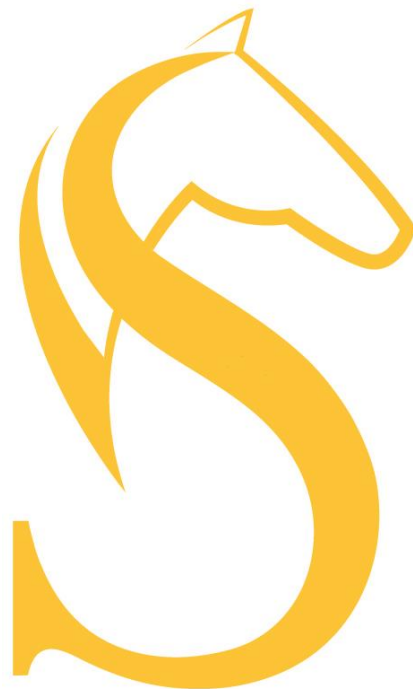


Kursinhalt «Einzelvoltigieren»

Voltige SYMBIA



Stand: 30. Juli 2021

Inhaltsverzeichnis

1.	ALLGEMEINER BESCHRIEB	2
2.	ÜBERBLICK EINZELVOLTIGIEREN.....	2
3.	TEILNEHMER	2
4.	BESCHRIEB DER EINZELNEN ELEMENTE IM EINZELVOLTIGIEREN	3
5.	KURSZIELE / KURSABSCHLUSS	3
6.	ZUSATZINFORMATIONEN	3

1. Allgemeiner Beschrieb

Beim Voltigieren werden turnerisch-gymnastische Übungen auf dem Pferd ausgeführt. Das abgestimmte Zusammenwirken von Pferd, Longenführer und Voltigierer ist Grundvoraussetzung zur Ausübung dieses Sports, denn alle drei beeinflussen sich gegenseitig und bilden im Voltigieren eine Einheit.

Das Voltigieren umfasst Bewegungen und Übungselemente aus dem Turnen, der Gymnastik und der Sportakrobatik. Diese werden als Einzelübungen gezeigt und können zu fließenden Bewegungsfolgen kombiniert werden. Es wird ausschliesslich im Galopp voltigiert.

Einzelvoltigieren ist besonders für talentierte und ambitionierte Voltigierer geeignet, die selbstbewusst ihr Fähigkeiten präsentieren möchten.

2. Überblick Einzelvoltigieren

Der Kurs besteht aus 3 wöchentlichen Trainings. Dabei wird zweimal in der Gruppe mittrainiert. Einmal pro Woche wird ein spezifisches Training für Einzelvoltigierer durchgeführt.

Der Aufbau des Kurses unterstützt unter pädagogischen, sozialen und gesundheitlichen Gesichtspunkten die Entwicklung und Entfaltung der talentierten Voltigierer. Voltige wird als Leistungssport erlebt und dieser wird auch bei nationalen und internationalen Wettkämpfen ausgeführt.

3. Teilnehmer

Der Einzelvoltigierer trainiert ab einem Alter von 10 Jahren.

4. Beschrieb der einzelnen Elemente im Einzelvoltigieren

Voltigieren

Die Teilnehmer lernen den verantwortungsvollen Umgang mit dem Pferd. Gemeinsam bereiten sie das Pferd für den Einsatz vor. Der Fokus der Trainings basiert auf hochstehende Kürübungen. Das Pas de Deux trainiert weitgehend unter Wettkampfbedingungen.

Fasstraining

Das Techniktraining auf dem Übungsfass ergänzt das Voltigieren am Pferd. Durch gezieltes Techniktraining werden die nötigen Fähigkeiten erlangt, die es beim Voltigieren benötigt. Unter fachlicher Anleitung werden die Kürelemente nach den neusten Reglementen zusammengestellt. Der Verein verfügt selbst über anerkannte Richter, die ihr Wissen direkt vermitteln können.

Athletiktraining

Verbessert wird beim Kursteilnehmer die Kraft, die Ausdauer und die Beweglichkeit. Wir achten besonders auf den gezielten Aufbau der Muskulatur zur Gesunderhaltung des Körpers. Dabei wird für jeder Teilnehmer ein individueller Trainingsplan erstellt.

5. Kursziele / Kursabschluss

Die Teilnehmer sollen die Freude als Einzelvoltigierer erleben. Ferner soll er sich so weiterentwickeln, dass der Einzelvoltigierers an nationalen und internationalen Wettkämpfen erfolgreich teilnehmen kann. Eine Aufnahme ins das nationale Kader des schweizerischen Voltige-Verbandes wird angestrebt.

6. Zusatzinformationen

Sämtliche Kurse können «online» unter <https://www.symbia.ch> gebucht werden. Eine entsprechende Unfallversicherung ist Sache der Kursteilnehmer.

Die Teilnehmer sorgen für sportgerechte, enganliegende Kleidung (ohne Kapuze) und Voltigierschuhe.