



# Regine Mispelkamp:

# DER WEG NACH TOKIO

Seit der frühen Kindheit sitzt Regine Mispelkamp fest im Sattel, konnte in den darauffolgenden Jahren zahlreiche Erfolge zunächst im Springen und dann in der Dressur bis zur schweren Klasse erreichen. 2002 wurde der Reiterin das kombinierte Goldene Reitabzeichen verliehen – ein Meilenstein ihrer reiterlichen Karriere. Dann der Schicksalsschlag: Multiple Sklerose, eine Erkrankung, die Regine Mispelkamp im Jahr 2018 öffentlich machte. Seitdem startet die Reiterin nicht nur im Regelsport, sondern ebenfalls in den Prüfungen der Para-Dressur – und das hocheffektiv. Bereits im gleichen Jahr nimmt sie an den Weltreiterspielen in Tryon teil und holt Bronze im Grade V im Einzel und Bronze mit der Mannschaft. Im Sommer dieses Jahres folgt mit der Teilnahme an den Paralympics in Tokio ein weiterer Höhepunkt ihrer Karriere im Reitsport.

ganz genau an ihren ersten Lehrmeister dieser Disziplin erinnern kann: „Ich kann mich noch ganz genau an eine Situation erinnern. Meine Eltern haben uns ein Lehrpferd gekauft, das bereits an den Olympischen Spielen in Montreal teilgenommen hat. Er war zwar schon älter, aber für die ersten Parcours sehr gut geeignet. In meinem ersten E-Springen hörte er die Glocke und galoppierte mit mir kleinem Pimpf obendrauf los. Ich habe zunächst eine ganze Runde gebraucht, um den ersten Sprung zu treffen – und nach dem ersten Sprung benötigte ich wieder eine Runde, bis ich ihn für den zweiten Sprung unter Kontrolle hatte. Und dann war der Parcours für uns schon vorbei. Das war mein holpriger Einstieg in den Springsport.“

### Der Weg in die Selbstständigkeit

Im Alter von 15 Jahren gab Regine Mispelkamp ihr Debüt bei den Rheinischen Meisterschaften im Springen. Es folgten zudem erste internationale Turnierfolge in Spanien. Außerdem gehörte die Reiterin zum Jugendkader unter Klaus Reinacher und nahm in diesem Rahmen erfolgreich an den Westfälischen Junioren und Junge Reiter Meisterschaften im Springen teil. „Paul Schockemöhle, Franke Sloothak und Ludger Beerbaum haben mich auf meinem reiterlichen Weg sehr geprägt. Während meiner gesamten Schulzeit habe ich in den Ferien regelmäßig mit ihnen trainieren dürfen.“ Über das Pferd eines Bekannten sattelte die bis dato passionierte Springreiterin um und fand ihren Weg und die Liebe zum Dressursport. „Über dieses Pferd, sein Name war Mac Lobell, bin ich zur Dressur gekommen und habe unter anderem zusammen mit Bernward Schlüter trainiert“, so die heute 50-Jährige, die kurzum beschloss, nach ihrer Ausbildung einen anderen Weg einzuschlagen: „Nach meinem Abitur habe ich eine Ausbildung zur Medizinisch-Technischen



**Bereits in der frühen Kindheit fand Regine Mispelkamp ihre Liebe zu den Pferden.** Foto: Privat

Assistentin absolviert, habe mich danach aber dafür entschieden, den Reitsport zu meiner Berufung zu machen. Ich habe bereits die doppelte Zeit, die die Ausbildung betragen würde, in dem Berufsfeld gearbeitet. Aus diesem Grund durfte ich an der Abschlussprüfung zum Bereiter teilnehmen. Ich hatte zunächst Sorge, weil ich in diesem Bereich keine Lehre nachweisen konnte, aber es war alles sehr unkompliziert. Danach war ich auf dem Trakehnergestüt der Familie Hoogen angestellt.“ Neben der erfolgreichen Vorstellung der Hengste des Gestüts auf diversen Hengstschau nahm die Rheinländerin auch am Bundeschampionat teil und konnte dazu die eigenen Pferde bis zur

**Regine Mispelkamp ist zweifache Deutsche Meisterin im Para-Dressursport und holte zudem bei den Weltreiterspielen Bronze im Grade V Einzel und Bronze mit der Mannschaft. Nun folgt ihre Teilnahme an den Paralympics.** Foto: Stefan Lafrentz

Die Eltern von Regine Mispelkamp eröffneten ihr und ihrer Schwester die Türen in die Welt des Reitsports – und schickten die leidenschaftliche Pferdeliebhaberin auf eine Reise, die in den darauffolgenden Jahren in viele sportliche Höhen münden wird: „Meine Eltern sind selbst geritten und dadurch sind meine Schwester und ich früh mit dem Reitsport in Berührung gekommen. Durch unsere Eltern sind wir also sozusagen mit dem Pferde-Virus angesteckt worden“, erzählt Regine Mispelkamp. „Ich bin die Jüngere von uns Geschwistern und durfte immer die Pferde meines Vaters reiten. Als Kind war ich relativ klein, die damalige Stute meines Vaters besaß ein großes Stockmaß, deswegen sah es immer niedlich aus, wenn wir gemeinsam an Reiterwettbewerben teilnahmen“, so die Reiterin, die anschließend ihre Leidenschaft zunächst im Springsport fand und sich noch



**Die Reiterin saß zunächst fest im Springsattel.** Foto: Privat



schweren Klasse im Springen und bis zur Klasse M in der Dressur vorstellen. Unter einer weiteren Tätigkeit als Bereiterin auf dem Gestüt Domselshof in Kerken-Nieukerk gelang der Reiterin der Sieg im Rheinischen Hengstchampionat.

Danach führte der Weg von Regine Mispelkamp in die Selbstständigkeit. Im Jahr 1997 leitete die Reiterin ihren ersten eigenen Turnier- und Ausbildungsstall in Kerken-Nieukerk und war für die Ausbildung junger Pferde und die Vorstellung der eigenen sowie der Kundenpferde bis in die schwere Klasse in Dressur und Springen verantwortlich. Und auch weitere Meilensteine ließen nicht lange auf sich warten: Im Jahr 2000 absolvierte die Rheinländerin ihren Abschluss zur Pferdewirtschaftsmeisterin mit dem Schwerpunkt Reiten, 2002 wurde ihr aufgrund ihrer Erfolge im Springen und in der Dressur das kombinierte Goldene Reitabzeichen verliehen. Von 2009 bis 2012 durchlief Regine Mispelkamp die Trainerausbildung zur Diplom Trainerin des Deutschen Olympischen Sportbundes, die höchste Trainerausbildung, die es in Deutschland gibt. Auf ihrem Weg haben die Reiterin viele Persönlichkeiten des Reitsports begleitet. Neben den Ausbildern im Springsport war es in jungen Jahren vor allem Bernward Schlüter, der Regine Mispelkamp geprägt hat. Silke Fütterer-Sommer und Ulrike Nivelles kamen später dazu und begleiten Regine Mispelkamp bis heute. „Mit Silke trainiere ich jetzt schon seit neun Jahren zusammen. Ulrike begleitet mich seit 2017. Silke kennt mich und meine Pferde sehr gut und bildet das Pendant zu Ulrike als Richterin. Ulrike guckt nochmal anders hin und ist sehr genau. Die Kombination passt einfach sehr gut. Mit Silke trainiere ich einmal die Woche mehrere Pferde und mit Ulrike so, wie es der Zeitplan zulässt.“

### Ein Schicksalsschlag mit neuen Chancen

Im Jahr 2018 machte Regine Mispelkamp ihre Krankheit öffentlich, seitdem nimmt die Reiterin nicht nur an Turnieren im Regelsport teil, sondern auch an Wettbewerben der Para-Dressur: „Ich leide schon länger unter der Krankheit Multiple Sklerose, was die meisten Menschen in meinem Umfeld nicht wussten, auch Ulrike Nivelles anfangs nicht. Hinterher wurde sie aber zum treibenden Pol und hat mich ermutigt, meine Krankheit anzunehmen – das war anfangs nicht leicht“, so Regine Mispelkamp, die eine schwere Zeit durchstehen musste. Die Multiple Sklerose, oder auch Encephalomyelitis disseminata genannt, ist eine chronisch entzündliche neurologische Autoimmun-

erkrankung, bei der die Markscheiden, die elektrisch isolierende äußere Schichten der Nervenfasern im Zentralnervensystem, angegriffen werden. Aufgrund ihrer sehr unterschiedlichen Verlaufsformen wird sie auch als „Krankheit mit tausend Gesichtern“ bezeichnet. Die Krankheit ist nicht heilbar, jedoch kann der Verlauf durch unterschiedliche Maßnahmen oft günstig beeinflusst werden. „Als die Diagnose kam, habe ich auf dem Bundeschampionat ein Schaubild von Para-Reitern, die auch MS haben, gesehen und bin dann weinend von der Tribüne runter und habe mir geschworen, dass ich nicht

den Reaktionen, auch vor denen meiner Kunden. Letztlich lernt man erst in solchen Situationen die Menschen kennen. Bei manchen Menschen habe ich nie damit gerechnet, dass sie so reagieren, wie sie es taten. Bei anderen konnte man davon ausgehen, obwohl sich eigentlich nichts geändert hat. Ihre Reaktion war vorhersehbar. Es war für mich ein sehr schwieriger emotionaler Gang. Als ich in Mannheim international graded wurde, bin ich zum ersten Mal auf dem Abreiteplatz mit den anderen Kopfnummern der Para-Reiter geritten. Ich habe mich sehr geschämt und auch in der anschließenden

„*Die Weltreiterspiele in Tryon waren ein unbeschreibliches Lebensereignis und zugleich eine Art Entschädigung dafür, dass ich diese Krankheit habe. Dass ich daran teilnehmen konnte, zeigt mir, dass die Krankheit letztlich doch etwas Gutes hat und das Leben auch mit Schicksalsschlägen weiter geht. Man muss nur an sich und seine Ziele glauben.*“

Regine Mispelkamp

so krank werden möchte. Ich habe lange gekämpft, die Krankheit anzunehmen, dabei sehen es ja viele nicht mal. Mir geht es momentan gut, aber was in mir los ist und wie zäh ich eigentlich bin, sehen viele nicht. Ich trage meine Einschränkungen und auch Schmerzen nicht offen mit mir herum.“ Der Schritt, die Erkrankung öffentlich zu machen, erforderte viel Mut: „Ich stand zwischen zwei Stühlen. Ich hatte Angst vor

den Siegerehrung habe ich sehr intensiv geweint. Viele konnten die Situation erst später einschätzen. Es war eine sehr große persönliche Überwindung“, so Regine Mispelkamp, die allerdings einige Zeit später für ihre Stärke belohnt werden sollte: „Bei den Weltreiterspielen in Tryon habe ich die Bronzemedaille gewonnen und dort ist die ganze Last von mir abgefallen und ich habe mich einfach nur gefreut. Seitdem geht es mir mit dieser Krankheit auch deutlich besser. Ich habe sie eine ganze Zeit verdrängt und viel gearbeitet, um mich abzulenken. Durch mein 'Outing' habe ich gelernt, meine Krankheit anzunehmen und dazu zu stehen, dass sie ein Teil von mir ist. Die Weltreiterspiele in Tryon waren ein unbeschreibliches Lebensereignis und zugleich eine Art Entschädigung oder auch Belohnung dafür, dass ich diese Krankheit habe. Dass ich daran teilnehmen konnte, zeigt mir, dass die Krankheit letztlich doch etwas Gutes hat und das Leben auch mit Schicksalsschlägen weiter geht. Man muss nur an sich und seine Ziele glauben.“ Und auch der positive Zuspruch ihrer engsten Vertrauten war es, der Regine Mispelkamp in dieser Zeit sehr geholfen hat. „Ich habe das Glück, einige tolle Menschen um mich herum zu haben, die mich super positiv unterstützen. Es war allerdings sehr hart, dass manche Menschen dachten, ich



Seit 2 Jahren ist der neunjährige Highlander Delight's im Besitz der Reiterin. Foto: Nicole Bercz Fotografie

würde diese Erkrankung nur erfinden, um in der Para-Dressur an den Start gehen zu können. Ich sage immer wieder, dass die Menschen gerne meine Krankheit haben können, denn schön ist es nicht. Noch geht es mir verhältnismäßig gut, aber ich weiß nicht, was noch kommt. Ich hoffe aber das Beste.“

Eine Sache liegt der Rheinländerin dabei besonders am Herzen: „Ich möchte andere darin bestärken, zu sich selbst zu stehen und seine Ziele und Träume zu verfolgen.“ Auch der Reitsport hat der 50-Jährigen geholfen: „Wenn man morgens aufwacht, kann man nicht voraussagen, was geht und was nicht.“



Mit Look at me now konnte Regine Mispelkamp bereits einige Erfolge feiern Foto: Finnphoto

„Ich möchte andere darin bestärken, zu sich selbst zu stehen und seine Ziele und Träume zu verfolgen“

Regine Mispelkamp

Ich merke, dass gewisse Dinge schlechter werden, aber dadurch, dass ich immer weiter geritten bin und mir keine Pause gegönnt habe, konnte ich meinen Körper in Form halten. Alle Ärzte haben zu mir gesagt, dass ich bloß nicht mit dem Reitsport aufhören soll und mir empfohlen, immer in Bewegung zu bleiben, dabei aber nicht an meine Grenzen zu gehen. Zugegeben, vergesse ich das schon mal öfter. Zu meinen Hochzeiten habe ich 12 bis 13 Pferde am Tag geritten, das mache ich heute nicht mehr. Ich versuche, den Beritt in der Turniersaison zu minimieren.“

### Von Tryon nach Tokio

Die Erfolgssträhne von Regine Mispelkamp hielt auch im Folgejahr an: So wurde die Reiterin erneut Deutsche Meisterin in der Para-Dressur. In diesem Jahr folgt mit der Teilnahme an den Paralympics der Höhepunkt der reiterlichen Karriere der Rheinländerin. „In der Vorbereitung auf die Paralympics verändere ich nicht viel. Ich mache viel Intervalltraining und versuche, meine Pferde konditionell auf einem sehr hohen Level zu halten. Dazu reite ich sie zu unterschiedlichen Tageszeiten, damit sie nicht immer den gleichen Ablauf haben und sich daran gewöhnen. Außerdem stellen wir manche Szenen zu Hause nach, wie das Abwaschen auf dem Abreiteplatz. Look at me now hatte ich damals mit in Tryon, bei ihm ist das kein Problem, aber Highlander Delight's findet Wasser nicht so toll. Bei ihm habe ich in kleinen Schritten angefangen. Zuerst nur einen Eimer hingestellt, dann neben ihm einen Schwamm ausgewrungen. Schritt für Schritt. Ziel ist es, nach diesem Prozess normal weiterreiten zu können und nicht wieder bei null anzufangen – das kostet viel Übung. Ich selbst halte mich auch fit. Zu Hause fahre ich auf dem Trimm Rad und trainiere damit meine Ausdauer. Ich bin regelmäßig bei der Physiotherapie und führe meine Übungen durch. Damals in Tryon war es auch schon sehr heiß und es herrschte eine hohe Luftfeuchtigkeit. Das haben wir alle gut überstanden. Ich habe gehört, in Tokio soll es so ähnlich sein. Die fünf Minuten mit dem Sakkó





Im Sattel von look at me now holte Regine Mispelkamp bei den Weltreiterspielen zweifach Bronze. Foto: privat

muss man dann einfach durchhalten“, so die Reiterin, die sich auch um den Transport ihres Vierbeiners keine größeren Sorgen macht: „Look ist schon einmal geflogen, Lights noch nicht. Eigentlich ist es für die Pferde kein großer Unterschied, weil die Transportboxen wie Pferdeanhänger aussehen. Auch das Flugzeug startet ganz anders als ein Passagierflugzeug – sie starten viel flacher und gehen ganz langsam hoch. Aber natürlich bedeutet jede Veränderung Stress für das Pferd, aber ich denke, dass er das gut verpacken wird“, so die Reiterin.

Mit Look at me now und Highlander Delight 's hat Regine Mispelkamp gleich zwei Eisen im Feuer: „Ich habe das Glück, dass ich gleich zwei Pferde qualifizieren konnte und für mich stand schon früh fest, welches Pferd mitkommen sollte. Lights hat auf den letzten Turnieren besser abgeschnitten, was auch der Bundestrainer und die Teamleitung gesehen hat. Für mich war es letztendlich positiv, dass die Paralympics verschoben wurden. So hatte ich genug Zeit, mein Nachwuchspferd aufzubauen. Letztes Jahr wäre der Start für ihn noch zu früh gewesen“, re-

sümiert Regine Mispelkamp über den neun-jährigen Florencio I-Nachkommen Highlander Delight 's, der seit zwei Jahren im Besitz der Reiterin ist. „Highlander Delight 's trägt bei uns den Spitznamen Lights. Als ich ihn vor zwei Jahren gekauft habe, bin ich in meinem Umfeld auf viel Unverständnis gestoßen. Viele haben damals gesagt, er könne nicht traben. Mir fehlten jedoch die finanziellen Möglichkeiten, um mir ein fertig ausgebildetes Pferd zu kaufen, vielleicht auch eins mit mehr Grundqualität. Glücklicherweise hatte ich Silke und Ulrike an meiner Seite, die an uns geglaubt haben und mit uns zusammen diesen Weg gegangen sind. Wir haben zunächst zwei Jahre lediglich an seiner Tragfähigkeit gearbeitet. Ich habe beim Probereiten gemerkt, dass dieses Pferd schwingen kann, leider hat er es lange nicht gezeigt. Nun wird es von Tag zu Tag besser. Ich bin mir sicher, dass da noch viel mehr kommen wird. Ich freue mich sehr über seine Entwicklung. Es ist ein außergewöhnliches Gefühl, jetzt von ihm das zu bekommen, was ich beim Probereiten gehofft und gespürt habe.“ Über den positiven Charakter des niederländisch gezogenen Fuchses freut sich die Rheinländerin besonders: „Er ist ganz schön eingebil-det und weiß, dass er schön ist“, scherzt Regine Mispelkamp. „Er ist durch seine körperliche Entwicklung so schön geworden. Wir sagen aber immer, dass schön sein allein nicht ausreicht. Lights muss noch viele Dinge lernen, so ist er manchmal etwas pingelig und will sich zum Beispiel ab und an nicht am Kopf anfassen lassen, aber er besitzt einen ganz anderen Charakter als Look. Er sorgt für sich. Auf der Wiese würde er beispielsweise nie so rumspringen wie Look. Lights ist mit viel Übersicht ausgestattet und nimmt sich seine Ruhephasen, wenn er diese benötigt. Es ist faszinierend, dass die beiden Pferde konträre Charaktere haben. Auch vom Stresslevel her ist Lights viel sorgsamer mit sich. Er ist einfach überlegter in allem, was er tut.“

Aber auch mit dem erfahrenen Wallach Look at me now hat die Reiterin des RV Seydlitz Kamp einen Partner, der zusammen mit ihr bereits zahlreiche Erfolge feiern durfte. „Look at me now wird bei uns Looki genannt. Ihn habe ich vierjährig gekauft. Damals wollte ihn keiner so wirklich haben, weil er alle runtergeschmissen hat. Zum Glück hat er das bei mir noch nicht geschafft, aber er hat mich im Rahmen seiner Ausbildung das ein oder andere Mal sehr an meine Grenzen gebracht. In den Aufgaben wurde er oft frech und ist explodiert. Irgendwann haben wir aber zueinander gefunden und ab diesem Zeitpunkt haben wir



als Team funktioniert. Er ist eher klein und benimmt sich oft wie ein trotziges freches Pony. Er nimmt im Gegensatz zu Lights wenig Rücksicht auf sich selbst, macht irgendwas und wundert sich dann, was eigentlich passiert ist. Er neigt zu Überschussreaktionen. Allerdings sind wir im Regelsport erfolgreich bis zur Klasse S\*\*\* gestartet und konnten uns über viele hohe Platzierungen freuen“, beschreibt die Reiterin ihren 16-jährigen Wallach von Lord Nobel S, mit dem sie ihren bislang größten Erfolg, die Bronzemedaille bei den Weltreiterspielen, erreichen konnte.

Die nächste Station von Regine Mispelkamp heißt nun: Tokio. In der bevölkerungsreichsten Metropole Japans wird die Reiterin mit ihrem Nachwuchspferd an den Paralympics teilnehmen, die vom 24. August bis zum 5. September stattfinden. Aufgrund der Corona-Pandemie wurden die Paralympics, die eigentlich schon im letzten Jahr stattfinden sollten, auf den Sommer dieses Jahres

„Die Paralympics sind ein Lebensereignis. An ihnen teilnehmen zu dürfen, ist einmalig.“

Regine Mispelkamp

verschoben. Und auch die Bedingungen des Wettbewerbs wurden angepasst: So dürfen in der Para-Dressur erstmalig nur noch drei Reiter und Pferde pro Team starten. Anfangs wird in den fünf Grades der Individual Test absolviert, der über die Medaillen in der Einzelwertung entscheidet. Der anschließende Team Test ist die Mannschaftsentscheidung. Hierbei wird es erstmalig kein Streichergebnis geben. Die besten acht je Grade aus dem Individual Test qualifizieren sich zur abschließenden Kür nach Musik, in der es nochmal in den Kampf um Einzelmedaillen gehen wird. „Die Paralympics sind ein mega Lebensereignis. An ihnen teilnehmen zu dürfen, ist einmalig. Allerdings steht man aufgrund der Corona-Pandemie zwischen zwei Stühlen. Woanders sterben noch immer viele Menschen an den Folgen des Virus, Existenzen gehen kaputt. Aber andererseits arbeitet man sein ganzes Leben auf solch ein sportliches Ereignis hin. Irgendwie muss das Leben weitergehen und es ist wichtig, etwas zu haben, wo man draufhinarbeiten kann. Um einen gewissen Grad an Normalität zu

## PARA-EQUESTRIAN

Seit 2006 ist Para-Equestrian unter dem Dach des Weltreiterverbandes (FEI) organisiert. Im Jahr 2010 gehörte die Para-Dressur als achte Pferdesportdisziplin erstmalig zum Programm der Weltreiterspiele in Kentucky. Seit 2018 ist Para-Equestrian als achte Disziplin mit einem eigenem Disziplin-Beirat im Deutschen Olympiade-Komitee für Reiterei (DOKR) vertreten. In der Para-Dressur sind die Reiter mit Handicap in Wettkampfklassen, die sogenannten Grades, eingeteilt. Diese Einteilung richtet sich nach der Schwere der Behinderung. Im Grade I starten die am schwersten eingeschränkten Reiter, in Grade V die am wenigsten eingeschränkten Reiter. Aufgabenbestand sind Schritt (Grade I) und in Grade II wahlweise Trabsequenzen. Die Reiter der Grade I-II reiten auf einem 40 Meter-Viereck, Reiter der Grade IV und V reiten auf 60 Metern in allen Grundgangarten. Die Reiter in Grade V reiten Aufgaben, die vergleichbar zur Dressur der Klassen M bis S im Regelsport sind.

bekommen, ziehen wir Sportler das durch. Es ist für mich immer noch sehr unwirklich, dass ich das erleben darf. Die Olympischen Spiele in Tokio werden in einer sogenannten Bubble stattfinden und es soll anders werden als alle Spiele zuvor.“

Auch für die Zeit nach den Paralympics hat Regine Mispelkamp schon ganz genaue Pläne: „Die Weltmeisterschaft in Herning im nächsten Jahr und die Paralympics in Paris im Jahr 2024 sind für mich die nächsten Ziele. Dann noch die Paralympics in Los Angeles im Jahr 2028, so der Plan. Danach werde ich mich vermehrt dem Training mei-

ner Schüler widmen und auch meine Karriere als Richterin vorantreiben. Zudem habe ich noch einen Siebenjährigen, der irgendwann in die Fußstapfen von Looki und Lights treten darf.“ Eins ist jedoch sicher: Mit ihrer beeindruckenden Kämpfernatur wird es heute und in der Zukunft keine Herausforderung geben, der sich Regine Mispelkamp nicht stellen wird. Die Kraft dazu werden ihr ihre Vierbeiner geben, die sie auf ihrem Weg begleiten werden – egal ob nach Tryon, nach Tokio oder auf die Turniere im Rheinland.

Maureen Stum



Die Teilnahme an den Paralympics ist der Höhepunkt der reiterlichen Karriere von Regine Mispelkamp. Foto: Nicole Bercz Fotografie