

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, aufgurten, 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 trainiert, bevor sie auf dem sich bewegendem Pferd geturnt werden. Zum Abschluss einer Stunden muss das Pferd wieder versorgt werden.

Was kostet der Voltigierunterricht?

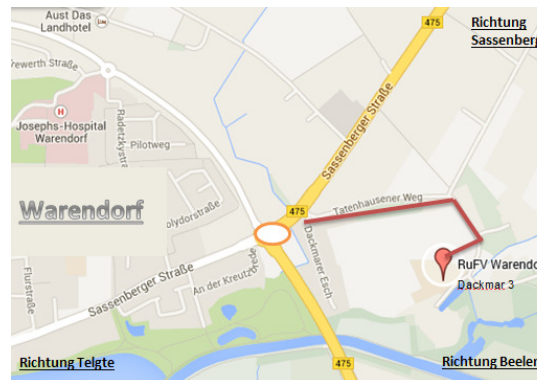
Aufnahmegebühr	50€ (einmalig)
1x Training pro Woche	33€ / Monat
2x Training pro Woche (einmal mit Pferd + einmal Grundlagentraining)	40€ / Monat
2x Training pro Woche mit Pferd	45€ / Monat

Stand: 16.12.2019

Wo voltigieren wir?

Der Voltigierunterricht findet auf dem Vereinsgelände vom Reit- und Fahrverein Warendorf e.V. statt.

Anschrift:
Dackmar 3, 48231 Warendorf



Kontakt Leitung Voltigierabteilung:

Renate Fockenbrock
02582-3069199
0175/3734273
www.volti-warendorf.jimdo.com

Voltigieren

im Reit- und Fahrverein
Warendorf



Wir freuen uns auf dich!

Voltigieren – eine faszinierende und vielfältige Sportart



Was vermitteln wir?

Motorische Aspekte

- Vielseitige Bewegungserfahrung
- Grundübungen des Voltigierens und spielerische Übungsformen
- Bewegungsfreude
- Entwicklung und Körperbewusstsein
- Schulung der koordinativen Fähigkeiten, wie Gleichgewicht, Reaktionsfähigkeit, Anpassungsfähigkeit, Raumorientierung, Takt und Rhythmusgefühl
- Schulung der konditionellen Fähigkeiten, wie Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit
- Konzentration und Entspannung
- Kreativität und Phantasie: Darstellen und Gestalten

Soziale Aspekte

- Verständnis füreinander und für das Pferd
- Partnerschaftliches Verhalten in Gruppen von 8-10 Kindern

- Kooperation: Helfen, sich helfen lassen
- Erfahren von Gruppenzusammenhängen
- Erleben und Verarbeiten von Erfolg und Misserfolg
- Durchhaltevermögen
- Angstbewältigung
- Übernahme von Verantwortung

Der Unterricht umfasst Übungseinheiten am Boden, Holzpferd, Turngeräten und dem Pferd.

Dabei werden in unterschiedlicher Gewichtung je nach Leistungs- und Trainingsstand der Gruppe, Wahrnehmung, Koordination, Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, technische- und turnerische Grundlagen geschult.



Kann mein Kind das Voltigieren ausprobieren?

Selbstverständlich! Bei Interesse vereinbaren Sie bitte mit Renate Fockenbrock einen Termin für eine Probestunde.

Wie groß ist eine Gruppe?

Eine Mannschaft besteht aus 9-10 Voltigieren.

Ab welchem Alter kann man bei uns voltigieren?

Ab einem Alter von 5 Jahren ermöglichen wir den Einstieg in den Voltigiersport.

Was soll mein Kind anziehen?

Eng anliegende Sportkleidung, am besten eine Gymnastikhose. Ihr Kind sollte Turnschläppchen für das Training auf dem Pferd mitbringen. Zum Aufwärmen und Führen der Pferde empfehlen sich feste Schuhe (z.B. Turnschuhe). Tipp: Kaufen sie die Gymnastikschläppchen eher 2 „Nummern“ zu groß, dann passen auch noch dicke Socken und Einlegesohlen hinein.

Aus Sicherheitsgründen sollten wie in anderen Sportarten auch, keine Uhren oder Schmuck getragen werden.

Wie melde ich mich an?

Anmeldeformulare erhalten Sie bei dem jeweiligen Trainer.

