

Vorwort	10
Danksagung	11
1 Die Sportart Voltigieren	12
1.1 Definition.....	12
1.2 Voltigieren als Freizeit- und Breitensport.....	13
1.3 Sportliche und soziale Aspekte.....	14
1.4 Voltigieren als Turniersport.....	14
1.5 Organisation des Voltigiersports	15
1.6 Internationale Erfolge.....	17
2 Die Geschichte des Voltigierens bis zur Gegenwart	18
2.1 Die Ursprünge.....	18
2.2 Die Zeit der Renaissance	18
2.3 Voltigieren im 17. und 18. Jahrhundert.....	19
2.4 Die gemeinsamen Ursprünge des Turnens und Voltigierens	20
2.5 Voltigieren in der Kavallerieausbildung.....	20
2.6 Die ersten Kindergruppen im 20. Jahrhundert.....	21
2.7 Die Entwicklung des Turniersports	21
2.8 Das moderne Voltigieren.....	22
2.9 Große Fortschritte für den Voltigiersport	22
2.10 Internationale Entwicklung	23
3 Voltigieren im Verein	24
3.1 Die Aufgaben des Vereins	24
3.2 Die Voltigierabteilung im Verein	25
3.3 Kosten	26
3.4 Finanzierung.....	28
3.5 Zusammenarbeit im Verein	29
4 Das Voltigierpferd und seine Ausrüstung	30
4.1 Auswahlkriterien für ein Voltigierpferd	30
4.2 Das Exterieur des Pferdes	31
4.3 Das Interieur des Pferdes	33
4.4 Gesundheitliche Verfassung des Voltigierpferdes	33
4.5 Mustern und Ausprobieren des Pferdes.....	34
4.5.1 Testen des Pferdes an der Longe.....	34
4.5.2 Ausprobieren unter dem Reiter	36
4.6 Die Ausrüstung des Voltigierpferdes	37
4.7 Hilfszügel für das Voltigieren	42
5 Die Ausbildung des Voltigierpferdes	44
5.1 Die dressurmäßige Ausbildung	45
5.2 Die Ausbildung an der Longe	46
5.3 Die voltigierbezogene Ausbildung	46
5.4 Der Einsatz des Voltigierpferdes.....	51
5.5 Das Training des Voltigierpferdes.....	51
5.6 Der Trainingsplan	54
5.7 Der Voltigierpferde-Eignungs-Wettbewerb	55
6 Longieren von Voltigierpferden	56
6.1 Allgemeine Ziele	56
6.2 Grundsätze des Longierens von Voltigierpferden	56
6.2.1 Hilfengebung beim Voltigieren.....	56
6.3 Longenarbeit mit Voltigierpferden.....	58

6.3.1	Lösen des Pferdes für eine Voltigereinheit.....	58
6.3.2	Longieren während der Voltigereinheit	59
6.4	Longieren zur Korrektur des Pferdes.....	60
6.5	Schwierigkeiten beim Longieren mit Voltigierern.....	61
6.6	Longierabzeichen	61
7	Der Voltigierausbilder	62
7.1	Aufgaben des Ausbilders	62
7.2	Voraussetzungen.....	63
7.3	Ausbilderpersönlichkeit	65
7.4	Stellung im Verein und Honorierung.....	65
7.5	Ausbildungsmöglichkeiten im Voltigiersport	66
7.5.1	Vorbereitungsseminar	66
7.5.2	Trainerassistent oder Nachwuchstrainerassistent im Voltigiersport ...	66
7.5.3	Trainer C – Voltigieren Basissport / Leistungssport	66
7.5.4	Trainer B – Voltigieren Basissport / Leistungssport	67
7.5.5	Trainer A – Voltigieren Leistungssport	67
7.5.6	Ergänzungsstufe für Trainer A – Voltigieren	67
7.5.7	Ergänzungsqualifikationen für Lehrkräfte	67
8	Voltigierer, Voltigiergruppen und Ausbildung	68
8.1	Die Ausrüstung der Voltigierer	68
8.2	Voltigiergruppen	68
8.2.1	Anfänger- und Spielgruppen	69
8.2.2	Nachwuchs-, Freizeit- und Breitensportgruppen	69
8.2.3	Fortgeschrittenen- und Turniergruppen der Klassen E, A und L	69
8.2.4	Turniergruppen und Leistungsgruppen der Klassen M und S und Juniorgruppen	69
8.2.5	Pferdgestützte Therapie und Förderung im Voltigieren sowie inklusive Gruppen oder Para-Gruppen	70
8.2.6	Schulsportgruppen	70
8.3	Einzel- und Doppelvoltigieren	71
8.4	Alter der Voltigierer	71
8.4.1	Anfangsalter	71
8.4.2	Altersspanne in den Gruppen	72
8.4.3	Voltigieren für Ältere	72
8.5	Alters- und Entwicklungsstufen.....	72
8.6	Ausbildungsstufen	74
8.6.1	Anfängerstufe – Grundlagentraining.....	74
8.6.2	Fortgeschrittenenstufe – Aufbautraining.....	75
8.6.3	Leistungsstufe – Leistungstraining	75
8.7	Hinweise zum Kinder- und Jugendtraining im Leistungsbereich	76
8.8	Gemeinsame Leistung in der Gruppe	77
9	Ort der Ausbildung	78
9.1	Der Übungsplatz für das Voltigieren	78
9.2	Der Bodenbelag für das Voltigieren	78
9.3	Die Bodenpflege.....	79
9.4	Hallenordnung.....	79
9.5	Gymnastikraum	80
10	Der Voltigierunterricht	82
10.1	Unterrichtsplanung	82
10.2	Lernziele	83
10.3	Aufbau einer Übungseinheit	84

10.4	Unterrichtsorganisation.....	86
10.4.1	Reihenfolge der Voltigierer	86
10.4.2	Möglichkeiten der Intensivierung.....	86
10.4.3	Entwickeln von eigenen und vielseitigen Bewegungserfahrungen.....	87
10.5	Lehrmethoden.....	87
10.6	Unterrichtssprache	90
10.7	Bewegungskorrektur.....	90
10.8	Hilfsmittel im Voltigierunterricht	92
10.8.1	Unterrichtsmedien	92
10.8.2	Hilfsmittel und Geräte	92
11	Sicherheit im Voltigiersport	94
11.1	Sicherheitsmaßnahmen im Voltigiersport.....	95
11.1.1	Die Rahmenbedingungen	95
11.1.2	Das Pferd.....	95
11.1.3	Der Ausbilder/Longenführer	96
11.1.4	Die Voltigierer	96
11.2	Hinweise zum Verhalten bei Stürzen.....	96
11.3	Sind Helme beim Voltigieren erforderlich?	97
12	Begriffserklärungen des Voltigierens	98
12.1	Erklärung der wichtigsten Begriffe.....	98
12.2	Phasenstruktur von Bewegungen	102
12.3	Einteilung der Voltigierübungen	102
12.3.1	Strukturgruppen im Voltigieren	102
13	Die Voltigierübungen	108
a)	Dynamische Übungen	109
13.1	Aufsprünge	109
13.1.1	Aufsprung in den Grundsitz vorwärts	109
13.1.2	Aufsprungtechnik für den Turniersport	110
13.1.3	Variationen des Aufsprungs	112
13.1.4	Aufsprung zum Schulterstand rückwärts.....	113
13.1.5	Felgaufsprung von innen (oder außen) zum Rückwärtssitz auf dem Pferdehals.....	114
13.2	Abgänge/Niedersprünge/Landungen.....	114
13.2.1	Abgang nach innen	114
13.2.2	Abgang nach innen aus dem Seitsitz	115
13.2.3	Abgang nach außen	115
13.2.4	Abgang aus dem Rückwärtssitz nach außen	115
13.2.5	Abgang vom Pferdehals vorwärts	116
13.2.6	Variationen von Abgängen.....	116
13.2.7	Bodensprung	116
13.2.8	Die richtige Landetechnik bei der Landung auf dem Boden	117
13.2.9	Wichtiger Hinweis zum Wechsel zwischen den Voltigierern	118
13.3	Schwungübungen	118
13.3.1	Schwungtechnik zum Stützsprung vorlings	118
13.3.2	Wende nach außen oder innen	119
13.3.3	Flanke 1. Teil	120
13.3.4	Schere 1. Teil: Vorwärtsschere	121
13.3.5	Schwungtechnik zum Stützsprung rücklings	122
13.3.6	Schere 2. Teil: Rückwärtsschere	123
13.4	Drehungen	124
13.4.1	Mühle: Ganze Drehung im Sitzen um die Längsachse	124
13.4.2	Halbe Mühle: Halbe Drehung im Sitzen um die Längsachse.....	125

13.4.3	Variationen der Mühle	127
13.4.4	Radbewegung vom Pferdehals auf den Pferderücken	127
13.4.5	Rolle vorwärts von der Kruppe zum Sitz vorwärts auf dem Hals.....	128
b)	Statische Übungen	129
13.5	Sitz	129
13.5.1	Grundsitz vorwärts (Vorwärtssitz).....	129
13.5.2	Freier Grundsitz	129
13.5.3	Freier Rückwärtssitz.....	130
13.5.4	Quersitz	130
13.5.5	Seitsitz angefasst	131
13.5.6	Weitere Sitz-Variationen	132
13.5.7	Armhaltung.....	132
13.6	Knien	133
13.6.1	Freies Knien.....	133
13.6.2	Variationen des Knien.....	134
13.6.3	Knienstand (Prinzenstand)	134
13.7	Bank	134
13.7.1	Bank vorlings.....	134
13.7.2	Bank rücklings.....	135
13.8	Waage	135
13.8.1	Fahne (Kniewaage)	135
13.8.2	Standwaage.....	137
13.8.3	Standwaage-Variationen	137
13.9	Stand/Stehen	138
13.9.1	Freies Stehen vorwärts	138
13.9.2	Freies Stehen rückwärts	139
13.9.3	Freies Stehen seitwärts mit Blickrichtung nach außen oder innen	139
13.9.4	Stand-Variationen (Kopf oben)	140
13.9.5	Schulterstand rückwärts auf dem Pferderücken	140
13.9.6	Unterarmstand innen oder außen	141
13.9.7	Standspagat rückwärts mit Stütz auf dem Pferderücken.....	141
13.9.8	Stand-Variationen (Kopf unten).....	141
13.10	Stützübungen.....	142
13.10.1	Liegestütz vorlings-vorwärts.....	142
13.10.2	Liegestütz rücklings, rückwärts, einbeinig.....	143
13.10.3	Liegestütz-Variationen	143
14	Die körperlichen Fähigkeiten im Voltigiersport	144
14.1	Konditionelle Fähigkeiten	144
14.1.1	Kraft	144
14.1.2	Schnelligkeit	145
14.1.3	Ausdauer.....	145
14.2	Beweglichkeit	145
14.3	Die koordinativen Fähigkeiten.....	146
14.3.1	Gleichgewichtsfähigkeit.....	146
14.3.2	Rhythmisierungsfähigkeit.....	147
14.3.3	Orientierungsfähigkeit	147
14.3.4	Reaktionsfähigkeit	147
14.3.5	Umstellungsfähigkeit.....	147
14.3.6	Differenzierungsfähigkeit	148
14.3.7	Kopplungsfähigkeit.....	148
15	Die Ausführung von Voltigierübungen	150
15.1	Zu Technik und Ausführung.....	150

15.2	Qualitative Bewegungsmerkmale.....	151
15.2.1	Haltung	151
15.2.2	Körperspannung	151
15.2.3	Bewegungsgenauigkeit	152
15.2.4	Bewegungselastizität	152
15.2.5	Bewegungsfluss	152
15.2.6	Bewegungsumfang	152
15.2.7	Ästhetische Merkmale	152
15.2.8	Kategorisierung der qualitativen Bewegungsmerkmale	153
16	Die Kür	154
16.1	Kriterien für die Kürzusammenstellung.....	154
16.2	Allgemeine Regeln für eine Kür bei Turnieren	155
16.3	Der Aufbau einer Kür.....	156
16.4	Der Schwierigkeitsgrad von Kürübungen.....	157
16.5	Die Gestaltung einer Kür.....	158
16.6	Musikauswahl und -interpretation	160
16.7	Motto- und Kostümküren	160
17	Voltigieren im Wettbewerb und als Turniersport	162
17.1	Breitensportliche Wettbewerbe und Turniere	162
17.2	Der Einstieg in den Vergleichssport.....	162
17.2.1	Breitensportliche Wettbewerbe.....	162
17.3	Die Vorbereitung auf das Turnier.....	163
17.3.1	Vorbereitung	164
17.3.2	Kleidung der Teilnehmer.....	165
17.3.3	Vorbereitung auf den Start.....	166
17.4	Der Ablauf auf dem Prüfungszirkel	166
17.4.1	Besondere Vorkommnisse	167
17.5	Nach dem Start	167
17.5.1	Siegerehrung und Platzierung	168
17.6	Die Regelwerke.....	168
17.6.1	Voltigierprüfungen bei Turnieren	169
17.6.2	FN-Jahresturnierlizenzen	171
17.6.3	Anforderungen für die verschiedenen Leistungsprüfungen	171
17.6.4	Zeiten	172
17.6.5	Bewertung von Leistungsprüfungen	173
17.7	Die Teilnahme des Pferdes an Voltigierturnieren	174
17.7.1	Der Equidenpass	174
17.7.2	Ausrüstung des Pferdes für Voltigierturniere	174
17.8	Longieren bei Voltigierturnieren	175
17.9	Die Verfassungsprüfung bei Voltigierturnieren	176
17.9.1	Korrektes Vorstellen des Pferdes	176
17.9.2	Beurteilungskriterien	177
17.9.3	Pferdekontrollen	177
17.10	Voltigierrichter	177
17.10.1	Richtverfahren	178
18	Die Abzeichen im Voltigiersport	180
	„Die Ethischen Grundsätze des Pferdefreundes“	184
	Verhaltenskodex	185
	Stichwortverzeichnis	186
	Literaturempfehlungen	190