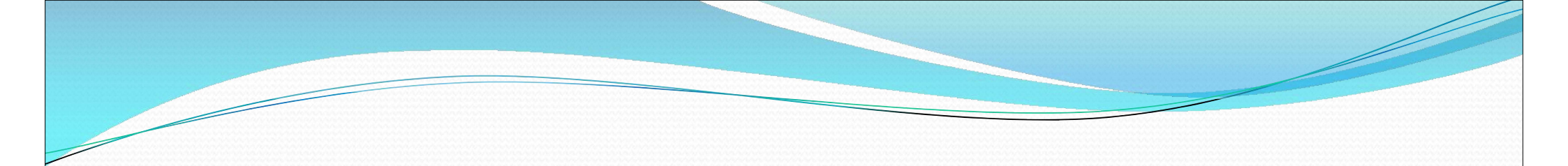


Trainerjahrestagung Vultigieren 2025

Die Pflicht in Harmonie mit dem Pferd

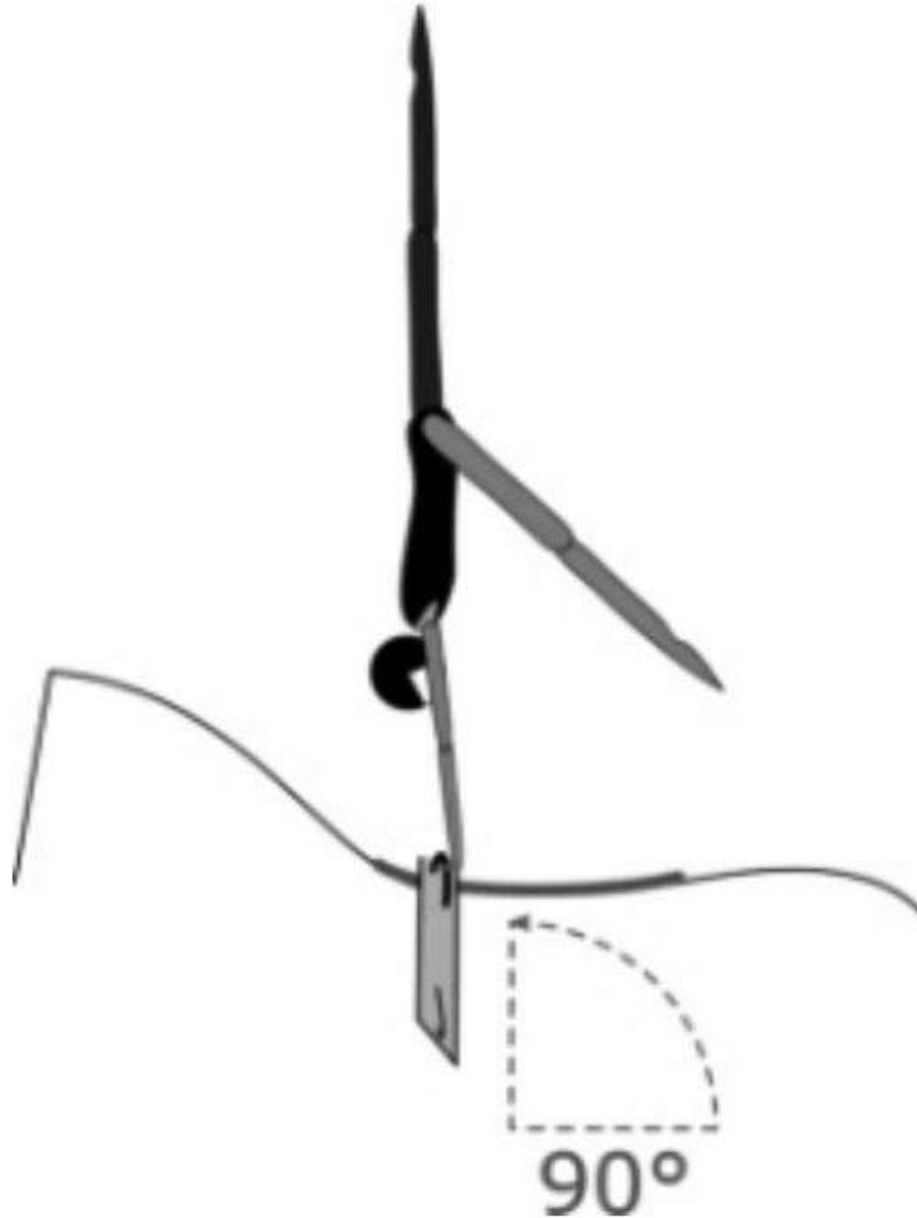
Rücksichtnahme aufs Pferd

- In der Artistiknote gibt es ja eine eigene Note für die Rücksichtnahme aufs Pferd
- In der Pflicht ist es genau so wichtig, Rücksicht auf das Pferd zu nehmen, dies fließt bei jeder Pflichtübung in die einzelnen Noten ein.
- Bei jeder Übungserklärung im Reglement steht eigentlich in Harmonie mit dem Pferd an erster Stelle
- Unter diesem Aspekt habe ich die Pflicht noch einmal ganz genau durchgesehen und versucht, Störfaktoren zu finden und zu überlegen, was man besser machen kann.

- 
- Jeder Longenführer merkt ganz genau, wenn ein Voltigierer das Pferd stört.
 - Durch die Longe kommen z.B. harte Landungen bis zur Hand durch.
 - Wir werden nun alle Pflichtübungen miteinander durchgehen und übliche Fehler in der Bewegungsausführung besprechen.
 - Leider habe ich nicht zu allen Pflichtübungen Videos am Pferd, aber auch am Movie kann man Fehler erkennen, die das Pferd stören können.

- Natürlich gibt es auch Fehler, die das Pferd nicht stören, auch diese werden hier beleuchtet.
- Prinzipiell muss man zwischen Ausführungsfehler, fehlender Bewegungsweite und Technikfehler unterscheiden.
- Meist beeinflussen die Technikfehler das Pferd am meisten.
- Bei meinen Videoanalysen habe ich eine interessante Sache entdeckt, die mir bis dato nicht bewusst war. Ich bin immer davon ausgegangen, dass es sehr unterschiedliche Pferde mit unterschiedlich langen Galoppsprüngen gibt. Also langsam galoppierende und sehr schnell galoppierende Pferde. Bei mindestens 10 verschiedenen Pferden habe ich immer zwischen 64-68 Hundertstel Sek. pro Galoppsprung gemessen. Also minimaler Unterschied.

Der Aufgang



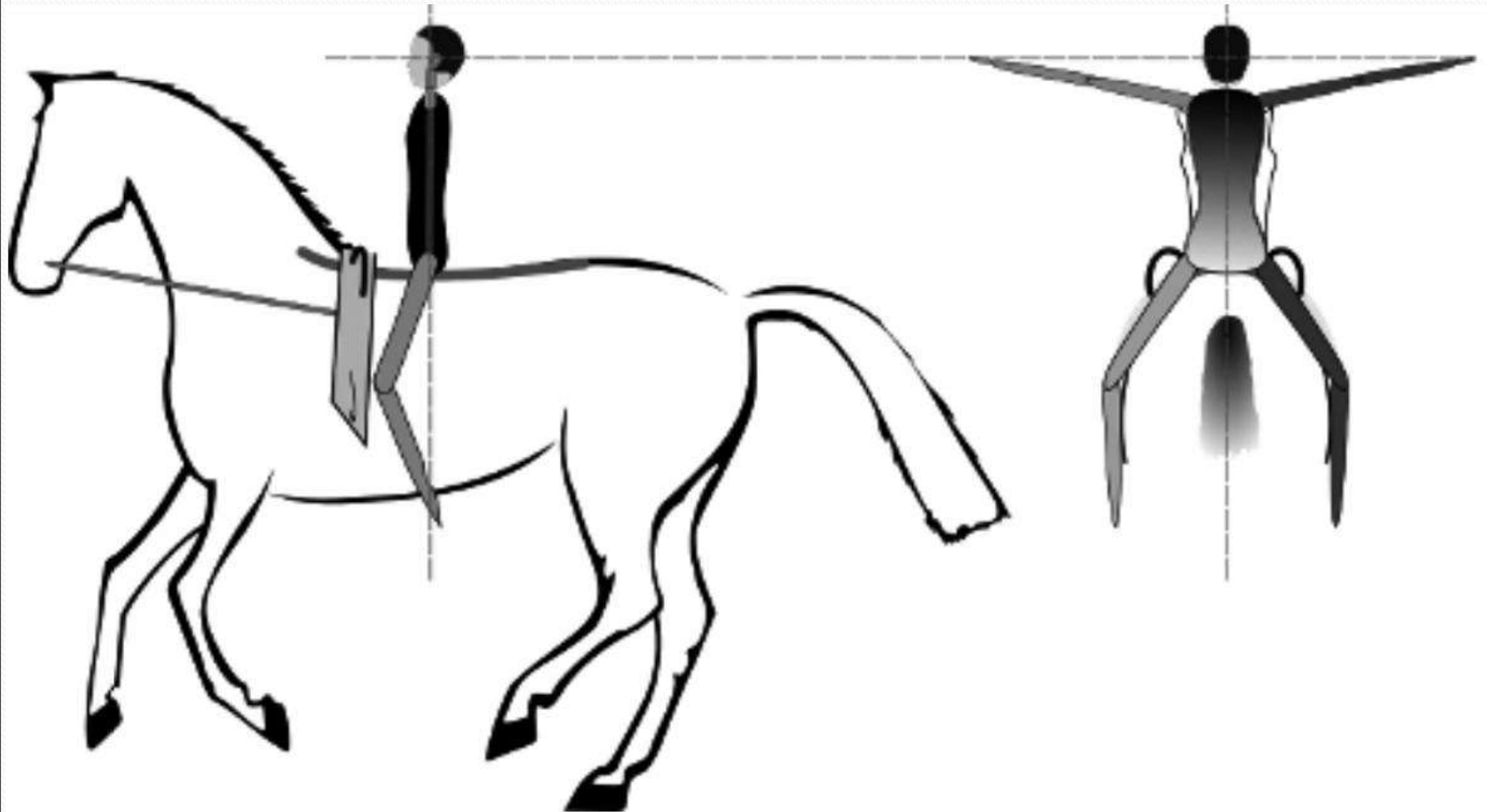
Der Aufgang

- Absprung mit leichter Rückenlage
- Ob tiefe Hocke oder vorw. Aus Fußgelenken je nach Voltigierer
- Kräftiger Armzug während der Aufwärtsbewegung des Pferdes (das Pferd zieht einen mit)
- Sobald der Kopf über Griffhöhe umstellen auf drücken (Muscle-up) und Hüftbeugung links
- Aufgang ist eine Rotation um die Querachse (Salto)
- im 1. Galoppsprung kann man Hüfthöhe machen (64 Hundertstel) dann kommt Stützphase mit Höhengewinn 2. Galoppsprung
- Weiches Einsitzen nur möglich wenn der KSP fast über Gurt ist

Der Aufgang

- Mögliche Störungen des Pferdes
 - Nicht im gleichen Rhythmus mitlaufen
 - Armzug kommt seitlich (einige Herren außen greifen)
 - Zuwenig Armzugkraft, langes dranhängen seitlich
 - Stark ausgedrehte Hüfte (klammern oder schleudern des Schwungbeines)
 - Fehlende Bauchspannung (Landung zu weit hinten)
 - Bei höheren Aufgängen KSP nicht weit genug über dem Gurt (harte Landung)
 - Kopf geht nach außen (Hüfte wird geblockt)
 - Bei hohen Aufgängen rechtes Bein zieht nach außen (harte Landung außen)
- Sonstige Fehler
 - In Schrittstellung abspringen
 - Fehlende Beinstreckung
 - Aufsetzen der Fußspitzen bei Bücke und Abstoßen

Der Grundsitz



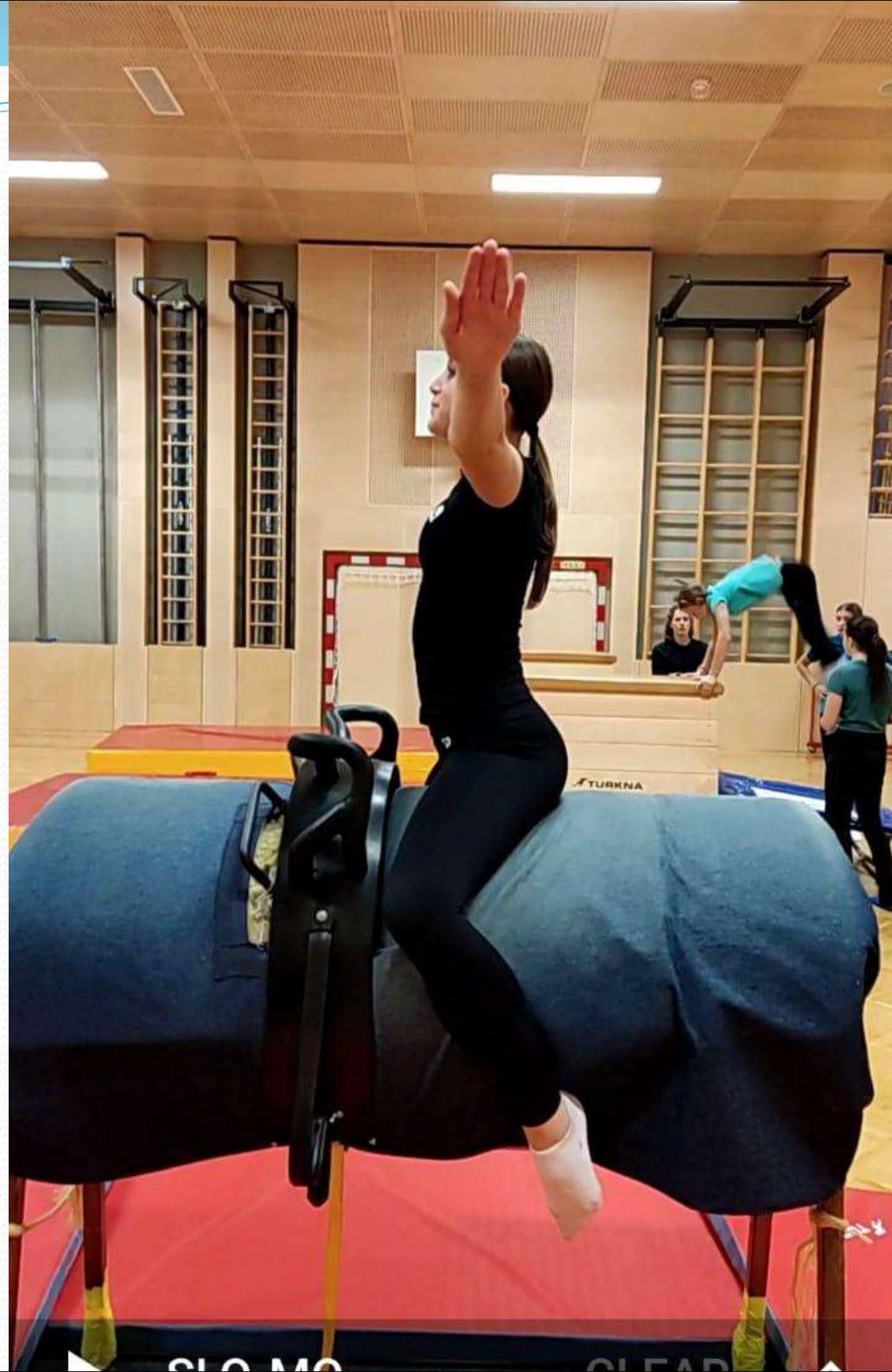
Der Grundsitz

- Aufrechter Sitz mit geradem Rücken
- Passiver Sitz, nur in der Bewegung mitgehen
- Fingerspitzen auf Augenhöhe, Arme eine Linie
- Gedachte Linie durch Kopf, Rumpf, Hüfte und Fußsohlen
- Knie so tief wie anatomisch möglich (Haflinger kleiner Voltigierer)
- Lotrechter Sitz

Der Grundsitz

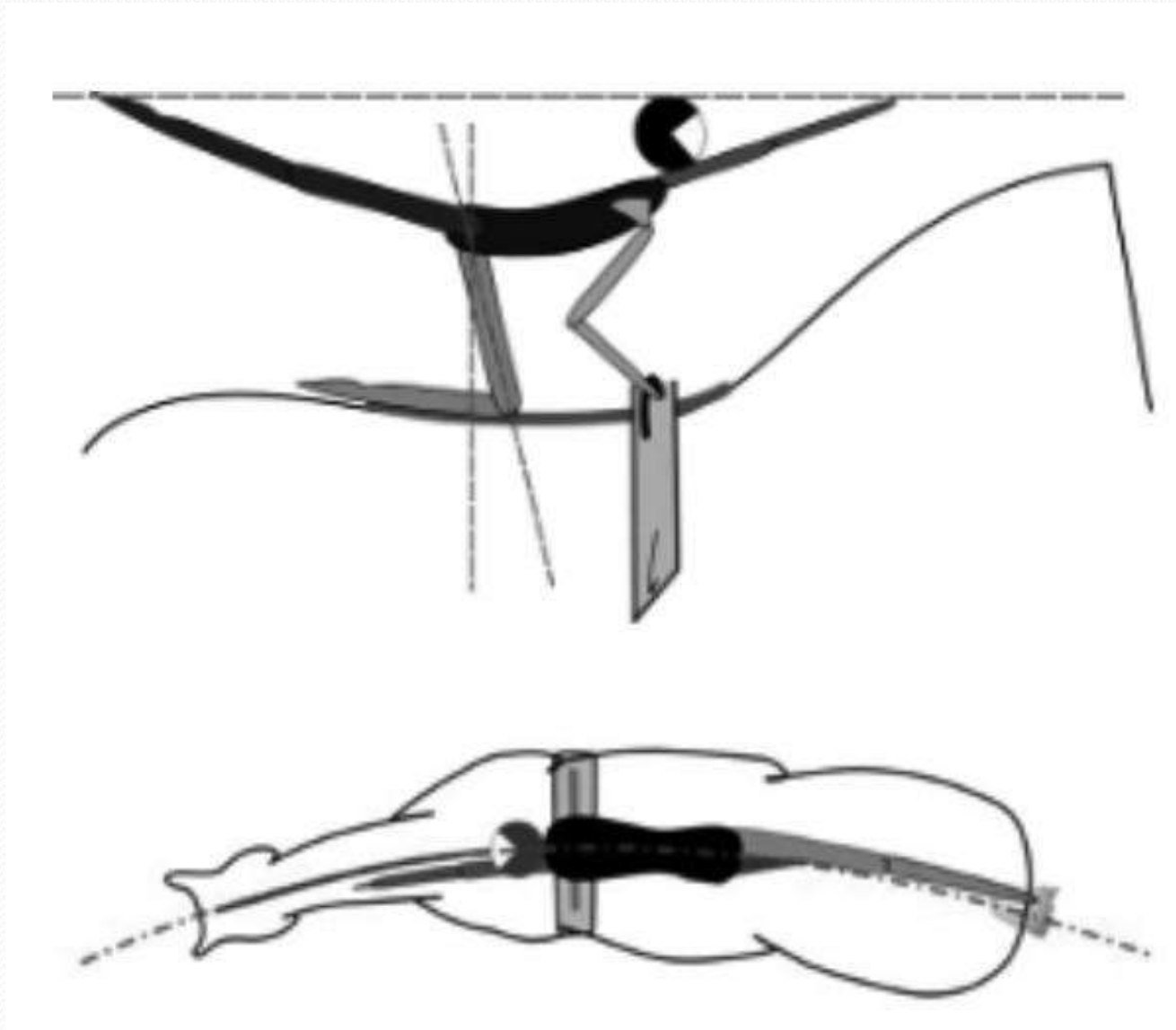
- Fehler die das Pferd stören können
 - Stark treibender Sitz
 - Klammern
 - Unterschenkel zu weit hinten
 - Becken fest machen
 - Schiefer Sitz (meist Becken zu weit außen, inneres Bein klammert)
 - Anspannen der Gesäßmuskulatur
- Sonstige typische Fehler
 - Spaltsitz, Stuhlsitz
 - Überstreckte Ellbogen
 - Handflächen nicht in Linie
 - Unterschenkel zu weit vorne, hinten
 - Knie offen, Fersen schauen zum Pferd
 - Oberkörper verdreht







Die Fahne



Die Fahne

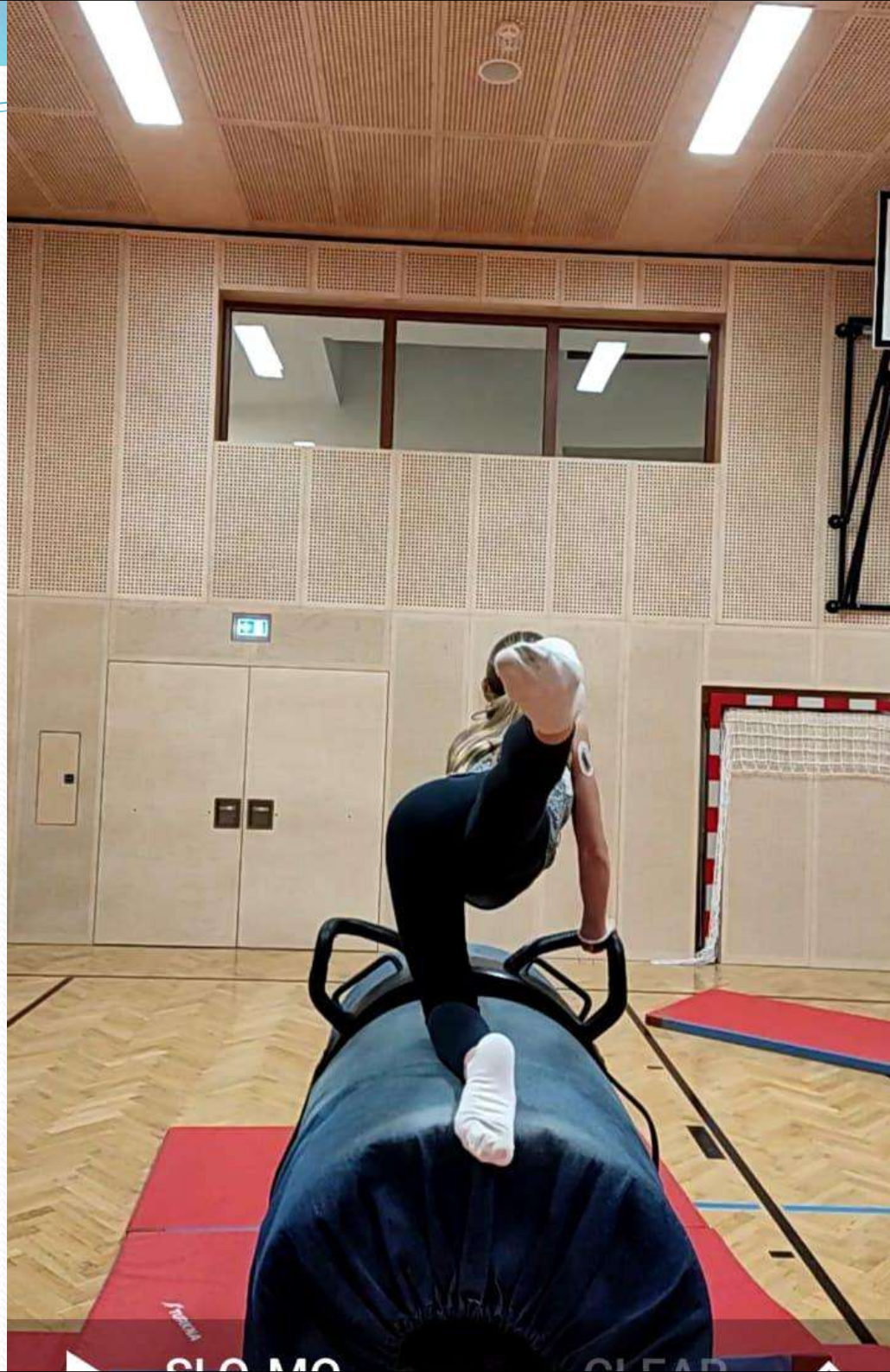
- Vom Sitz aufbauen zum Knien in einer fließenden Bewegung
- Linkes Bein vom Knie bis Rist gleichmäßige Druckverteilung und permanenter Kontakt in der Galoppbewegung
- Schultern parallel über den Griffen, Bankstellung fast waagrecht, vorne darf man etwas höher sein.
- Arm und Bein gleichzeitig nach vorne bzw. hinten strecken, Bankposition verändert sich nicht
- Durchgehende gleichmäßig gebogene Linie von Fingerspitzen bis Fußspitzen genau über dem Pferd und auf Scheitelhöhe
- Mit dem Knie und Hüftgelenk sowie dem rechten Ellbogen die Galoppbewegung ausgleichen

Die Fahne

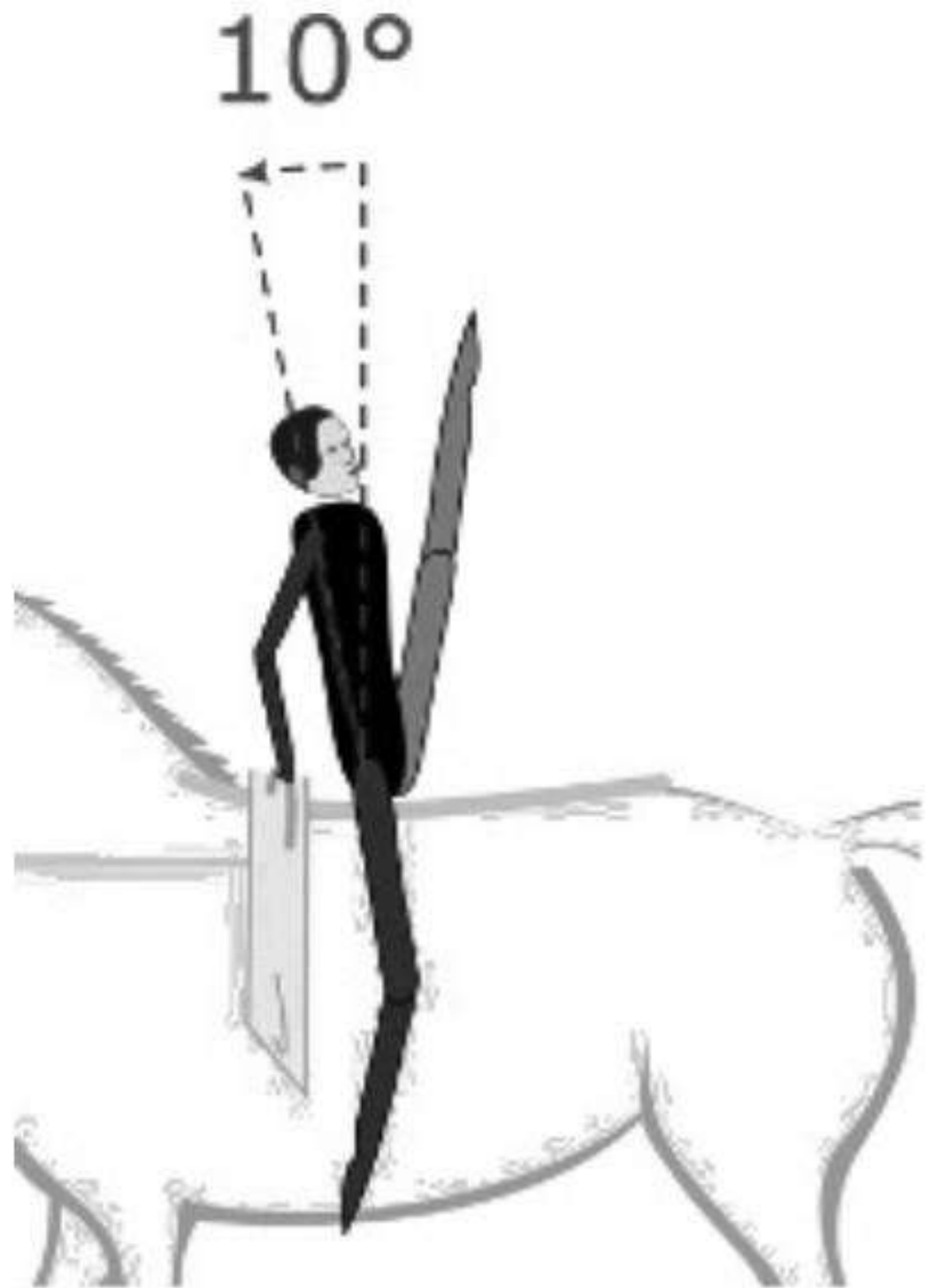
- Fehler die das Pferd beeinflussen können
 - Hartes Aufknien oder Einsitzen
 - Knie direkt auf der Wirbelsäule
 - Zu weit hinten knien bei empfindlichen Pferden
 - Zusammenbruch einer Fahne aufs Pferd
- Sonstige typische Fehler
 - Unterschenkel liegt nicht komplett auf
 - Hüfte ausgedreht
 - Linker Arm wird nach vorne gezogen (Hüfte)
 - Stützarm ist fest, federt nicht ab (Schulter zu hoch)
 - Bein zu weit draußen
 - Vorwiegend kleinere Voltigierer Oberkörper zu weit außen
 - Linke Hüfte kippt nach innen
 - Knie rutscht nach innen ab
 - Starkes Wippen von Arm und Fuß
 - Innere Schulter zu tief oder deutliche Unterbrechung der Linie in der Schulter
 - Kopf zu wenig frei getragen







Die Mühle



Die Mühle

- Aufrechter Sitz
- Bein wird in einem großem Bogen vor dem Körper vorbeigeführt.
- Der Oberkörper dreht mit dem Bein in der Abwärtsbewegung $\frac{1}{4}$ Drehung mit
- Innen und Außensitz mit geschlossenen Beinen und auf beiden Gesäßknochen
- Die Beinführung soll eine Bewegung ohne Unterbrechungen in Tempo und Höhe sein
- Schultern und Hüfte eine Linie Blick gerade aus
- Jeder Takt dauert 4 Galoppsprünge

Die Mühle

- Fehler die das Pferd beeinflussen können
 - Sitzfehler, wenn der KSP nicht über dem Pferd ist
 - Klammern der Beine
 - Fest machen im Becken
 - Innen-Außen- Rückwärtssitz Beine zu weit hinten
 - Ruckartiges Ziehen am Gurt
- Sonstige typische Fehler
 - Rundrücken
 - Zu viel Rückenlage
 - Hüfte dreht aus beim Beinschlag
 - Innen- Außensitz Beine offen
 - Passives Knie hochgezogen
 - Oberkörper als Gegenpendel zum Fuß
 - Beinführung mit deutlichen Unterbrechungen der Bewegung



SLO MO

CLEAR

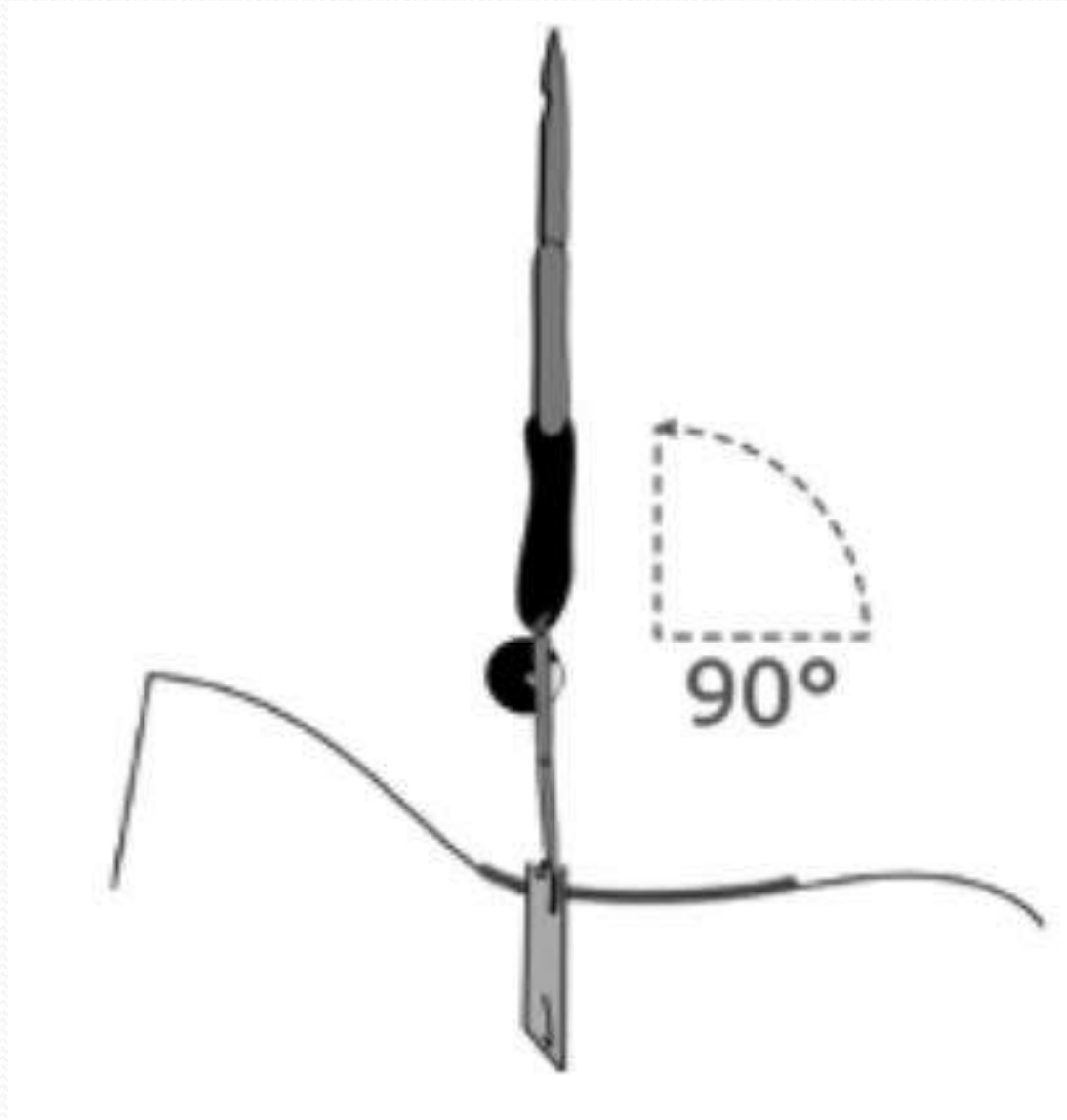




SLO MO

CLEAR

Das Hochschwingen



Das Hochschwingen

- Aufrechter Sitz
- Ausholbewegung mit den Beinen nach vorne
- Absenken und Hüfte nach vor Richtung Gurt
- Beschleunigen der Beine nach hinten, Hüfte öffnet sich
- Bauch drückt am tiefsten Punkt des Galopps auf den Gurt
- Wippbewegung während das Pferd sich vorne hebt
- Abdruck und Körperspannung, Rücken zieht, Bauch spannt gegen KSP bleibt die ganze Zeit über dem Gurt
- Arme strecken sich durch und danach Schultern im 45 Grad Winkel nach oben bis sie genau über dem Gurt sind.
- Körper eine Linie lotrecht über den Griffen Blickrichtung zum Gurt

Das Hochschwingen

- Fehler die das Pferd beeinflussen können
 - Gegen die Bewegung
 - Anziehen an den Griffen um zu beschleunigen
 - Hinlegen erfolgt nicht in Überstreckung, Schulter schlägt am Pferd an
 - Zu früh drücken (Pferd wird angeschoben)
 - Einbrechen der Arme, man fällt auf den Pferdehals
 - Abgebogene Knie stoßartig strecken
 - KSP kommt nicht über den Gurt
- Sonstige Fehler
 - Starkes abbiegen der Knie beim Hinlegen
 - Beim Ausholen deutliche Rückenlage
 - Zu frühes Hinlegen
 - Fehlende Bauchspannung (Hohlkreuz)
 - Fehlende Armstreckung
 - Fehlende Höhe

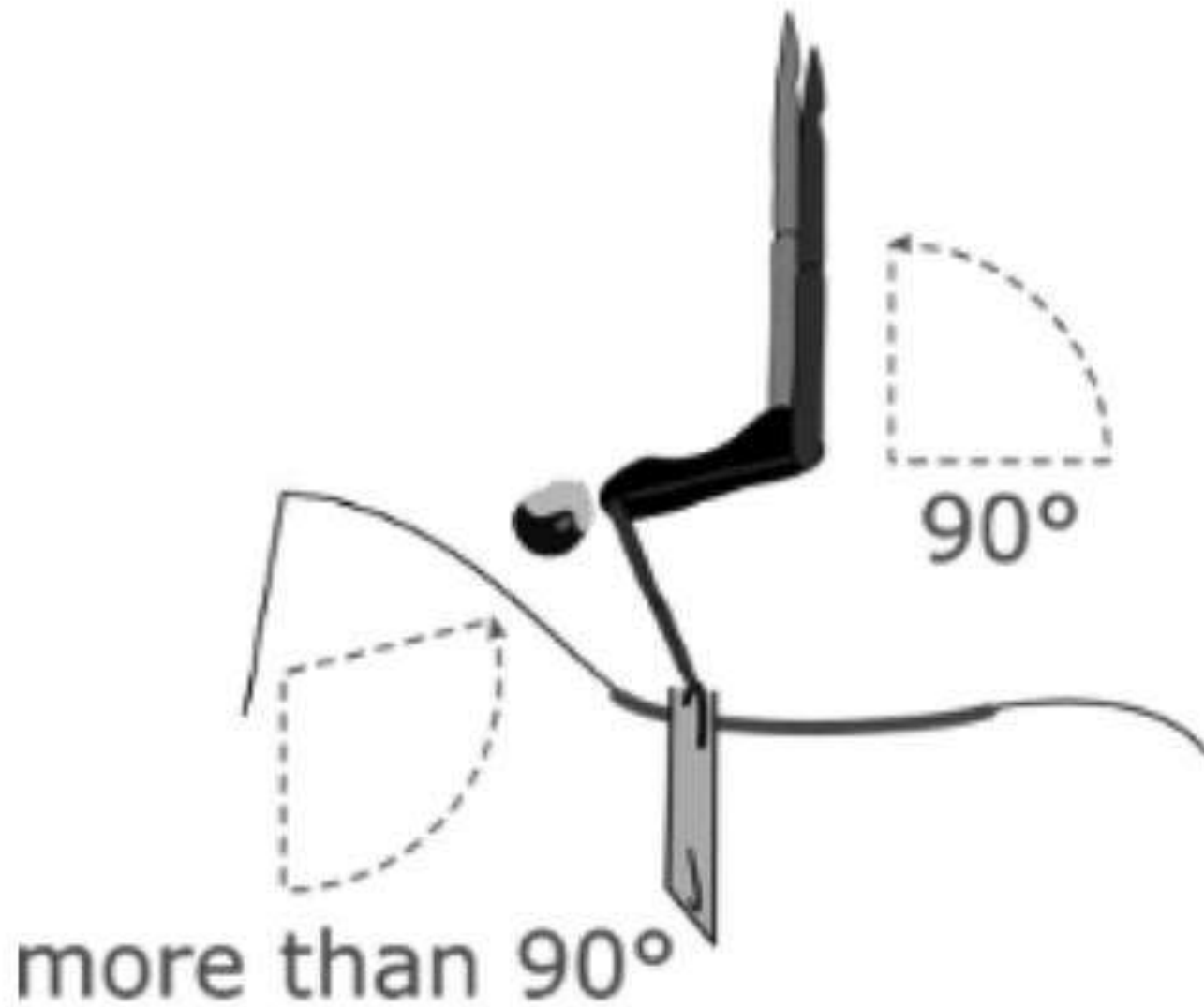
Die Schere 1.Teil

- Selbe Ausholbewegung und Abdruckphase wie hochschwingen
- In der Aufwärtsbewegung letztes Drittel Hüftdrehung beginnen
- Rechte Hüfte und rechtes Bein zieht nach innen oben über den Innengriff
- Schrittbewegung
- Hüfte ist am höchsten Punkt mind. 60 Grad gedreht
- Schultern so wenig wie möglich mitdrehen, da sonst die Abwärtsbewegung ohne zurückdrehen oder knicken nicht möglich ist
- Absenken des gestreckten gedrehten Körpers mit deutlich Schulter vor u. gestreckten Armen
- In der Abwärtsbewegung Hüfte weiter drehen, rechtes Bein zieht nach hinten innen
- Einsitzen mind. 90 Grad gedreht, besser noch mehr

Die Schere 1. Teil

- Fehler die das Pferd beeinflussen
 - Linkes Bein ist zu aktiv und schwingt nach außen
 - KSP ist dadurch neben dem Pferd
 - Zu starkes Mitdrehen der Schultern, das Abbremsen mit gestrecktem Körper ist nicht mehr möglich
 - KSP ist deutlich hinter dem Gurt (harte Landung)
 - Das rechte Bein ist deutlich tiefer in der Schere und trifft als erstes den Pferderücken
- Sonstige Fehler
 - Starkes Abknicken in der Hüfte
 - Zu wenig oder zu späte Drehung
 - Propeller

Die Schere 2.Teil



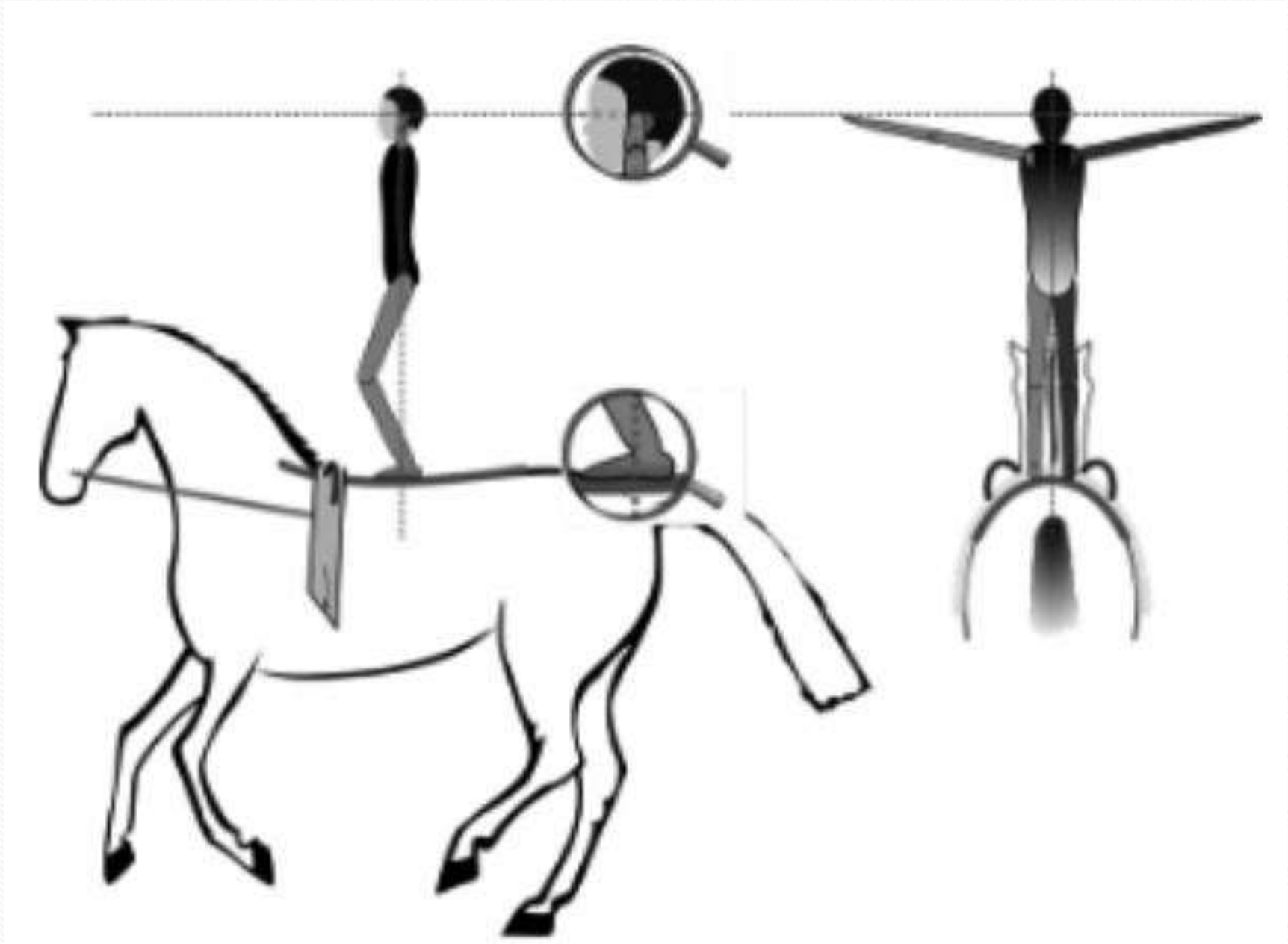
Die Schere 2.Teil

- Aus dem RW Sitz ausholen (Bogenspannung) tief ins Pferd, Oberkörper kann zum zusätzlichen Schwungholen weg vom Gurt
- Oberkörper deutlich über den Gurt und mit der Gesäßmuskulatur von der Gurtkante wegdrücken (ähnlich wie vorwärts)
- Hüfte geht von der Gurtkante idealerweise 45 Grad nach hinten oben, Beine gehen in die Senkrechte
- In der Aufwärtsbewegung beginnt die Hüftdrehung und Streckung bis zum höchstmöglichen Punkt. Zu dieser Zeit schieben die Arme max weg vom Gurt und die Hüfte ist am höchsten Punkt fast gestreckt
- In der Abwärtsbewegung zieht das linke Bein nach hinten leicht innen und die Arme geben nach.
- Kurz vor dem Einsitzen noch einmal deutlich die linke Hüfte Richtung Gurt schieben, dass das VW Einsitzen weich und geschmeidig gelingt.

Die Schere 2.Teil

- Fehler die das Pferd beeinflussen
 - Ruckartiges Anziehen der Arme nach der Bogenspannung
 - Hüftknick links (dadurch Hüfte neben Pferd und seitliche Landung)
 - Zuviel Gewicht am Außenarm
 - Deutliches Fallen lassen des rechten Beins
 - Extremes nach hinten schieben während der Abwärtsbewegung (peitschen)
 - Unvollständige Drehung bei der Landung
 - Auf dem Hals zusammenbrechen
 - Gegen die Bewegung schwungholen
- Sonstige Fehler
 - Mit den Armen nach unten drücken statt nach hinten
 - Ohne Gurtkante Abdruck vom Pferderücken
 - Zu spätes Drehen in der Abwärtsbewegung

Das Stehen



Das Stehen

- Aus dem VW Sitz aufschwingen in die Bank
- Von der Bank beidbeinig hochspringen zur Hocke
- Beide Fußsohlen gleichmäßig belasten und flüssig von der Hocke zum Stehen (KSP bleibt immer über beiden Fußsohlen)
- Arme seitlich, Fingerspitzen auf Augenhöhe
- Die Galoppbewegung wird von Fußgelenk, Knie und Hüftgelenk absorbiert.
- Mind. 4 Galoppsprünge ruhig stehen
- Wieder flüssig abbauen zu den Griffen, weich und geschmeidig einsitzen

Das Stehen

- Fehler die das Pferd beeinflussen
 - Hartes Aufknien
 - Vom Knien zur Hocke ohne KSP über Griffe
 - Beim Stehen beeinflusst der Voltigierer mit den Fußsohlen das Pferd ähnlich den Gewichtshilfen beim Reiten.
 - Nur am Vorderfuß stehen bremst das Pferd, auf den Fersen treibt das Pferd
 - Plötzliche Schritte und Gewichtsverlagerung nach hinten kann ein empfindliches Pferd auch antreiben
 - Hartes Einsitzen nach dem Stehen
 - Beine federn den Galoppsprung gar nicht ab
- Sonstige Fehler
 - Galoppbewegung wird zu wenig absorbiert
 - Oberkörper richtet sich nicht vollständig auf (Hüfte nach hinten raus)
 - Breitspuriges Stehen (Unterstützungsfläche vergrößern)
 - Rudern mit den Armen
 - Arme zu hoch / tief / zu weit vorne / hinten
 - Hohlkreuz oder Brustwirbelsäule überstreckt



SLO-MO

CLEAR



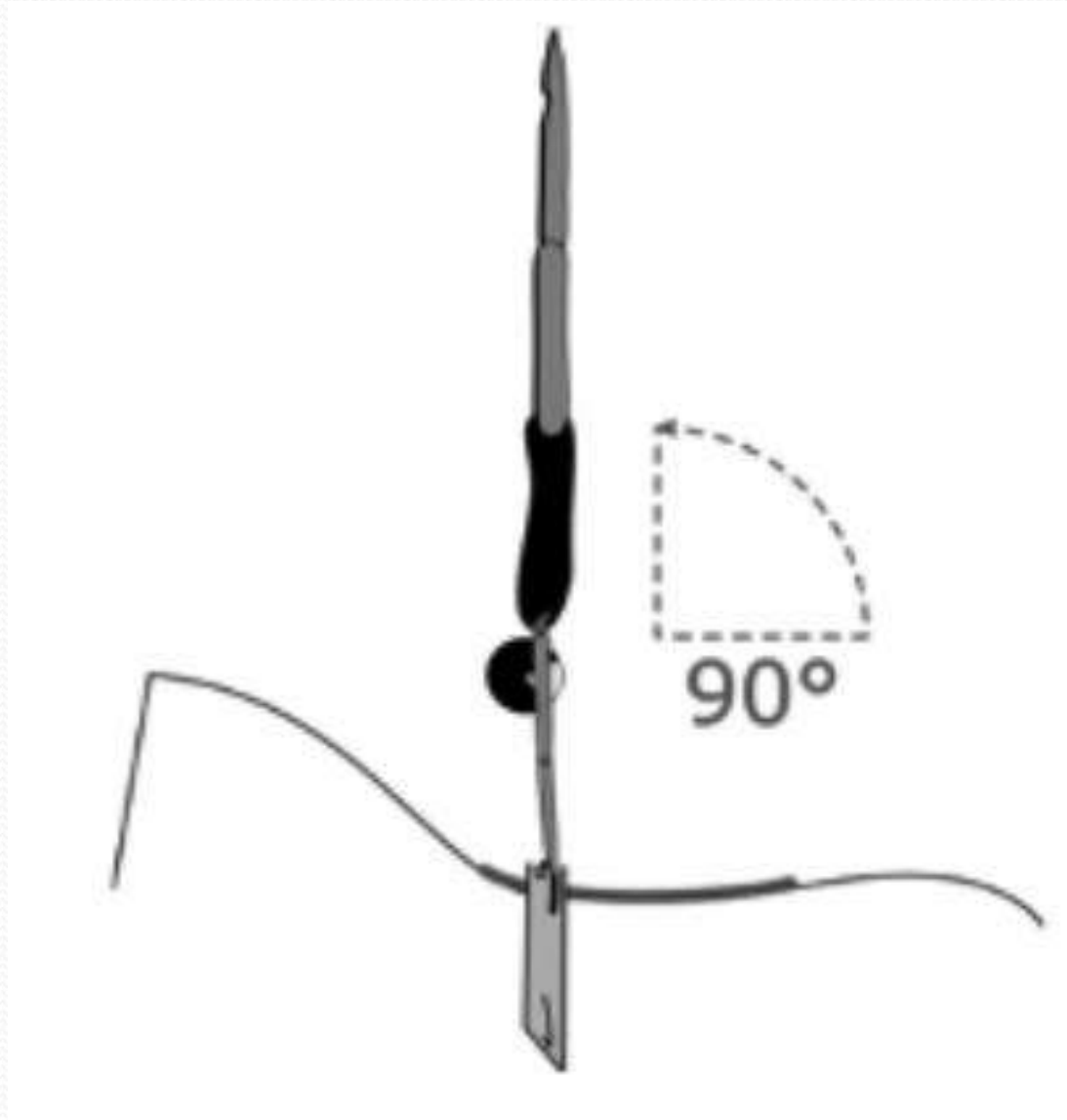


SLO-MO

CLEAR



Die Flanke



Die Flanke

- Die Aufwärtsbewegung ist genau wie beim Hochschwingen
- Am höchsten Punkt versucht man aus den Schultern noch etwas Hüfthöhe zu gewinnen und gleichzeitig die Hüfte deutlich zu knicken
- Die Beine werden abgesenkt bis die Zehenspitzen fast auf Pferderückenhöhe sind und dann mit den Schultern deutlich nach vorne gehen.
- Der Hüftwinkel muss dabei wieder leicht geöffnet werden, der KSP bleibt die ganze Zeit über dem Gurt.
- Die Beine werden innen entlang dem Pferdekörper senkrecht Richtung Boden gebracht und kurz bevor die Hüfte das Pferd berührt mit einer leichten Drehung zum Innensitz gebracht.

Die Flanke

- Fehler die das Pferd beeinflussen
 - Beine werden ohne aktiven Hüftknick nach unten gebracht (KSP hinter dem Gurt)
 - Schultern gehen zu wenig nach vorne
 - Schultern gehen zu früh nach vorne (Zusammenbruch)
 - Am höchsten Punkt bei Hüftknick ist die Hüfte bereits nach innen gedreht (Beine kommen von der Seite ans Pferd)
 - Fehlendes Öffnen des Hüftwinkels beim Einsitzen
 - Dadurch entstehen harte Landungen
- Sonstige Fehler
 - Arme sind nicht durchgestreckt
 - Zu wenig Hüftknick
 - Einsitzen ist nicht eine Bewegung



Vielen Dank für die
Aufmerksamkeit!