

# Ferienfreizeit Voltigieren

mit Abzeichenprüfung  
Montag 01. bis Samstag 06. Juli 2019  
auf dem Bliesbergerhof/Limbach  
Pferdesportgemeinschaft Voltigieren e.V.

Voltigieren ist in erster Linie eine Sportart, bei welcher der Partner Pferd eine große Rolle spielt. Du turnst auf einem im Kreis laufenden Pferd alleine oder mit bis zu 2 anderen Voltigierern. Das kann im Schritt oder im Galopp ausgeführt werden.

## **Warum ist Voltigieren gut für Körper und Seele?**

Voltigieren bewegt und trainiert den ganzen Körper, Muskeln werden gedehnt und gestärkt. Balance und Bewegungsempfinden werden gefördert, wodurch die Koordinations- und Haltungsmängel unserer bewegungsarmen Umwelt verbessert werden.

## **Kinder mit Pferden stark machen!**

Die Arbeit mit dem Pferd und in der Gruppe stärkt das Verantwortungsgefühl und fördert das Sozialverhalten. Voltigieren bietet insbesondere auch einen Ausgleich für Kinder in schwierigen Lebenssituationen, wie Scheidung, Schulstress, Medienüberreizung und eingeschränkte Bewegungsräume.

## **Was machen wir in der Freizeit:**

- täglich voltigieren auf dem Pferd
- Training am Boden, Turnpferd und Movie
- Theorie in Alters gemäßen Gruppen
- Pferdepflege, Pferdewissen
- Materialpflege
- Spiele
- gemeinsames Mittagessen
- Samstags eine Abschlussvorführung
- Abzeichenprüfung auf Wunsch

