

## **Informationen der Voltigierabteilung:**

Bewegung ist das A und O für die gesunde Entwicklung unserer Kinder. Immer mehr Kinder leiden durch einen akuten Bewegungsmangel an Übergewicht, Rückenschmerzen, Kopfschmerzen und motorischen Defiziten.

Sie suchen für Ihr Kind eine Gruppensportart, die großen Spaß macht und bei der nicht nur der gesamte Körper trainiert wird, sondern die auch noch mit Tieren zu tun hat?

Dann sind Sie bei uns richtig!

**Voltigieren** ist eine tolle Sportart, bei der der ganze Körper trainiert wird, z.B. Kraft, Kondition, Koordination, Gleichgewicht, Konzentration und Beweglichkeit. Außerdem lernen die Kinder in der Trainingsgruppe Kameradschaft, Teamfähigkeit und nicht zu vergessen Verantwortungsbewusstsein für den Sportgefährten Pferd.

In unseren Voltigiergruppen haben Kinder und Jugendliche die Möglichkeit, unter der Leitung von ehrenamtlichen Trainern, spielerisch und altersgerecht zu voltigieren, Freundschaften zu schließen und gemeinsam den Umgang mit dem Pferd zu erlernen. Dabei achten wir darauf, dass kein Kind über- oder unterfordert wird.

Je nach Leistungsstand besteht später die Möglichkeit, in eine **Förder- oder Turniergruppe** aufzusteigen.

## **Fragen und Antworten rund ums voltigieren:**

**Ab welchem Alter kann man voltigieren?** In der Regel kann man mit 6 Jahren im Breitensportbereich anfangen zu voltigieren. Das optimale Alter anzufangen beträgt ca. 6-8 Jahre.

Selbstverständlich können auch ältere Kinder noch mit dem Voltigieren beginnen!

Kinder, die vom Ballett oder Turnen kommen haben meistens optimale Grundlagen - dies ist jedoch keine Voraussetzung!

**Trainingszeiten:** Anfänger trainieren 1 x pro Woche 1,5 Stunden. Die Trainingszeit auf dem Pferd beträgt incl. ablongieren (warmmachen des Pferdes) ca. eine  $\frac{3}{4}$  Stunde. Die restliche Zeit ist für Gymnastik oder Üben auf dem Turnpferd vorgesehen.

Das Training findet in den Ferien und an Feiertagen nicht statt.

Bei Urlaub/Krankheit seitens des Trainers, versuchen wir stets, eine Vertretung zu organisieren. Trotzdem kann es vorkommen, dass das Training ausfällt. Wenn Sie uns Ihre **E-Mail-Adresse** angeben, werden wir Sie gerne per Mail benachrichtigen.

**Wie melde ich mich an?** Beim Schnuppervoltigieren (siehe Gebührenordnung Schnupperkarte 3 x á 40 Euro) wird Ihnen ein Anmeldevordruck ausgehändigt. Fragen Sie bitte die Trainer falls es vergessen wird.

Die Vordrucke können auch online abgerufen und ausgedruckt werden. [www.rg-queltstein.de](http://www.rg-queltstein.de)/Sonstige Informationen

**Was soll mein Kind anziehen?** Bequeme eng anliegende Sportkleidung, am besten eine Gymnastikhose (keine Reithose). Im Winter empfiehlt es sich mehrere „Schichten“ übereinander anzuziehen, da es in der Reithalle kalt sein kann.

Ihr Kind sollte Gymnastikschläppchen für das Training auf dem Pferd mitbringen (Falls sie während der Schnupperphase noch keine besitzen, haben wir meistens ein paar „Liegegebliebene“ vor Ort). Wer welche kaufen muss, kauft an Besten welche mit von vorne nach hinten gerillter Sohle in der Farbe „schwarz“. Tipp: Kaufen sie die Gymnastikschläppchen eher 1-2 „Nummern“ zu groß, dann passen im Winter auch noch dicke Socken und Einlegesohlen hinein.

**Tipp:** Warme und trockene Füße im Winter gibt es mit **Neoprensocken** aus dem Tauchgeschäft oder Internet. (Einfach mal nach „Neoprensocken“ „googeln“ und bitte welche ohne Reißverschluss nehmen!) Normale Socken drunter ziehen und Schläppchen drüber.

Zum Putzen und Führen der Pferde werden feste Schuhe (z.B. Turnschuhe oder Stiefel, jedoch **keine** Sandalen oder Schläppchen) benötigt.

**Wie läuft das Training ab?** Das Training wird je nach Alter und Leistungsstand entsprechend anders gestaltet. Der grobe Rahmen einer jeden Trainingseinheit gestaltet sich jedoch gleich. Zunächst wird das Pferd vorbereitet (putzen, gurten, Schritt führen), anschließend müssen sich sowohl Pferd als auch Voltigierer erwärmen, um Verletzungen vorzubeugen und den Körper vorzubereiten. Die Erwärmung der Voltigierer umfasst Übungen/Spiele zur Schulung und Förderung der Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Konzentration, Koordination und turnerische Grundlagen. Des Weiteren werden Übungen zunächst am Holzpferd geübt bevor sie auf dem sich bewegenden Pferd vollzogen werden.

Nicht vergessen: Nach dem Training freut sich das Pferd über frische Karotten oder halbierte Äpfel.  
Zum Schluss wird das Pferd gemeinsam versorgt.  
Bitte holen Sie Ihr Kind rechtzeitig vom Unterricht ab.

**Wie oft kommt mein Kind pro Training aufs Pferd?** Voltigieren fasziniert, weil es so vielfältig ist und ein vielfältiges Training erfordert. Eine pauschale Aussage kann nicht getroffen werden. Sie können allerdings sicher sein, dass die Trainer versuchen sowohl die Bedürfnisse der Kinder als auch die unserer Pferde angemessen zu berücksichtigen. In der Regel versuchen wir dass jedes Kind 3 x pro Übungsstunde aufs Pferd kommt.

**Aus wie vielen Kindern besteht eine Gruppe?** Eine Voltigiergruppe besteht normalerweise aus ca. 8-10 Kinder bzw. Jugendlichen. Sollten mehr Kinder in der Anfängergruppe sein, wird das Training evtl. verlängert

Manchmal (z. B. nach Veranstaltungen an denen wir uns präsentieren) kommt es zu einem "Ansturm" an "Schnupperkindern". Dafür kommen teilweise auch nur sehr wenige Kinder zum Training. Dies gleicht sich dann wieder aus.

**Sicherheit** Voltigieren ist nicht gefährlicher als andere Sportarten auch! Aus Sicherheitsgründen dürfen keine Uhren, Schmuck oder Ohrringe getragen werden. Ebenso keine Pullis mit Kapuzen. Lange Haare müssen zusammengebunden werden. Beim Voltigieren wird kein Helm getragen.

**Wie ist mein Kind versichert?** Sowohl in den Schnupperstunden als auch als aktives Mitglied sind die Voltigierer über den Verein versichert.

**Ist es notwendig, dass mein Kind bei der Pflege und dem Versorgen des Pferdes hilft?** Es ist sicherlich auch in ihrem Interesse, dass ihr Kind Grundkenntnisse über seinen Sportpartner Pferd erlernt und erlangt. Außerdem lernt es auf diese Weise Verantwortung für jemand anderen zu übernehmen und seine Bedürfnisse zu beobachten und zu interpretieren. **Dazu sollte Ihr Kind pünktlich zu Unterrichtsbeginn an der Reithalle sein und sich auch nach dem Training noch etwas Zeit nehmen.**

Die Fortgeschrittenengruppen bereiten ihr Pferd selbständig vor dem Training vor (Putzen, Trensen, Gurten, führen) und versorgen es danach wieder. Für Abzeichen ist es Voraussetzung, dass man sich mit der Pferdepflege usw. auskennt.

**Anfängergruppe – und was kommt danach?** Die Kinder werden nach Ihrer Leistung und Bedarf in die verschiedenen Gruppen eingeteilt. Dadurch sind die Gruppen altersmäßig gemischt.

Die nächst höheren Gruppen sind Turniergruppen. Auf Breitensportlicher Basis (WBO) zuerst die „Schritt/Schritt Gruppe“, danach folgt die Galopp/Schrittgruppe. Diese trainieren 1 mal wöchentlich.

Diese Gruppen gehen 2-3 x im Jahr auf ein Turnier oder Interne Veranstaltung und stellen Ihre Pflicht und Kür vor. Daher ist es wichtig, dass man hier regelmäßig ins Training kommt.

Danach geht es dann in den Leistungssportbereich (LP). Diese Gruppen trainieren 2 x die Woche.

**Achtung!** Die Gruppeneinteilung erfolgt **nicht nur** nach der Leistung: z. B. wenn die höhere Gruppe einen kleinen "Flieger" braucht, bringt ihnen natürlich ein vielleicht besserer großer Voltigierer nichts! Seid deshalb bitte nicht frustriert, wenn es mal nicht mit dem erhentten "Aufstieg" klappt - auch Eure Zeit kommt!

**Regelmäßige Trainingsbesuche sind wichtig!** Um optimal trainieren zu können, bitte geben Sie dem Trainer Bescheid sagen, wenn sie nicht zum Training kommen können! Bitte fragen Sie den Trainer nach den Kontaktdaten.

**Voltigieren für Fortgeschrittene** Ihr könnt schon voltigieren? Selbstverständlich können auch fortgeschrittene Voltigierer sämtlicher Leistungsklassen bei uns voltigieren. Bitte in diesem Fall Claudia Dietterle ([voltigieren@rg-guelstein.de](mailto:voltigieren@rg-guelstein.de)) kontaktieren..

Wir veranstalten immer über das ganze Jahr viele gemeinsame Aktionen wie Lehrgäng, Zeltlager, Kinobesuche und auch in die Turnhalle gehen wir. Diese Zusatzaktionen versuchen wir über unsere Jugendkasse zu decken die bei verschiedenen Aktionen Geld sammelt. Allerdings kann es auch sein dass ein zusätzlicher Unkostenbeitrag bezahlt werden muss.

Die monatliche **Voltigiergebühren** und den **Jahresbeitrag** sowie die **einmalige Aufnahmegebühr** buchen wir von Ihrem Konto ab. Sämtliche Gebühren und Beiträge sowie die Arbeitsdienstordnung können sie auf unserer Homepage unter [www.rg-guelstein.de/Sonstige](http://www.rg-guelstein.de/Sonstige) Informationen finden.

**Spenden:**Wir sind ein gemeinnütziger Verein. Spenden an uns können steuerlich geltend gemacht werden. Wir freuen uns sehr über Spenden, bitte überweisen Sie Ihre Spende auf unser Konto bei der

Kreissparkasse Böblingen (BLZ 60350130) Konto 1005183 mit dem Verwendungszweck „Spende“.

Name und Anschrift bitte vollständig angeben, dann übersenden wir Ihnen eine Spendenbescheinigung.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

**Kündigung:**Eine Vereinskündigung ist jederzeit zum Ende des Kalenderjahres möglich. Sie muss schriftlich erfolgen.

Die monatlichen Voltigiergebühren entfallen ab dem auf die Kündigung folgenden Monat.  
Der Jahresbeitrag ist für das (angefangene) Jahr der Kündigung voll zu bezahlen

Für Rückfragen stehen Ihnen die gesamte Vorstandschaft und alle Trainer gerne zur Verfügung.

**TV Reitgemeinschaft Gültstein e.V.**

Ansprechpartner Claudia Dietterle

voltigieren@rg-guelstein.de