

Aufgabenheft Voltigieren (Nationale Aufgaben) – Ergänzung (Zeichnungen im Technikprogramm)

Beim Aufgabenheft Voltigieren wurden im Kapitel „6.3 Technikprogramm“ (Aufgabenheft Seiten 149-159) zusätzlich neue Zeichnungen eingefügt. Der Text wurde **nicht** verändert.

Damit auch Ihr Aufgabenheft Voltigieren (Nationale Aufgaben) wieder auf dem aktuellsten Stand ist, haben wir diese neuen Zeichnungen in die entsprechenden Seiten eingearbeitet, sodass Sie diese ausdrucken und in Ihrem Aufgabenheft austauschen können.

Deutsche Reiterliche Vereinigung e.V. (FN)

– Bereich Sport, Abt. Jugend –

IV.

Anforderungen an die unterschiedlichen Klassen



Felgaufsprung von innen zum Rückwärtssitz auf den Hals

Hauptkriterien:

1. Koordination der Felgbewegung
2. Höhe und Lage des Schwerpunktes

Richtwert 10.0:

Ohne Abweichungen von der Optimalform laut Bewegungsbeschreibung.

Richtwert 7.0:

Felgaufsprung vor den Gurt rw um eine nicht horizontale Achse auf Griffhöhe.

Richtwert 5.0:

Aufsprung vor den Gurt rw über den flüchtigen Außensitz, Rollachse annähernd um eine vertikal stehende Achse.

Abzüge:

- 1 Punkt:
– äußeres Bein befindet sich bei der Landung auf dem Hals hinter dem Griff (nicht an der Schulter des Pferdes)
- 2 Punkte:
– Mitgaloppieren bei Ausführung aus dem Bodensprung

Druck: April 2010/Stand: April 2010

Voltigieren 151

IV.

Anforderungen an die unterschiedlichen Klassen

6.3 Technikprogramm

Das Technikprogramm besteht aus fünf Elementen, die mit weiteren Elementen und Übergängen in einem frei zusammengestellten Programm gezeigt werden müssen. Die Elemente beinhalten folgende körperliche und koordinative Fähigkeiten: Gleichgewicht, Rhythmusanpassung an des Pferd, Kraft, Sprungkraft und Beweglichkeit.

Im folgenden Elemente-Pool finden sich Übungen aus den fünf unterschiedlichen Kategorien. Die jeweils gültigen Elemente werden über Kalenderveröffentlichungen festgelegt.

Gleichgewicht	Koordination/ Timing	Kraft	Sprungkraft	Beweglichkeit
Stehen rw	Radbewegung – Querachse – Längsachse zum Pferd	Liegestütz rücklings, einbeinig	Felgauf- sprung	Standspagat auf dem Pferderücken sw
Stehen sw	2. Teil der Schere mit Stütz auf der Kruppe	Grätsch- winkelstütz	Aufsprung in den Schulter- stand	Spagat einarmig gehalten quer zum Pferd
Sprung vom Stehen vw zum Stehen rw	Freie Rolle vw auf den Pferdehals	Nacktenstand sw	Aufsprung in die Standwaage	Standspagat in der Schlaufe
		Schulterstand rw		

Aktuelle Übungen:

1. Felgaufsprung von innen zum Rückwärtssitz auf den Hals
2. Radbewegung vom Pferdehals auf den Pferderücken
3. Standspagat gestützt, seitwärts auf dem Pferderücken
4. Stehen seitwärts mit Blickrichtung nach außen (statische Armposition)
5. Liegestütz rücklings, einbeinig

Druck: April 2010/Stand: Januar 2009

Voltigieren 149

IV.

2. Radbewegung vom Pferdehals auf den Pferderücken

Bewegungsbeschreibung	Minderung der Übungsqualität
<ul style="list-style-type: none"> – aus der Ausgangsposition fassen beide Hände auf die Griffe oder alternativ eine Hand auf einen Griff, die andere Hand auf das Pad – die Arme sind gestreckt <p>Radbewegung:</p> <ul style="list-style-type: none"> – das gestreckte Schwungrad wird über die Senkrechte nach hinten oben geschwungen – deutlich zeitversetzt folgt das gestreckte Stemmbein – der Körperschwerpunkt bewegt sich bei gestreckter Hüfte senkrecht über die Unterstützungspunkte (Hände) – die Hüftachse des Voltigierers ist am höchsten Punkt der Radbewegung parallel zur Längsachse des Pferdes <p>Landung:</p> <ul style="list-style-type: none"> – auf der Fußsohle des gestreckten Schwungradbeines – das Stemmbein kann in beliebiger Position aufgesetzt werden 	<ul style="list-style-type: none"> – Radbewegung nicht über der Senkrechten – Hüfte nicht gestreckt – Hüftachse entspricht nicht der Längsachse des Pferdes – Unterbrechung im Bewegungsfluss

Technikprogramm

152 Voltigieren

Druck: April 2010/Stand: Januar 2008

IV.

Technikprogramm

1. Felgaufsprung von innen zum Rückwärtssitz auf den Hals

Bewegungsbeschreibung	Minderung der Übungsqualität
<ul style="list-style-type: none"> – Hände umfassen den inneren Griff – beidbeiniger Absprung rückwärts, Hüft- und Schulterachse bleiben vom Absprung bis zur Landung auf dem Hals annähernd horizontal, d.h. parallel zur Schulterachse des Pferdes – kraftvoller Armzug und schnellkräftiges Beugen der Hüfte mit gestreckten Beinen – Aufwärtsverlagerung des Körperschwerpunktes über den Gurt (Büchhaltung) – verbunden mit einem Druck bzw. Schub der Arme wird die Hüfte gestreckt – durch die Impulsübertragung der Beine auf den Rumpf und Strecken der Arme gewinnt der Körperschwerpunkt maximale Höhe (über Handstützposition) – Abblücken und Einsitzen auf dem Hals unmittelbar vor dem Gurt 	<ul style="list-style-type: none"> – eine vertikal stehende Achse; diese führt zu einer Bewegung vermehrt über die Außenseite des Pferdes – mangelnde Bein Streckung/ Anhocken der Beine – mangelhafter Höhengewinn des Körperschwerpunktes – Landung nicht im korrekten Sitz, schief, oder mit dem äußeren Bein nicht vor dem Gurt (nicht an der Schulter des Pferdes)

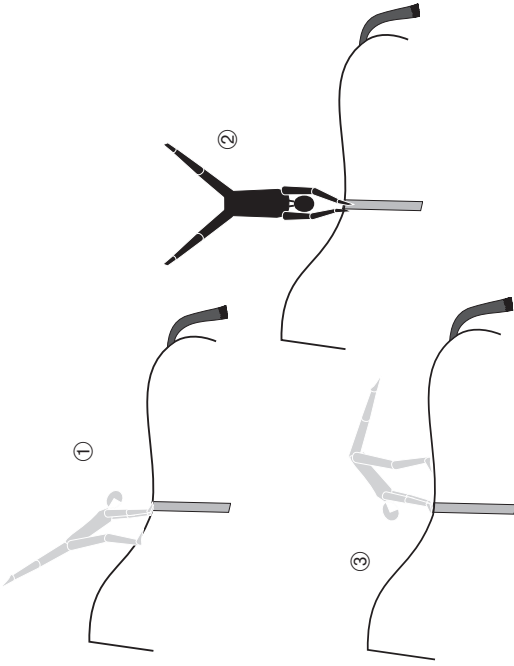
Technikprogramm

150 Voltigieren

Druck: April 2010/Stand: Januar 2008

IV.

Anforderungen an die unterschiedlichen Klassen



Radbeuge vom Pferdehals auf den Pferderücken

Hauptkriterien:

1. Koordination der Radbewegung
2. Höhe und Lage des Schwerpunktes

Richtwert 10,0:

Ohne Abweichungen von der Optimalform laut Bewegungsbeschreibung.

Richtwert 7,0:

Enge (hüftbreite) Beinführung im Verlauf der Radbewegung.

Richtwert 5,0:

Die Radbewegung erfolgt nicht über die Senkrechte (deutlich gebeugte Hüfte).

Abzüge:

Bis zu 2 Punkte:

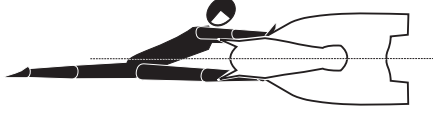
- Landung nicht auf einem Fuß
- Einbrechen auf den Unterarm
- harte, unkontrollierte Landung
- eine oder beide Hände greifen anders als vorgeschrieben

Druck: April 2010/Stand: April 2010

Voltigieren 153

IV.

Anforderungen an die unterschiedlichen Klassen



Standspagat gestützt, seitwärts auf dem Pferderücken

Hauptkriterien:

1. Bewegungsweite
2. Gleichgewicht

Richtwert 10,0:

Der Winkel zwischen den Beinen beträgt 180 Grad.

Richtwert 7,0:

Der Winkel zwischen den Beinen beträgt annähernd 150 Grad.

Richtwert 5,0:

Der Winkel zwischen den Beinen beträgt annähernd 90 Grad.

Abzüge:

Bis zu 2 Punkte:

- Stütz der Hände anders als vorgeschrieben

Druck: April 2010/Stand: April 2010

Voltigieren 155

IV. 4. Stehen seitwärts mit Blickrichtung nach außen (statische Armposition)

Bewegungsbeschreibung	Minderung der Übungsqualität
<ul style="list-style-type: none"> – beide Füße stehen hüftbreit quer zur Wirbelsäule des Pferdes hinter dem Gurt – die Fußsohlen sind gleichmäßig belastet – der Oberkörper ist bis zur Senkrechten aufgerichtet, der Blick geradeaus nach außen gerichtet – die Hüft- und Schulterachse verlaufen parallel zur Wirbelsäule des Pferdes – Fuß-, Knie- und Hüftgelenke absorbieren die Galoppade des Pferdes – die statische Haltung der Arme ist freigestellt – das Stehen sw muss vier Galoppsprünge gehalten werden: die Übung beginnt, wenn der Oberkörper die Senkrechte erreicht hat und sich die Arme in Ruheposition befinden – der Abbau ist freigestellt 	<ul style="list-style-type: none"> – ungleiche Gewichtsverteilung auf den Füßen – mangelhafte Aufrichtung – Gleichgewichtsverlust

Technikprogramm

156 Voltigieren

Druck: April 2010/Stand: Januar 2009

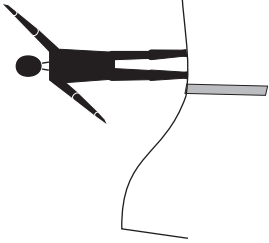
IV. 3. Standspagat gestützt, seitwärts auf dem Pferderücken

Bewegungsbeschreibung	Minderung der Übungsqualität
<p>Ausgangsposition:</p> <ul style="list-style-type: none"> – der Fuß des Standbeins steht quer zur Wirbelsäule des Pferdes – die Blickrichtung ist wahlweise nach innen oder außen gerichtet – eine Hand greift auf einen Griff, die andere Hand liegt flach auf dem Pad/Pferderücken auf <p>Standspagat:</p> <ul style="list-style-type: none"> – das gestreckte Spielbein wird bis zur Senkrechten nach hinten oben geführt – das Standbein ist gestreckt, der Körperschwerpunkt bleibt senkrecht über dem gleichmäßig belasteten Fuß – bei maximaler Bewegungsweite (180 Grad zwischen Standbein und Spielbein) bilden Kopf, Oberkörper und Spielbein eine annähernd gerade Linie – der Oberkörper befindet sich möglichst nahe am Standbein, der Kopf in Verlängerung der Wirbelsäule – die Schulterachse ist parallel zur Längsachse des Pferdes 	<ul style="list-style-type: none"> – der Fuß des Standbeins steht diagonal zur Wirbelsäule des Pferdes – die Hand liegt nicht durchgängig flach auf oder greift in das Pad – das Standbein ist nicht gestreckt, der Fuß nicht gleichmäßig belastet – mangelnde Bewegungsweite – Schulterachse verdreht

Technikprogramm

154 Voltigieren

Druck: April 2010/Stand: Januar 2008



Stehen seitwärts mit Blickrichtung nach außen
(statische Armposition)

Hauptkriterien:

1. Gleichgewicht
2. Haltung

Richtwert 10,0:

Erfüllung aller Technik- und Formvorschriften bei zügigem Auf- und Abbau.

Richtwert 7,0:

Zögerlicher Auf- und Abbau, Endposition leicht hinter oder vor der Senkrechten.

Richtwert 5,0:

Oberkörperaufrichtung bei max. 45 Grad.

Abzüge:

- Bis zu 1 Punkt:**
- kurzeitiges Abheben der Fersen oder des Vorderfußes
 - zu breite Fußstellung
 - Ausgleichsbewegung mit einem Bein

Bis zu 2 Punkte:

- durchgängig unruhiges Stehen
- durchgängig einseitige Gewichtsverteilung auf den Füßen
- Füße in Schrittstellung

2 Punkte:

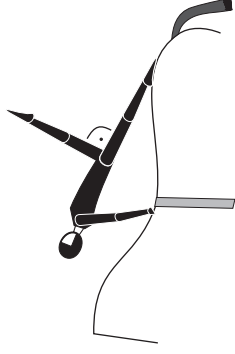
- Arme nicht in statischer Haltung

IV. Anforderungen an die unterschiedlichen Klassen

Technikprogramm

IV. Anforderungen an die unterschiedlichen Klassen

Technikprogramm



Liegestütz rücklings, einbeinig

Hauptkriterien:

1. Ganzkörperstertension
2. Gleichgewicht

Richtwert 10,0:

Erfüllung aller Technik- und Formvorschriften bei zügigem Auf- und Abbau.

Richtwert 7,0:

Gerade Körperachse, der Winkel zwischen Körper und Spielbein beträgt mehr bzw. weniger als 90 Grad.

Richtwert 5,0:

Die Körperlängsachse ist unterbrochen. Arme sind gestreckt.

Abzüge:

2 Punkte:

- Stütz der Hände anders als vorgeschrieben
- Abweichungen von der Waagerechten in der Hüftquerachse
- Stützbein verrutscht/labial

Bewertung:

Jedes Technikelement erhält eine Note (analog Pflichtbewertung).

Gestaltung: max. 10,0 Punkte

Ausführung: max. 10,0 Punkte

IV. 7. Doppelvoltigieren

Die erlaubte Höchstzeit beträgt 2 Minuten.
Die 15 schwersten Übungssteile zählen für den Wert der Schwierigkeit S 0, 7/M 0,3.

Wird die Mindestzahl von 10 bewertbaren Übungssteilen (S/M/L) nicht erreicht, wird als Gesamtnote die Wertnote 0 gegeben.

Bewertung:
Schwierigkeit: max. 10,0 Punkte
Ausführung: max. 10,0 Punkte
Gestaltung: max. 10,0 Punkte

Doppelvoltigieren

160 Voltigieren

Druck: April 2010/Stand: Januar 2008

IV. 5. Liegestütz rücklings, einbeinig

Bewegungsbeschreibung	Minderung der Übungsqualität
<ul style="list-style-type: none"> - beidarmiger Stütz mit den Händen auf den Griffen - ein Bein liegt auf der Kruppe auf - der Körper bildet vom Kopf bis zum Fuß des abgelegten Beines eine gerade Linie - das andere Bein (Spielbein) wird gestreckt im rechten Winkel zum Körper gehalten - diese Position muss vier Galoppstrünge gehalten werden - der Abbau ist freigestellt 	<ul style="list-style-type: none"> - Arme nicht gestreckt - Hüfte nicht gestreckt oder überstreckt - Abspreizen des Beines unter bzw. über 90 Grad

Technikprogramm

158 Voltigieren

Druck: April 2010/Stand: Januar 2009