

VOLTIGIEREN auf dem Paulshof

Infos für sportlich ambitionierte Voltigierer und Eltern



Liebe Voltigierer,
liebe Eltern,

wir freuen uns über Euer Interesse am Voltigieren auf dem Paulshof. In diesem Merkblatt haben wir für Euch zusammengefasst, wie das Training bei uns abläuft, wo wir Schwerpunkte setzen und was uns wichtig ist.

Ablauf und Trainingszeiten

Sieben Voltigiergruppen und fünf Einzelvoltigiererinnen, also rund 70 junge Menschen ab ca. 4 Jahren, trainieren bei uns auf dem Paulshof. Welche Gruppe für Dein Training in Frage kommt, klärst Du am besten mit unserem Trainerteam. Sie beraten Dich gerne und wissen, wo noch Plätze frei sind:

Purzelbaum-Gruppe: Montag, 16:30 - 17:30 Uhr

Fortgeschrittene: Montag, 18:00 - 19:30 Uhr

Springmäuse-Gruppe 1 + 2: Donnerstag, 16:30 - 17:30 Uhr

Kunterbunt-Gruppe: Samstag, 09:00 - 10:00 Uhr

Fortgeschrittene & Einzeltraining: Samstag, 09:00 - 11:30 Uhr

Die Voltigierer treffen sich immer ca. 30 min. vor Trainingsbeginn im Stall, zur Stallarbeit, dem Richten des Pferdes, Holzpferd und Matten in die Halle tragen, etc.

Nach dem Training benötigen wir noch ca. 15 min., um gemeinsam das Pferd zu versorgen, Equipment aufzuräumen, Putzplatz fegen... Danach können die Voltigierer abgeholt werden.



Kleidung und Ausrüstung

Damit wir effektiv und vor allen Dingen gesund trainieren können, beachtet bitte folgendes:

Wir tragen im Training **Turnschlappchen**. Im Stall und zum Führen des Pferdes müssen aus Sicherheitsgründen **feste, geschlossene Schuhe** getragen werden.

Bitte tragt **richtige Socken**! Sneakersocken sind ungünstig, da vor allem bei kaltem Wetter die Sprunggelenke nicht geschützt sind und die Leggings hochrutschen können. Nackte Haut an den Beinen kann auch wehtun, wenn man am Gurt hängenbleibt, Übungen in der Beinschlaufe macht oder im Griff steht.

Bitte tragt möglichst knöchellange, **enganliegende Leggings**, am besten **Sporttights**. Baumwoll-Jogginghosen oder Reithosen gleiten nicht gut, rutschen hoch und erschweren das Turnen auf dem Pferd. Im Winter rüstet Euch aus mit dicken Socken, Strumpfhosen, Skiunterwäsche, Stulpen...

Gut passende, nicht zu lange, **körpernahe Shirts oder Pullis**, im Winter gerne Rollis. Kapuzen, womöglich mit Bündeln usw. stören beim Turnen. Auch wenn es im Sommer ganz schön warm ist – bitte keine Trägershirts, da es z.B. bei Schulterständen, Partnerübungen usw. Hautabreibungen und Schürfwunden geben kann. Shirts sollen nicht hochrutschen, ggf. diese in die Hose stecken.

Jegliche Art von **Schmuck, Uhren** usw. ist im Sport grundsätzlich ein No-Go. Deshalb: Vor dem Training Armbänder, Ohringe & Co. raus! Ohringe, die nicht entfernt werden können, müssen mit Pflaster sorgfältig abgeklebt werden, damit weder der Träger selbst, noch Mit-Turner hängenbleiben und verletzt werden.

Teilnahme und Absage

Voltigieren ist ein Teamsport! Deshalb ist es wichtig, dass unsere Voltigierer regelmäßig zum Training kommen. Damit interessierte Kinder sich nicht auf einer Warteliste gedulden müssen, sollen unsere begrenzten Trainingsplätze möglichst immer voll ausgenutzt sein. Wer ausnahmsweise nicht kommen kann, meldet sich bitte frühestmöglich bei seinem Trainer, damit wir das Unterrichtsprogramm entsprechend planen können. Bitte teilt uns Eure Mobil-Tel. mit, die wir in den WhatsApp Trainingsgruppen einspeichern sollen, um hierüber wichtige Infos zum Training und zur Planung in der Gruppe austauschen können.

Tarife

Der monatliche Grundtarif für Training 1 x wöchentlich beträgt für alle Voltigierer **42,00 Euro**. Der Betrag wird zu Beginn des Folgemonats per SEPA-Lastschrift eingezogen.

Wer zweimal in der Woche trainieren will, kann montags und samstags für insgesamt **75,00 Euro** pro Monat teilnehmen, sofern Plätze verfügbar sind.

Hinzu kommt die Jahresmitgliedschaft bei den Pferdefreunden Paulshof Renchtal e.V. in Höhe von **50,00 Euro**. Der Mitgliedsbeitrag wird einmal jährlich im März per SEPA-Lastschrift eingezogen.



Eine Abmeldung vom Voltigiertraining ist immer zum jeweiligen Monatsende möglich, muss jedoch schriftlich per Brief / Mail / WhatsApp an info@paulshof-renchtal.de oder +49 174 6596921 Kathrin Massé mitgeteilt werden.

Eure Übungsleiter:

Kathrin: Tel. +49 174 6596921, E-Mail kathrin.masse@gmx.de
Charlotte: Tel. +49 176 54506959, E-Mail c.baier@baier-gmbh.de
Tanja: Tel. +49 174 2148025, E-Mail tanja-baier@gmx.de
Sarah: Tel. +49 162 9241101
Steffi: Tel. +49 160 99507774
Juliane: Tel. +49 173 2859922