

MAGAZINE

JANUAR 2017 • DEUTSCHLAND € 6
ÖSTERREICH € 6 • SCHWEIZ SFR. 10

SONNIGE
AUSSICHTEN!

**DAS GROSSE
JAHRES-
HOROSKOP**



UPDATE FÜR IHRE
MAKE-UP-ROUTINE

**GESTERN
HÜBSCH,
HEUTE SCHÖN**

**BIGGER
THAN LIFE**
EXKLUSIV-INTERVIEW
MIT MALER NEO RAUCH

MARINE-CHIC,
FLORALE ROMANTIK,
KÜHNE AVANTGARDE
**PLUS: DAS KLEINE
SCHWARZE – GESTYLT FÜR
JEDES ALTER**

Fashion
ahoi!

EINFÜHLSAMKEIT

Die Dressurreiterin Jessica von Bredow-Werndl führt ihre Pferde mit Empathie, Respekt und Liebe zum Erfolg. Ein Gespräch über die Spielregeln von echtem Teamplay

In einer weißen Seidenbluse, die hellblonden Haare zum Dutt gedreht, sitzt Jessica von Bredow-Werndl am Tisch der „Bar München“ und guckt konzentriert in die Mittagskarte. Kein Fleisch bitte, sondern gegrilltes Gemüse. Auch so eine Trend-Vegetarierin? Von wegen. Die 30-Jährige isst schon kein Fleisch mehr, seit sie als Vierjährige erfuhr, dass das Stück Gelbwurst in ihrer Hand mal ein Schweinchen war. Über Tiere spricht die Profi-Dressurreiterin, die zu den Welt-

besten ihrer Disziplin gehört, denn auch mit der Begeisterung einer Aficionada: mitreißend und voller Hingabe. **MADAME:** Frau von Bredow-Werndl, über Ihren Hengst Unee, mit dem Sie letztes Jahr beim Weltcup in Schweden gesiegt haben, sagen Sie: Er liebt Publikum. Von Ihrer Stute Zaire glauben Sie, sie sei erst etwas schüchtern gewesen, aber jetzt habe sie Spaß am Auftritt und genieße den Applaus. Reden wir hier noch über Dressurpferde oder schon über enge Vertraute?

JESSICA VON BREDOW-WERNDL: Ich liebe meine Pferde, sie sind wirklich meine Freunde. Wenn Unee nach dem Turnier zum Applaus von 17 000 Zuschauern durchs Stadion schreitet wie ein Checker, spüre ich da oben, wie ihn das freut. Eine Zuschauerin hat mir später gesagt, er habe geradezu gegrinst vor Vergnügen. Über die Jahre entwickelt sich eine Partnerschaft. Die Verbindung und Freundschaft, die man aufbaut, geben mir sehr viel. Ich gehe jeden Morgen um acht Uhr mit einem großen Lächeln in den Stall, denn ich liebe es, Zeit mit meinen Pferden zu verbringen. Und abends muss mein Mann mich regelrecht da herausziehen.

MADAME: Als junges Mädchen wollten Sie Kindergärtnerin werden, dann Lehrerin, und jetzt bilden Sie auf dem Familienbesitz

Gut Aubenhausen mit Ihrem Bruder etwa 30 Dressurpferde aus, von denen Sie einige behalten und andere verkaufen. Sind Sie die geborene Pädagogin?

JESSICA VON BREDOW-WERNDL: Ja vielleicht, das macht mir wahnsinnig Freude. Ich sehe Pferde als hochbegabte Schüler.

MADAME: Es soll ja Menschen geben, die vor diesen Tieren Angst haben, weil sie sie für unberechenbar und nicht so helle halten.

JESSICA VON BREDOW-WERNDL: Dabei sind Pferde so schlau! Sie haben alle unterschiedliche Charaktere, deswegen muss ich

auch ganz individuell auf sie eingehen, um die maximale Leistung aus ihnen herauszukitzeln. Pferde wollen alles richtig machen. Sie sind sehr anhänglich, sie schmusen gern, und sie wollen Anerkennung, genau wie wir Menschen. Man muss Einfühlungsvermögen haben, ihnen zuhören, Kontakt zu ihnen aufbauen. Genau wie mit Kindern.

MADAME: Ein Beispiel, bitte.

JESSICA VON BREDOW-WERNDL: Unee ist für einen Hengst sehr unkompliziert. Allerdings testet er auch gern seine Grenzen aus, da muss ich konsequent sein, sonst wird er zu frech, und wir kommen in der Ausbildung

nicht weiter. Einem anderen Pferd, Dante, ist das Bewegungspotenzial hingegen in die Wiege gelegt worden, er muss dafür nicht so hart arbeiten. Aber er kann sich nicht lange konzentrieren, deshalb muss bei ihm alles über den Spieltrieb laufen. Also mache ich mit ihm Quatsch zwischendurch, das mag er.

MADAME: Wollen Sie etwa behaupten, Pferde verstehen Spaß?

JESSICA VON BREDOW-WERNDL: Ja, und wie! Dante lechzt danach, die Übungen korrekt zu absolvieren, weil er weiß, dass wir dann wieder etwas anderes machen. Er liebt es, mir nachzulaufen und Fangen zu spielen. Er braucht auch viel Lob. Ich



FOTOS: Thomas Lehr (l)

lasse also nach einer gut gelungenen Lektion die Zügel locker, klopfte seinen Hals und sagte ihm, dass er der Tollste ist. Dann freut er sich und hat sofort Lust, weiterzuarbeiten

MADAME: Reicht wirklich Einfühlungsvermögen, um den Tieren komplizierte Bewegungsabläufe beizubringen wie die sogenannte Traversale, bei der die Beine über Kreuz gesetzt werden, oder die tänzelnde Piaffe? Für den Laien sieht das sehr unnatürlich aus.

JESSICA VON BREDOW-WERNDL: Aber es sind natürliche Bewegungen. Pferde in der Wildnis passagieren, wenn sie neugierig sind, sie heben also im Trab die Vorderläufe, oder sie drehen sich in einer Pirouette um die Hinterhand. Mein Job ist es, ihnen beizubringen, das auf Kommando zu tun.

MADAME: Dressurreiter stehen immer wieder in der Kritik, auch etwa wegen der „Rollkur“: Dabei ziehen sie die Zügel so rigoros an, dass das Tier den Kopf elegant beugen muss. Macht man das heute noch?

JESSICA VON BREDOW-WERNDL: Kaum. Mein Weg ist das nicht. Ich sehe mich als Teil einer neuen Reitergeneration, und ich möchte nicht mit Unterwerfung arbeiten, sondern die Pferde stolz machen. Fördern und fordern finde ich besser als Zwang. Für mich ist Reiten echter Teamsport; es gilt, sowohl mich als auch das Tier als Persönlichkeit und Sportler zu entwickeln. Ein Pferd ist kein Tennisschläger, den man auch mal drei Wochen in die Ecke stellen kann. Ich habe Verantwortung für dieses Lebewesen.

MADAME: Sie sehen sich also eher als Pferdeflüsterin denn als Chef in der Beziehung?

JESSICA VON BREDOW-WERNDL: Weder noch. Ich würde sagen: Wir gehen einen gemeinsamen Weg. Es ist Arbeit, die Spaß machen darf.

MADAME: Ihre Dressurmethode gilt als ganzheitlich: Die Pferde erhalten Akupunktur, Physiotherapie, machen Entspannungsaustritte über die Wiesen und planschen in der Schwemme. Fehlt nur noch, dass Sie ihnen im Rahmen der Work-Life-Balance auch noch Mentaltraining anbieten...

JESSICA VON BREDOW-WERNDL: Ja, ich weiß, aber es funktioniert! Im Spitzensport macht die Psyche sehr viel aus, bei Reiter wie Pferd. Die Tiere brauchen ihre Freiräume. Wir Menschen gehen ja auch lieber ins Büro, wenn wir uns ausgeglichen und wertgeschätzt fühlen.

MADAME: Gilt auch für einen Reiter die Maxime jedes Pädagogen: Er muss selbst charakterlich gefestigt sein?

JESSICA VON BREDOW-WERNDL: Absolut. Im Jahr 2001 habe ich die Nominierung

zur Europameisterschaft der Junioren verpatzt, weil ich nervös und unkonzentriert war. Wie sollte sich mein Tier da bei mir sicher fühlen? Pferde sind oft der Spiegel der Reiterpersönlichkeit, und wenn mit einem Pferd etwas nicht stimmt, sollte ich zuerst bei mir selbst forschen. Nie darf man auf das Tier Wut haben, sonst geht jede Erziehung schief. Man braucht Ausgeglichenheit, Ruhe, Geduld und Liebe. Ich habe einen tollen Coach, mit dessen Hilfe ich mir selbst die richtigen Fragen stelle und mich reflektiere. Davon profitiere ich sehr, gerade im Sport.

MADAME: Welche Rolle spielt körperliche Fitness in Ihrem Job?

JESSICA VON BREDOW-WERNDL: Reitsport ist fordernd, und ich mache täglich Extrainheiten für meine Fitness. Sei es Jogging für die Ausdauer, Kräftigungsübungen oder Yoga. Aber anders als Jockeys müssen Dressurreiter wenigstens nicht so streng auf ihr Gewicht achten.

MADAME: Seit wann war Ihnen eigentlich klar, dass Sie ein Pferdemädchen sind?

JESSICA VON BREDOW-WERNDL: Mit vier Jahren bin ich zum ersten Mal auf einem Pferd gesessen. Ich habe als kleines Mädchen meine Helden im Reitsport angehimmelt und schon mit acht Jahren gesagt: Ich will Olympiasiegerin im Dressurreiten werden.

MADAME: Bis es so weit ist, hat ein Reiter oft acht Jahre lang mit seinem Turnierpferd gearbeitet. Wann gehen Dressurpferde in Rente?

JESSICA VON BREDOW-WERNDL: Wie bei Profisportlern lassen auch bei Pferden irgendwann Kraft und Konzentration nach. Das Karriereende kommt meist, wenn sie etwa 17 Jahre alt sind. Aber die meisten Pferde freuen sich, wenn sie danach noch eine Aufgabe haben. Sie werden unglücklich, wenn sie nur noch auf der Weide stehen sollen. Viele Pferde gehen zum Beispiel toll mit behinderten Kindern um und sind sehr einfühlsame Partner beim therapeutischen Reiten.

MADAME: Auf Gut Aubenhausen arbeiten Sie oft jahrelang mit Tieren, die Sie später verkaufen. Schmerzt das manchmal?

JESSICA VON BREDOW-WERNDL: Oh ja. Aber wir lernen die Käufer vorher kennen und entscheiden erst, wenn wir wissen, wo die Pferde hinkommen. Ich habe trotzdem manchmal Rotz und Wasser geheult. KERSTIN HOLZER

STECKBRIEF

Jessica von Bredow-Werndl

GEBOREN 1986 im bayerischen Rosenheim

DIE PROFI-REITERIN bekam mit sieben Jahren ihr erstes eigenes Pony und gewann mit 16 Jahren als Dressurreiterin bei den Junioren die erste Goldmedaille bei Europameisterschaften. Die studierte Marketing- und Kommunikationsmanagerin reitet seit 2011 im internationalen Profisport, ist Weltcup-Gewinnerin und hat es auf Platz 4 der Weltrangliste geschafft. Gemeinsam mit ihrem Bruder Benjamin Werndl bildet sie auf dem Familiengut Aubenhausen in Bayern Dressurpferde aus. Sie ist als Testimonial für das Traditionshaus Hermès aktiv und hat gemeinsam mit dessen Chef-Sattlermeister Laurent Goblet den Dressursattel „Arpège“ entwickelt, der dem Pferd optimale Bewegungsfähigkeit garantiert. Jessica von Bredow-Werndl ist verheiratet und lebt mit ihrem Mann, einem Immobilienmanager (und Vielseitigkeitsreiter), in Aubenhausen