

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 Wettkampfsports	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	27
3.5 Zusammenarbeit im Verein	28
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	36
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	52
5.6 Der Trainingsplan	54
5.7 Der Voltigierpferdewettbewerb	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	Ablongieren für eine Voltigierstunde	58
6.3.2	Longieren während des Voltigierunterrichts	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 im Voltigiersport	66
7.5.3	Trainer C – Voltigieren Basissport / Leistungssport / Zusatzmodul	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
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 A und L	69
8.2.4	Turniergruppen und Leistungsgruppen der Klassen M und S und Juniorteams	69
8.2.5	Heilpädagogische und integrative Gruppen	70
8.2.6	Schulsportgruppen	70
8.3	Einzelvoltigieren der Klasse L, M und S 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	Mannschaftsleistung	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	80
9.5	Gymnastikraum	80
10.	Der Voltigierunterricht	82
10.1	Unterrichtsplanung	82
10.2	Lernziele	83
10.3	Aufbau einer Übungsstunde	84
10.4	Unterrichtsorganisation	86
10.4.1	Reihenfolge der Voltigierer	86
10.4.2	Möglichkeiten der Intensivierung	86

10.5	Lehrmethoden.....	87
10.6	Unterrichtssprache.....	89
10.7	Bewegungskorrektur.....	90
10.8	Hilfsmittel im Voltigierunterricht.....	91
10.8.1	Unterrichtsmedien.....	91
10.8.2	Hilfsmittel und Geräte.....	91
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	Fortgeschrittene Aufsprungtechnik.....	110
13.1.3	Felgaufsprung von innen (oder außen) zum Rückwärtssitz auf dem Pferdehals.....	112
13.1.4	Variationen des Aufsprungs.....	113
13.2	Abgänge.....	113
13.2.1	Abgang nach innen.....	113
13.2.2	Abgang nach außen.....	114
13.2.3	Abgang vom Pferdehals vorwärts.....	115
13.2.4	Abgang aus dem Rückwärtssitz.....	115
13.2.5	Abgang vom Pferdehals rückwärts.....	115
13.2.6	Stützabhocken nach innen oder außen.....	115
13.2.7	Variationen von Abgängen.....	116
13.2.8	Bodensprung.....	116
13.2.9	Die richtige Landetechnik bei der Landung auf dem Boden.....	116
13.2.10	Wichtiger Hinweis zum Wechsel zwischen den Voltigierern.....	117
13.3	Schwungübungen.....	118
13.3.1	Schwungtechnik vorlings.....	118
13.3.2	Stützschwung vorlings.....	118
13.3.3	Wende nach innen (oder außen).....	119
13.3.4	Flanke 1. Teil.....	119
13.3.5	Flanke 2. Teil.....	120
13.3.6	Schere 1. Teil: Vorwärtsschere.....	121
13.3.7	Schwungtechnik rücklings.....	123
13.3.8	Stützschwung rücklings.....	123
13.3.9	Schere 2. Teil: Rückwärtsschere.....	124
13.4	Drehungen.....	126
13.4.1	Ganze Drehung: Mühle.....	126
13.4.2	Halbe Drehung: Halbe Mühle.....	126
13.4.3	Variationen der Mühle.....	128

13.4.4	Radbewegung vom Pferdehals auf den Pferderücken.....	128
13.4.5	Rolle vorwärts von der Kruppe zum Sitz vorwärts auf dem Hals.....	129
b)	Statische Übungen	130
13.5	Sitz	130
13.5.1	Grundsitz vorwärts (Vorwärtssitz).....	130
13.5.2	Freier Grundsitz.....	131
13.5.3	Freier Rückwärtssitz	131
13.5.4	Quersitz	131
13.5.5	Seitsitz	132
13.5.6	Weitere Sitz-Variationen	133
13.5.7	Armhaltung.....	133
13.6	Knien	134
13.6.1	Freies Knien.....	134
13.6.2	Variationen des Kniens	135
13.6.3	Kniestand (Prinzensitz).....	135
13.7	Stand/Stehen	136
13.7.1	Freies Stehen vorwärts.....	136
13.7.2	Freies Stehen rückwärts.....	137
13.7.3	Freies Stehen seitwärts mit Blickrichtung nach außen.....	138
13.7.4	Stand-Variationen (Kopf oben).....	138
13.7.5	Schulterstand rückwärts auf dem Pferderücken	139
13.7.6	Standspagat gestützt nach innen oder außen – seitwärts auf dem Pferderücken	139
13.7.7	Stand-Variationen (Kopf unten).....	139
13.8	Stützübungen.....	140
13.8.1	Liegestütz vorlings-vorwärts.....	140
13.8.2	Liegestütz rücklings, rückwärts, einbeinig.....	141
13.8.3	Liegestütz-Variationen.....	141
13.9	Bank	142
13.9.1	Bank vorlings.....	142
13.9.2	Bank rücklings.....	142
13.10	Waage	143
13.10.1	Fahne (Kniewaage).....	143
13.10.2	Standwaage	145
13.10.3	Standwaage-Variationen.....	145
14.	Die körperlichen Fähigkeiten im Voltigiersport.....	146
14.1	Konditionelle Fähigkeiten.....	146
14.1.1	Kraft	146
14.1.2	Schnelligkeit.....	147
14.1.3	Ausdauer.....	147
14.2	Beweglichkeit.....	147
14.3	Die koordinativen Fähigkeiten.....	148
14.3.1	Gleichgewichtsfähigkeit	148
14.3.2	Rhythmisierungsfähigkeit	149
14.3.3	Orientierungsfähigkeit	149
14.3.4	Reaktionsfähigkeit.....	149
14.3.5	Anpassungs- und Umstellungsfähigkeit.....	149
14.3.6	Differenzierungsfähigkeit	150
14.3.7	Kopplungs- und Kombinationsfähigkeit.....	150
15.	Die Ausführung von Voltigierübungen	152
15.1	Zu Technik und Ausführung	152
15.2	Qualitative Bewegungsmerkmale.....	153

15.2.1 Haltung.....	153
15.2.2 Körperspannung.....	153
15.2.3 Bewegungsgenauigkeit	154
15.2.4 Bewegungselastizität.....	154
15.2.5 Bewegungsfluss.....	154
15.2.6 Bewegungsumfang	154
15.2.7 Ästhetische Merkmale	155
16. Die Kür.....	156
16.1 Kriterien für die Kürzusammenstellung.....	156
16.2 Allgemeine Regeln für eine Kür bei Turnieren	157
16.3 Der Aufbau einer Kür.....	158
16.4 Der Schwierigkeitsgrad von Kürübungen.....	159
16.5 Die Gestaltung einer Kür.....	160
16.6 Musikauswahl und -interpretation.....	161
17. Voltigieren als Wettkampfsport.....	162
17.1 Breitensportliche Wettbewerbe und Turniere.....	162
17.2 Der Einstieg in den Wettkampfsport.....	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 Wettkampfbereich.....	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 (Voltigierausweise)	170
17.6.3 Anforderungen für die verschiedenen Leistungsprüfungen	171
17.6.4 Zeiten.....	172
17.6.5 Bewertung von Leistungsprüfungen.....	172
17.7 Die Teilnahme des Pferdes an Voltigierturnieren.....	174
17.7.1 Der Equidenpass	175
17.7.2 Ausrüstung des Pferdes für Voltigierturniere.....	175
17.8 Longieren bei Voltigierturnieren.....	175
17.9 Die Verfassungsprüfung bei Voltigierturnieren	176
17.9.1 Korrektes Vorstellen des Pferdes	177
17.9.2 Beurteilungskriterien.....	177
17.9.3 Pferdekontrollen	177
17.10 Voltigierrichter.....	178
17.10.1 Richtverfahren	178
18. Die Abzeichen im Voltigiersport.....	180
Verzeichnis der Abkürzungen.....	183
„Die Ethischen Grundsätze des Pferdefreundes“	184
Verhaltenskodex	185
Stichwortverzeichnis.....	186
Literaturempfehlungen.....	190