischen Kulturen als Symbol für Erkenntnis und Entscheidung, Sexualität und Fruchtbarkeit, Leben und Reichtum. Der magische Apfel spielt in zahllosen Märchen, Mythologien und Ritualen eine Rolle. In Sagen und Legenden ist der Apfel dabei eine durchaus zwiespältige Frucht. Bei „Schneewittchen“ birgt der Apfel dagegen den Tod. Eine andere Geschichte vom Apfelbaum ist die als Baum des ewigen Lebens. Tatsächlich galt auch im Mittelalter der Apfel seit früher Zeit als lebensverlängerndes Heilmittel. Der regelmäßige Verzehr von Äpfeln reduziert das Risiko an Herz- und Gefäßerkrankungen,

Asthma und Lungenfunktionsstörungen, Diabetes mellitus und Krebs zu erkranken. Äpfel sind zudem ein besonders guter Lieferant für Ballaststoffe.

Ganz anders die Vertreibung von Adam und Eva aus dem Garten Eden, in der Bibel erzählt: diese dürfte wohl auch unter einem Apfelbaum geschehen sein. Darauf könnte der lateinische Gattungsname „Malus“ auch hinweisen, der gleichermaßen „Apfel und Obstbaum“, aber auch „schlecht, böse, niederträchtig“ bedeutet. Es wird angenommen, dass es sich bei der Frucht vom Baum der Erkenntnis von Gute und Böse, die Adam und Eva verbotenweise aßen, um wie Gott zu werden, um einen Apfel handelte.

Die Saat der Zwietracht dieses Obstes geht noch weiter. Als „Zankapfel“ bezeichnet man einen Gegenstand oder eine Tatsache, die zu einer Auseinandersetzung führt. Der Reichsapfel wiederum war ein Herrschaftszeichen in Form einer Weltkugel mit aufgesetztem Kreuz und symbolisierte die universale Reichsidee des Römischen Reichs. Die ursprüngliche Heimat des Kulturapfels liegt dabei wahrscheinlich in Asien. Heute gibt es allein in Mitteleuropa nahezu Tausend verschiedene Züchtungen. Das heutige größte Obstanbaugebiet in Deutschland ist das Alte Land entlang des südlichen Elbufers in Niedersachsen (übrigens ist hier auch Rabauke geboren!) und zum kleinen Teil auf Hamburger Landesgebiet liegend. Nach den verschiedenen Verwendungsmöglichkeiten unterscheidet man in Tafeläpfel, Kochäpfel (Kompott), Industrieäpfel (Marmelade, Apfelmus) und Mostäpfel (Saft, Wein).

### „WIR WOLLEN EIGENTLICH NUR SCHÖN REITEN“ – oder: Ein Dressur-Menü in sechs Gängen

Dressurreiten als eine Disziplin des Pferdesports, bei der die natürlichen Veranlagungen des Pferdes durch gymnastische Übungen gefördert und verfeinert werden, entstand Ende des 19. Jahrhunderts aus dem Vergleich zwischen Offizieren und war, wie die meisten reitsportlichen Disziplinen, anfangs ausschließlich diesen vorbehalten. Das Reglement der seit 1912 olympischen Sportart geht auf die militärischen Anforderungen der Kavallerie zurück. Beginnend in der Antike bis in die Neuzeit, galt diese militärische Waffengattung als beherrschend. Dressurreiten hat das rittige Pferd zum Ziel,

das auf minimale Signale („Hilfen“) hin zum exakten Ausführen einer gewünschten Aufgabe („Lektion“) veranlasst werden kann.

Die dressurmäßige Ausbildung des Pferdes stellt nach wie vor die Grundlage jeder reiterlichen Betätigung dar und findet ihre Vollendung in der Hohen Schule. Frauen sind im Dressursport führend. Seit 2009 werden Männer und Frauen bei den Deutschen Meisterschaften gemeinsam gewertet. Dressurreiten ist eine der erfolgreichsten Sportarten, in der deutsche Sportler international antreten.

In den französischen Bezeichnungen der Hohen Schule wie Piaffe („piaffer“ = tänzeln, stampfen) oder Pirouette („Pirouette“ = „sich im Kreis drehen“ oder „schnell seinen Standpunkt ändern“) kommt die Pferdedressur im höchsten Schwierigkeitsgrad zum Ausdruck und wird deutlich: Französisch ist die internationale Reitersprache. „Die Hohe Schule soll keine Künstelei für sich sein, sondern das letzte Glied in einer Kette, die in ihren Anfangsgraden das für jede Art der Verwendung richtig vorbereitete Gebrauchspferd gibt“, sagte mal der bedeutende Hippologe Gustav Rau. Ähnliches gilt auch für die französische Nationalküche (Cuisine française), der einflussreichsten Landesküche Europas. Vor „künstlichen Verzerrungen, die nichts als schlechter Zirkus sind“, wird in beiden Disziplinen gewarnt. Spitzenköche und Reitkünstler zeichnen eine besonnene, beherrschte und konzentrierte Geisteshaltung aus.

Das Menü (im 19. Jahrhundert aus dem französischen Menü für „klein“, „Kleinigkeit“ entlehnt) bezeichnet in der Gastronomie eine Speisefolge, die aus mindestens drei Gängen besteht. Man spricht noch heute von einem Gang, weil zum Herbeibringen des neuen Gerichtes eines Menüs der Bedienstete jedes Mal einen neuen Gang machen musste.

Für die drei Grundgangarten des Reitpferdes – Schritt, Trab, Galopp – wird auf das räumliche und zeitliche Gleichmaß der Bewegungen Wert gelegt. Takt ist der erste Schritt bei der Grundschulung auf der Skala der Ausbildung mit dem Ziel der Durchlässigkeit. Beim Anreiten sorgt der Reiter dafür, dass das Pferd unter seinem Gewicht ins Gleichgewicht kommt, dass es lernt, geradeaus und auf gebogenen Linien in allen drei Grundgangarten geradegerichtet zu gehen sowie die Gewicht-, Schenkel- und Zügelhilfen des Reiters zu verstehen und die verschiedenen Lektionen auszuführen. Die Dressur-

ausbildung ist die Grundlage aller Reitdisziplinen. Dressurreiten fördert und verfeinert die natürlichen Bewegungen des Pferdes und ermöglicht ihm, das Gewicht des Reiters optimal zu tragen, und trägt dadurch zur Gesunderhaltung des Pferdes bei.

Es gibt wichtige Regeln, die jeder Spitzenreiter – und jeder Starkoch – beherrschen muss. Zusammen mit Klaus Balkenhol servieren wir eine Art Sechsgänge-Menü mit besonderen Akzenten der pferdegerechten Ausbildung ...

## 1.GANG

### Hors d'œuvre froid

#### LOSSELASSENHEIT

Losgelassenheit ist der zweite Punkt auf der Ausbildungsskala. Das Pferd strahlt idealerweise Zufriedenheit aus, keine Hektik in der Bewegung, der Schweif pendelt, ein selbstverständlicher, nicht übertriebener Schwung, ein entspanntes Schnauben. Bei Balkenhol beginnt die Lösungsphase mit Schritt in der Bahn am langen Zügel völlig gelassen und unaufgeregt. Oberste Maxime von Klaus Balkenhol ist, sich Zeit lassen und dem Pferd Zeit geben in der Lösungs- und Aufwärmphase. Das können auch schon über 20 Minuten Schritt sein. „Der Reiter muss sich dazu auch loslassen“, erklärt Balkenhol. Wenn der Reiter verspannt ist, nimmt ein Pferd das sehr früh wahr. „Ein hochsensibles Pferd wie Dablino merkt das sofort“, weiß der Reitmeister. „Lass dich locker, vorsichtig Schenkel anfallen lassen“, ruft er in die Reithalle. Balkenhol ist für Losgelassenheit rundum im Körper. Nur ein Pferd, das psychisch und physisch entspannt ist, kann seine Leistungsbereitschaft und -fähigkeit erlangen. Ein Pferd, das sich innerlich und äußerlich loslässt, versorgt seine Muskeln, Sehnen und Bänder besser mit Sauerstoff. Ein verspannter Muskel kann kein Blut durchlassen und sich somit auch nicht schnell erholen. Muskel- oder Sehnenzerrungen und Gelenkschäden sind häufige Folgen.

Schritt ist die schwierigste Gangart: „Das Geheimnis des Annehmens liegt immer im Nachgeben“, erklärt Balkenhol. Denn das ist nicht nur Motivation, sondern zugleich eine Maßnahme, das Pferd zu lösen, wenn man mit der lobenden Hand den Zügel vorgibt. „Dazu muss man das Pferd immer wieder loben!“ Ein starker, raumgreifender Schritt, etwa nach einer Passage-Tour, zeigt später, ob ein Pferd übermäßig angespannt oder wirklich losgelassen ist. Wenn ein Pferd piaffiert, also auf der Stelle trabt, statt gehorsam zu halten, dann ist es verspannt, und nicht losgelassen.

„Das meiste habe ich vom reinen Zuschauen gelernt und aus Büchern – die habe ich förmlich verschlungen“, verrät Klaus Balkenhol. Die Heeres-Dienstvorschrift Nr. 12 als die Grundlage der heutigen FN-Richtlinien in der Grundausbildung für Reiter empfiehlt im Kapitel 53 insbesondere bei Pferden mit Gebäudefehlern Übungen zur Losgelassenheit. Dazu zählen Longenarbeit, Freispringen, Leichttraben im Gebrauchstempo auf gebogenen Linien, des Weiteren Bodenrick- und Kletterübungen unter dem Reiter. Im Stall Balkenhol werden kleinere Gebäudefehler schon mal toleriert, wenn ein federndes, energisches Abfußen der Hinterhand gegeben ist.

## 2.GANG

### Potage

#### GEFÜHL

Gefühl steht für die unterschiedlichsten Erfahrungen und Reaktionen und umfasst Angst, Ärger, Übermut, Freude oder Zuneigung. Das Gefühl des Reiters für Rhythmus und Bewegungsabläufe ist eine Sache des Einfühlungsvermögens, schnellen Reaktionsvermögens, der Konzentrationsfähigkeit und Sensibilität. Hier geht es um eine harmonische, vertrauensvolle und wirkungsvolle Verständigung zwischen Reiter und Pferd. „Anlehnung, Grundschiwing, Takt – das alles muss man fühlen, um eine gute Einwirkung zu bekommen“, berichtet Anabel Balkenhol. „Das, was man gibt, kriegt man wieder zurück“, unterstreicht Klaus Balkenhol. „Die Pferde nehmen sich dazu die Freiheit. Nicht das Pferd hinzwängen, sondern einfühlen. Bei Pferden, die so ausschließlich unter Druck oder aus Missverständnissen heraus gearbeitet werden, ist schon der Schritt häufig nicht mehr in Ordnung. Niemals ein Pferd im Zorn zu behandeln ist für das Pferd die beste Lehre und Gewohnheit“, plädiert Balkenhol. „Es ist etwas Unbedachtsames um den Zorn, sodass er oft etwas bewirkt, was man bereuen muss.“

„Was ein Pferd alles so wahrnimmt, ist unglaublich“, spricht Balkenhol weiter. „Gefühl ist, früher reagieren, was ein Pferd so will. Man lernt dazu, bis man selber Pferd ist“, sagt er.

## 3.GANG

### Hors d'œuvre chaud

#### VERTRAUEN

Um den Menschen verstehen zu können, muss das Pferd Vertrauen haben. Balkenhol spricht deswegen auch von Vertrauensdimensionen. Vertrauen ist die subjektive Überzeugung von der Richtigkeit, Wahrheit bzw. Redlichkeit von Handlungen, Einsichten und Aussagen eines

anderen oder von sich selbst (Selbstvertrauen). Die Stimme ist ein Mittel, um das Vertrauen des Pferdes zu erlangen. Vertrauen ist aber auch mehr als nur Glaube oder Hoffnung, es benötigt immer eine Grundlage, die „Vertrauensgrundlage“. Vertrauen ist der Wille, sich verletzlich zu zeigen und hinzugeben. Gottvertrauen ist hilfreich, aber in der Reiterei nicht ausreichend. Schon der antike griechischer Politiker, Feldherr und Schriftsteller Xenophon (4. Jh. v. Chr.) wettete gegen die Versklavung der Vierbeiner und lehnte Gewalt strikt ab, Belohnung dagegen war für ihn die wichtigste Ausbildungshilfe. „Immer wieder loben, lob ihn zwischendurch“, lautet auch die Maxime von Klaus Balkenhol. „Das Pferd muss selber Freude an der Reitbahn haben, sonst wird dem Reiter nichts mit Anmut gelingen“ – die verfassten Grundsätze über die Ausbildung des Pferdes sowie des Reiters haben bis heute Gültigkeit und müssen nicht verändert werden. „Die freie, natürliche Art, aus dem Stand anzutragen, zu galoppieren und im Galopp kontrolliert

umzuspringen und dann wieder ruhig schwingend zu gehen – all dies gehört doch zur Schönheit des Pferdes“, betont Klaus Balkenhol, „um sich herzugeben, benötigt es Vertrauen.“ Schon Xenophon forderte dazu auf, das Pferd als Partner zu sehen. Das Pferd müsse daher gut behandelt werden, damit man sich im Krieg und in Not-situationen – und heutzutage in technisch komplizierten Spring-Parcours oder im anspruchsvollen Vielseitigkeits-gelände – 100 % darauf verlassen kann. Dazu ist bedingungsloses Vertrauen erforderlich.

Vertrauen spielt bei Polizeipferden eine besonders große Rolle, wie bei denen, die Klaus Balkenhol sowohl auf Streife als auch im olympischen Viereck geritten hat. Ob Demonstrationen, randalierende Hooligans bei Fußball-spielen oder auf Pferde abgezielte Feuerwerkskörper bei Castor-Transporten – die Pferde müssen entgegen ihres Fluchtinstinkts ihrem Reiter in Grenzsituationen ver-trauen.





#### 4.GANG

##### Pièce de résistance

##### DISZIPLIN

Als pièce de résistance (franz. = „Stück, das Widerstand leistet“) wird in der klassischen Menüfolge der französischen Küche das Hauptgericht bezeichnet. Dieser Gang stellt die Krönung des Ganzen dar. Im übertragenen Sinne wird pièce de résistance auch im Sinne von „Kern, Herzstück, Hauptsache“ oder für eine herausragende Leistung (vergleichbar dem „Meisterstück“ oder „Aushängeschild“) gebraucht. Es ist also doppelsinnig und eher im Sinne einer Herausforderung zu betrachten. Ein Pferd, das nicht am Zügel geht, leistet keinen Widerstand. Die Herausforderung liegt woanders, unter anderem auf dem Rücken des Pferdes.

Die Heeres-Dienstvorschrift beschreibt im Kapitel 14: Andiezügelstellen heißt, das Pferd derartig von hinten nach vorn herschieben, dass im Halten sowohl im Gang zwischen Reiterhand und Pferdemaul eine unbedingt sichere, wenn auch leichte Verbindung hergestellt ist. „Diese Vorschrift hat nichts an Aktualität verloren“, erläutert Klaus Balkenhol. Anlehnung ist der Punkt 3 in der Ausbildungsskala: Dies ist das Ergebnis der richtig entwickelten Schubkraft.

„Einmal energisch werden, aber nicht so doll!“, ruft Klaus Balkenhol manchmal seiner Tochter zu, wenn sie gerade mit Dablino arbeitet. Das ist die Kunst: Das Maß zu finden zwischen konsequentem Fordern von Disziplin, aber zugleich freundlich zu bleiben und zu verstehen, wenn etwas gerade nicht klappen kann. „Dressur ist Disziplin“, sagt Klaus Balkenhol. Aber eben auch Liebe, Hingabe und Verständnis für den Partner Pferd.

„Der fehlerhaften Neigung der meisten Reiter, zu viel mit den Händen und zu wenig mit den Schenkel- und Gewichtshilfen einzuwirken, muss energisch entgegengetreten werden“, betont Klaus Balkenhol. „Wenn man das Pferd tiefer einstellt und es kommt dabei etwas hinter die Senkrechte, ist das nicht schlimm. Wichtig ist, dass das Verhältnis zwischen Hals und Rücken stimmt. Wenn ein Pferd aber mit Hilfszügeln und scharfen Gebissen sehr eng geritten und der Kopf über eine längere Phase gewaltsam tief-, eng- und teilweise zusätzlich seitwärtsgezogen wird, dann entspricht das nicht der artgerechten Ausbildung des Pferdes.“

#### 5.GANG

##### Entremet de fromage

##### GYMNASTIZIERUNG

Man kann sich streiten, ob Käse vor oder nach dem Dessert kommt. Auf jeden Fall soll Käse den Magen schließen. In der Dressur kommt es zur Abrundung des Gesamtbildes auf die ehrliche Gymnastizierung des ganzen Pferdekörpers an. Der berühmte Reitlehrer Pluvinel verglich im 17. Jahrhundert die „natürliche Anmut“ des gewaltfrei gerittenen Pferdes mit dem „Blütenduft der Früchte“. Sollte dieser sich einmal verflüchtigen, ist er nie wieder zu erlangen. Die Anmut des Pferdes ist gebrochen. Pluvinel vertrat die Ansicht, dass alle Reitfiguren nur ein Herausarbeiten der natürlichen Bewegungen des Pferdes seien, die durch die Reiterei ausdrucksvoller gestaltet werden sollten. „Und nicht dieses Drücken, Pressen und Ziehen, um etwas Graziles, Harmonisches zu erzeugen“, ergänzt Klaus Balkenhol.

Grundsätzlich steht die professionelle, artgerechte und pferdeschonende Gymnastizierung im Vordergrund. Nur ein gut durchgymnastiziertes und durchlässiges, also auf alle Hilfen gut reagierendes Pferd kann ein zuverlässiger, leistungsfähiger und gesunder Partner im Sport werden. Die freie, natürliche Art, aus dem Stand anzutrabem, zu galoppieren und im Galopp kontrolliert umzuspringen und dann wieder ruhig schwingend zu gehen – all dies gehört doch zur Schönheit des Pferdes.

Ein Pferd für kurze Zeit auch mal rund zu stellen, also den Hals herunterzunehmen, um den Rücken zu heben, das kann als gymnastische Übung sinnvoll sein. Das Dressurpferd wird in der Reitkunst als künstlerisches Medium verstanden, das es optimal in Szene zu setzen gilt. Dabei soll der Reiter eine untergeordnete, unauffällige und gute Figur machen und das Pferd mit unsichtbaren Hilfen steuern. Bei der Ausbildung der Reitpferde müssen die natürlichen Anlagen der Pferde berücksichtigt und gefördert werden. Einem Sechsjährigen eine Phase der Versammlung bis hin zum Beginn von Piaffe und Passage abzuverlangen ist kein Problem, wenn der Muskel- und Sehnenapparat des jugendlichen Sportlers durch systematische, aber schonende Gymnastizierung darauf vorbereitet worden ist.

„Die gute klassische fundierte Reiterei ist auf jeden Fall die bessere“, so Klaus Balkenhol: „Aggressives Reiten hat sich überholt. Zwar hat es im Laufe der Geschichte immer Übertreibungen und Auswüchse gegeben – die richtlinienkonforme Reiterei hat sich über Jahrhunderte bewährt.“

## 6.GANG

### Dessert

#### GRAND PRIX SPÉCIAL

Der Grand Prix Spécial ist die schwerste internationale Dressurprüfung. Ein Pferd, das sich in allen drei Gangarten versammeln lässt, hat das Ziel der Ausbildungsskala erreicht, nämlich die höchste Stufe der Durchlässigkeit. Hier beweist sich der reelle Ausbildungsstand. „Je höher die Versammlung, desto schwieriger für ein Pferd“, weiß Klaus Balkenhol. „Und umso mehr Zuspruch ist erforderlich.“

Anabel Balkenhol ritt bereits in den 1990er-Jahren auf Grand-Prix-Niveau, ihren ersten Grand Prix bestritt sie bereits im Alter von 22 Jahren. Mit ihrem Pferd Dablino schaffte sie im Juli 2010 den Sprung von Platz 133 auf Platz 16 der Weltrangliste. Aufgrund der erreichten Erfolge wurde sie für die Weltreiterspiele 2010 in Lexington nominiert. Seit 2011 ist sie Teil des A-Kaders (Championatskaders) der deutschen Dressurreiter. Bei den Olympischen Spielen 2012 war sie mit Dablino zum ersten Mal Teil der deutschen Olympiamannschaft. Damit tritt sie in die Fußstapfen – oder soll man sagen – in den Hufschlag ihres Vaters.

Der fiel als Reiter in Polizeiuniform schon damals durch sein feines Reiten auf und wurde schließlich mit seinem Polizeipferd Goldstern bei den Olympischen Spielen 1992 und 1996 weltberühmt. „Ein Leben ohne Pferd kann ich mir gar nicht vorstellen“, erinnert sich Klaus (eigentlich Nikolaus) Balkenhol zurück an die allerersten Anfänge. Der Polizeihauptmeister, der schon seit seiner Jugend immer ein Herz für Pferde und den Reitsport hatte und das Nützliche mit dem Angenehmen verband, träumte anfangs nie von einer internationalen Karriere im Sattel. Dabei ist der Polizist ein echter „Überzeugungstäter“. Im Jahre 1981 besichtigte Klaus Balkenhol gemeinsam mit seinem Chef in der Remonteabteilung der Reitschule Köln „rein interessehalber“ die dortigen Neuzugänge. Balkenhol war sofort klar, dass in „Goldstern“ ganz besondere Qualitäten schlummerten. „Er ist zwar ein kleines Pferd, kann aber mal ein ganz Großer werden“, hieß es. Es war Liebe auf den ersten Blick. „Ein Flegel mit enormem Ehrgeiz und Leistungsbereitschaft“, charakterisiert Balkenhol seinen damaligen Schützling. So kam Goldstern zur Düsseldorfer Reiterstaffel. Das Land NRW kaufte den Wallach Goldstern – für knapp 7.000 Mark. Trotz intensiver Ausbildung gingen die ersten Prüfungen mit Goldstern total in die Hose, weil er „temperamentmäßig auch nicht ganz einfach war.“

In geduldiger Kleinarbeit – peu à peu – wurde der Westfale in den folgenden Jahren mit der Hohen Schule der Dressur vertraut gemacht und behutsam an neue Lektionen herangeführt. Als Dienstpferd gingen anfangs beide aber auch auf Streife bei Rosenmontagszügen und Heimspielen der Fortuna. 1989 errang das Duo dann die ersten Grand-Prix-Siege. Die Erfolge lockten schnell Interessenten. Doch der Polizeipräsident in Düsseldorf wurde auch bei einer Kauf-Offerte von 400.000 Mark nicht schwach. Zehn Jahre hat es gedauert, bis Goldstern und Balkenhol zum ersten Mal deutscher Meister wurden. Ein Spitzenpferd, wie sich herausstellen sollte. Goldstern wurde zum Goldstück, denn den größten Erfolg feierten sie 1992 bei der Olympiade in Barcelona: Gold mit der Mannschaft, Bronze in der Einzelwertung.

Fünfmal wurde Klaus Balkenhol Deutscher Meister. Nach den Olympischen Spielen 1996 in Atlanta, wo er mit dem westfälischen Wallach zum Gold-Team gehörte, übernahm der gebürtige Westfale den Posten des Bundestrainers der deutschen Dressurreiter. 1999 wurde der Fuchswallach, 18-jährig, endgültig aus dem großen Sport verabschiedet. Das Polizeipferd „Goldstern“ hatte seinem Namen alle Ehre gemacht. Während seiner Trainerzeit, die vier Jahre später nach den Olympischen Spielen von Sydney endete, gewannen die deutschen Mannschaften vier Goldmedaillen bei Championaten sowie zweimal Einzel-Gold und zweimal Einzel-Silber. 2001 bis 2008 trainierte Klaus Balkenhol das US-amerikanische Dressurteam, wiederum mit großem Erfolg.

Verständnis fürs Pferd und Horsemanship – das macht Klaus Balkenhol aus. Seinen Erfahrungsschatz gibt er an die nächste Generation weiter. Vor allem seine Tochter Anabel und so erfolgreiche Reiter-Amazonen wie Nadine Capellmann, Laura Bechtolsheimer und Helene Langehagenberg sowie diverse vielversprechende Nachwuchstreiter betreut der Dressurausbilder. Die klassische, pferdegerechte Ausbildung von Reitern und Pferden bleibt ihm eine echte Herzensangelegenheit.

## KLAUS BALKENHOL – SEINE WICHTIGSTEN ERFOLGE ALS REITER

1979	Deutscher Vize-Meister mit Rabauke
1988	Europameister der Polizeireiter
1990	deutscher Vize-Meister mit Goldstern
1991	Mannschafts-Europameister und Vize-Europameister Kür (Einzel) mit Goldstern, deutscher Meister mit Goldstern
1992	Mannschafts-Olympiasieger und olympisches Einzel-Bronze in Barcelona mit Goldstern, deutscher Meister mit Goldstern
1993	Mannschafts-Europameister mit Goldstern, deutscher Meister mit Goldstern
1994	Mannschafts-Weltmeister und Vize-Weltmeister Einzel/Kür mit Goldstern
1995	deutscher Meister mit Goldstern, Mannschafts-Europameister und 6. Platz in der Einzelwertung mit Goldstern
1996	Mannschafts-Olympiasieger und 6. Platz in der Einzelwertung mit Goldstern
1993 bis 1996	Außerdem rund 90 nationale und internationale Siege und Platzierungen (Grand Prix, Grand Prix Special, GP-Kür) mit den Pferden Goldstern, Ehrengold, Laudatio, Gracioso und Garcon.
<b>Auszeichnungen</b>	
1992	Silbernes Lorbeerblatt
1992	Bambi
2011	Reitmeister



*Klaus Balkenhol, Olympische Spiele Barcelona 1992*

## ANABEL BALKENHOL – IHRE WICHTIGSTEN ERFOLGE

<b>2013</b>	Bronze im Grand Prix Special Deutsche Meisterschaft in Balve mit Dablino
	Diamonds Forever bestes Pferd im Finale beim Dressur-Derby in Hamburg
	1. Platz Grand Prix, 1. Platz Grand Prix Special Dressur-Derby in Hamburg mit Dablino
	2. Platz Grand Prix, 3. Platz Grand Prix Special CDI*** in Hagen a.T.W. mit Dablino
	2. Platz Grand Prix, 2. Platz Grand Prix Special Meggle Championat in Dortmund mit Dablino
<b>2012</b>	1. Platz Grand Prix, 1. Platz Grand Prix Special German Masters in Stuttgart mit Dablino
	1. Platz Grand Prix, 1. Platz Grand Prix Special CDI in Donaueschingen mit Dablino
	1. Platz Grand Prix, 1. Platz Grand Prix Special Turnier der Sieger in Münster mit Dablino
	Deutsche Einzelreiterin Olympische Spiele in London mit Dablino, Platz 19 in der Einzelwertung
	4. Platz Grand Prix CDIO in Aachen mit Dablino
	2. Platz Grand Prix, 3. Platz Grand Prix Special CDI in Hagen a.T.W mit Dablino
	2. Platz Grand Prix Kür CDI in Dortmund mit Rubins Royal
<b>2011</b>	7. Platz Grand Prix, 4. Platz Grand Prix Kür CDI**** in Aachen mit Rubins Royal
	Bronze Grand Prix Special, 4. Platz Grand Prix Kür Deutsche Meisterschaft in Balve mit Dablino
	1. Platz Grand Prix, 1. Platz Grand Prix Special mit Rubins Royal, 2. Platz Dressur-Derby CDI**** Hamburg
	2. Platz Grand Prix, 2. Platz Grand Prix Kür mit Rubins Royal; 5. Platz Grand Prix, 5. Platz Grand Prix Special mit Dablino CDI**** Lingen
	3. Platz Grand Prix, 7. Platz Grand Prix Kür mit Rubins Royal; 2. Platz Grand Prix, 3. Platz Grand Prix Special mit Dablino CDI*** Hagen a.T.W.
<b>2010</b>	Bronze (Mannschaft) WM Lexington/USA mit Dablino
	8. Platz (Grand Prix Special) WM Lexington/USA mit Dablino
	13. Platz (Grand Prix Kür) WM Lexington/USA mit Dablino
	8. Platz Grand Prix, 8. Platz Grand Prix Special mit Dablino CDIO****, 8. Platz Grand Prix, 4. Platz Grand Prix Kür mit Rubins Royal CDI**** Aachen
	Silber Grand Prix Special, 6. Platz Grand Prix Kür Deutsche Meisterschaft Münster mit Dablino
	2. Platz Grand Prix, 2. Platz Grand Prix Special mit Dablino; 4. Platz Grand Prix, 4. Platz Grand Prix Kür mit Rubins Royal CDI**** Fritzens-Wattens/AUT
	5. Platz Grand Prix, 5. Platz Grand Prix Kür mit Rubins Royal; 3. Platz Grand Prix, 4. Platz Grand Prix Special mit Dablino CDI**** Lingen 2. Platz Grand Prix Special CDI*** München mit Dablino
	4. Platz Grand Prix, 7. Platz Grand Prix Special mit Dablino; 9. Platz Grand Prix, 7. Platz Grand Prix Kür mit Rubins Royal CDI*** Hagen a.T.W.
<b>2009</b>	3. Platz Grand Prix Kür, 2. Platz Grand Prix mit Rubins Royal; 5. Platz Grand Prix, 10. Platz Grand Prix Special CDI***** Stuttgart mit Dablino
	1. Platz Finale MedienCup mit Dablino, 1. Platz Grand Prix *** mit Dablino, 4. Platz Grand Prix Kür CDI**** Münster mit Rubins Royal
	2. Platz Nachwuchspferde-Grand Prix (MedienCup-Qualifikation) CDN Mönchengladbach-Wickrath mit Dablino
	5. Platz Grand Prix, 6. Platz Grand Prix Kür CDI**** Lingen mit Easy
	1. Platz Nationenpreis CDIO*** Saumur/FRA mit Easy 3. Platz Grand Prix, 3. Platz Grand Prix Kür CDN Münster mit Easy