



# Merkblatt Voltigieren

## **WAS IST VOLTIGE?**

Das Voltigieren ist eine eigene Disziplin im Reitsport, insbesondere für Kinder und Jugendliche. Das Pferd läuft dabei links herum auf einer Kreislinie, dem so genannten Zirkel, während die Voltigierer turnerische Übungen alleine, zu zweit oder zu dritt auf dem Pferderücken ausführen. Als eine sehr vielseitige Sportart werden beim Voltigieren akrobatische und turnerische Elemente in Einklang mit der Bewegung des Pferdes gebracht. Im Mittelpunkt steht dabei immer das Verständnis für den Sportpartner Pferd. Eine Voltigegruppe besteht aus bis zu 10 Voltigekindern verschiedenen Alters und ist somit im Gegensatz zum Reiten eine echte Mannschaftssportart.

## **WOZU MACHT MAN VOLTIGE?**

Voltige ist zwar ein selbstständiger Sport, wird aber auch oft begründet als „Vorstufe“ des Reitens angesehen. Besonders für jüngere Kinder, die mit dem Reiten beginnen wollen oder mit dem Pferd zu tun haben möchten, ist das Voltigieren eine gute Möglichkeit erst einmal Erfahrungen im Umgang mit dem Pferd (Putzen, Führen,...) zu sammeln. Außerdem werden z.B. die motorischen Fähigkeiten und das Taktgefühl geschult, welches man unter anderem später für das Reiten braucht. Viele Kinder, die dann später mit dem Reiten anfangen, voltigieren oft trotzdem weiter.

## **WIE LÄUFT EINE VOLTIGESTUNDE AB?**

Aufgrund der vielen verschiedenen Fertigkeiten, die beim Voltigieren verlangt werden, ist auch das Training sehr unterschiedlich: Alle Übungen, die später in Bewegung mit dem Pferd klappen sollten, müssen erst einmal ohne „bewegenden Untergrund“ klappen. Deshalb ist unser „Holzpfard“, dem kein Fehler im Rücken schmerzt, ein fester Bestandteil unserer Trainingsstunden. Ebenso ist es üblich regelmäßig in einer Turnhalle zu trainieren. So ist es nicht ungewöhnlich, dass unser echtes Voltigepferd mal ganz im Stall bleibt und wir uns mit Zirkeltraining, Gymnastikübungen, aber auch den theoretischen Grundlagen unseres Sportes beschäftigen. Es ist uns dennoch besonders wichtig, dass die Kinder den Umgang mit dem Pferd richtig lernen, weshalb wir uns zu jeder Trainingsstunde schon 15 Minuten vorher treffen, um das Pferd gemeinsam zu putzen und für die kommende Stunde vorzubereiten. Während der Voltigetainer das Pferd ablongiert, bereiten sich auch die Voltigekinder unter Aufsicht eines weiteren Trainers durch Spiele, Dehnübungen usw. auf die kommende Stunde vor. Nach der Trainingsstunde wird das Pferd auch wieder von allen versorgt und in den Stall gebracht. Erst dann ist das Voltigieren vollends beendet.

## **WER KANN MITMACHEN?**

Das Kind sollte mindestens so groß sein, dass es die Schlaufe am Voltigegurt greifen kann. Außerdem sollte es fit und mutig genug sein, sich alleine auf dem Pferd halten und einfache Übungen auf dem Pferd ausführen zu können. Noch wichtiger ist jedoch, dass das Kind den Anweisungen des Trainers folgen und sich eine gewisse Zeit konzentrieren kann.

Institut für Reithherapie & pferdebasiertes Coaching

Ursula Kraus

Forststraße 17, 91056 Erlangen

Mobil 0173 / 3668016

[www.pferdecoaching.eu](http://www.pferdecoaching.eu)

[info@pferdecoaching.eu](mailto:info@pferdecoaching.eu)



### **WAS WIRD FÜR DIE VOLTIGE BENÖTIGT?**

Zum Voltigieren ist sportliche, möglichst eng anliegende Kleidung zweckmäßig:

- Leggins und enges T-Shirt oder Pulli
- Turnschlappchen mit weicher Sohle, damit das Pferd im Rücken nicht verletzt wird (zum vorherigen Putzen unbedingt festes Schuhwerk anziehen!)
- Haarband (bei langen Haaren)
- kein Schmuck oder Ähnliches

### **UNSERE TRAININGSZEIT**

Samstags 15:00 – 16:00 Uhr

### **KOSTEN**

Das Voltigieren kostet monatlich 50€ und findet in der Regel 4x pro Monat statt.

Außerdem ist es notwendig dem Verein beizutreten. Die Informationen dafür entnehmen Sie bitte dem Formular.

### **Bei weiteren Fragen:**

Email: [info@pferdecoaching.eu](mailto:info@pferdecoaching.eu)

[www.pferdecoaching.eu](http://www.pferdecoaching.eu)

Institut für Reittherapie & pferdebasiertes Coaching

Ursula Kraus

Forststraße 17, 91056 Erlangen

Mobil 0173 / 3668016

[www.pferdecoaching.eu](http://www.pferdecoaching.eu)

[info@pferdecoaching.eu](mailto:info@pferdecoaching.eu)