

## Informationsblatt Voltigieren

6-2009

Liebe Eltern,

auch Ihr Kind hat seine Liebe zum Pferd entdeckt und möchte deshalb anfangen zu voltigieren.

Beim Voltigieren werden turnerisch-gymnastische Übungen auf dem Pferd ausgeführt. Die Kinder erhalten dadurch eine vielseitige gymnastische Ausbildung. Kraft und Kondition werden durch das Training gefördert, der Gleichgewichtssinn wird geschult. Mit dem Gelingen der ersten einfachen Übungen wachsen Mut und Selbstvertrauen, und die Kinder wollen bald immer neue Figuren ausprobieren.

Damit das Voltigieren für alle Beteiligten zu einem Erfolg wird, gibt es jedoch ein paar Dinge zu beachten.

Im Mittelpunkt des Voltigierens steht das Pferd. Die Kinder müssen sich mit seinen Verhaltensweisen vertraut machen. Die beste Gelegenheit hierzu ist das Versorgen des Pferdes vor und nach der Voltigierstunde. Deshalb sollen die Voltigierer etwa 15 Minuten vor Beginn der Übungsstunde im Stall sein und sich auch nach Ende des Unterrichts noch etwas Zeit nehmen. Beim Umgang mit dem Pferd sind die Anordnungen der Ausbilder maßgeblich. Aus Sicherheitsgründen ist ein gewisses Maß an Disziplin unbedingt erforderlich. Rennen und Lärmen im Stall hat schon manchen Unfall verursacht!

Die Voltigierstunde beginnt mit Aufwärmübungen für die Kinder. Auch das Pferd muss seine Muskulatur lockern und wird in dieser Zeit ablongiert. Neue oder besonders schwierige Übungen werden zunächst am Turnpferd trainiert. Hierbei ist eine genaue Korrektur durch die Ausbilder möglich und die Bewegungsabläufe können in Ruhe eingeübt werden. Das „Trockentraining“ dient dazu, die Körperkoordination zu verbessern, um die Übungen dann umso leichter auf dem Pferd ausführen zu können.

Die geeignete Kleidung zum Voltigieren sind Gymnastikhose oder Leggins, Gymnastikschläppchen und ein nicht zu langes und nicht zu weites Oberteil. In der kalten Jahreszeit hat es sich bewährt, mehrere „Schichten“ übereinander anzuziehen. Wie bei jeder Sportart werden lange Haare zusammengefasst. Schmuck und Uhren sollen wegen des Verletzungsrisikos zu Hause bleiben.

Wichtig beim Voltigieren ist das regelmäßige Üben. Erst wenn den Kindern ein bestimmter Übungsablauf in Fleisch und Blut übergegangen ist, können sie mit der Leichtigkeit turnen, die das Voltigieren so faszinierend macht. Ein Kind, das nur unregelmäßig zum Unterricht kommt, wird in seinem Können bald dem Rest der Gruppe hinterher hinken und sich entmutigt fühlen. Sollte Ihr Kind einmal nicht am Voltigierunterricht teilnehmen können, benachrichtigen Sie bitte seine Ausbilderin.

Das richtige Alter, um mit diesem faszinierenden Sport anzufangen, liegt bei sechs Jahren. Mit Beginn der Schulreife sind Reaktionsfähigkeit und Körperkoordination so weit entwickelt, dass der Umgang mit dem – immerhin recht großen – Pferd gefahrlos erlernt werden kann.

Wenn Sie noch weitere Fragen oder Anregungen haben, wenden Sie sich bitte an unsere Ausbilder, sie sind die Vermittler zwischen Pferd und Kind.

Viel Spaß beim Voltigieren und Freude beim Umgang mit dem Sportkamerad Pferd  
wünscht Ihnen Ihr  
**Pforzheimer Reiterverein e.V.**

Christian Kraus  
Präsident

Dr. Horst Neuhäuser  
Jugendleiter Voltigieren