



Voltigierbeirat des Landesverbandes Pferdesport Berlin-Brandenburg e.V.

Passenheimer Str. 30 - 14053 Berlin - Tel.: (030) 300 922-0
E-mail: fachbeirat@voltigieren-bb.de

4. November 2023

An alle
Mitglieder des U16-Talentpools Voltigieren 2023/24

Einladung zum U16-Talentpool Voltigieren am 10. Dezember 2023

Ort: Sporthalle der Grundschule Fichtenwalde;
Friedrich-Engels-Strasse 92 in 14547 Beelitz OT Fichtenwalde

Referenten/Themen:

Ulrike Bodammer (Infos siehe unten): Bodenakrobatik
Jasmin Gipperich (Landestrainerin): „Standardübungen“ zielführend ausführen

Lehrgangsleitung: Jasmin Gipperich

Kosten: 12 Euro pro Trainer*in; 22 Euro pro Voltigiererin
Die Gebühr ist **bis zum 30.11.23** an unten stehenden Konto zu entrichten.
Verwendungszweck: „U16-LG Volti 10.12.23 + Name“

Infos/Anmeldung: Die Teilnahme ist für Mitglieder des U16-Talentpools 2023/24 erwünscht, aber nicht verpflichtend. Eine **verbindliche** Anmeldung ist **erforderlich**.
Anmeldungen bitte **bis spätestens 30.11.23** per E-Mail an
jasmin.gipperich@gmail.com.

Hospitation; LE: Für **aktiv** teilnehmende, lizenzierte Trainer*innen werden 3 Lerneinheiten im Profil 1 anerkannt.
Weitere interessierte Ausbilder*innen haben die Möglichkeit, gegen eine Gebühr von **15 Euro als Hospitant** teilzunehmen. Für lizenzierte Trainer*innen (die **NICHT aktive** teilnehmen!), werden 3 Lerneinheiten im Profil 3 anerkannt.
Nennungen für Hospitanten bitte **bis zum 05.12.23** an
jasmin.gipperich@gmail.com. Die Gebühr von 15 Euro ist **ebenfalls bis zum 05.12.23** an unten stehenden Konto zu entrichten.
Verwendungszweck: „Hospitant-U16-LG Volti 10.12.23 + Name“

Konto: Landesverband Pferdesport Berlin-Brandenburg e.V.,
Bank: Sparkasse Spree-Neiße, IBAN DE 68 1805 0000 3212 1007 60

Voraussichtlicher Ablauf (Änderungen vorbehalten):

Samstag, 10.12.23:

Gruppe 2 (Jg. 2014-2016)

9:30-10:00	Allgemeine Erwärmung für Trainer*innen & Voltigierer*innen (Jasmin)
10:00-12:00	Bodenakrobatik (Ulrike)
12:00-12:30	PAUSE
12:30-13:30	„Standardübungen“ zielführend ausführen (Jasmin)

Gruppe 1 (Jg. 2008-2013)

10:45-11:15	Allgemeine Erwärmung für Trainer*innen & Voltigierer*innen (Jasmin)
11:15-12:15	„Standardübungen“ zielführend ausführen (Jasmin)
12:15-12:30	PAUSE
12:30-14:30	Bodenakrobatik (Ulrike)

Weitere Infos zum Lehrgang:

Ulrike Bodammer:

- Diplomabschluss von der renommierten Zirkushochschule "Ecole Superieur des Arts du Cirque" in Brüssel im Jahr 1999; Schwerpunkt in Hauptdisziplin Partnerakrobatik (acro-porté-main à main)
- Seit 2021 tätig als Akrobatik-Trainerin für den RV Integration in Bernau (Trainerausbildung, wöchentliche Betreuung Bundeskadernachwuchs Voltigieren)

Bodenakrobatik:

In dem Lehrgang mit Ulrike liegt der **Fokus** auf Übungen und Techniken, die die **Grundlagen für Akrobatik und Kontrolle im Voltigiersport** bilden. Die inhaltlichen Ziele sind die Prüfung und Erweiterung der fundamentalen Grundlagen sowie die Gewährleistung der korrekten Ausführung von Körperachsen und Linien, die für die sichere Umsetzung von Hebelwirkungen und präzisiertem Timing entscheidend sind, wie zum Beispiel im Handstand, dynamischer Akrobatik und Partnerakrobatik.

Speziell für die Trainer*innen: Es wird gemeinsam in den verschiedenen Sequenzen geübt, genau zu beobachten, um Fehler zu erkennen. Praktisch angewandte, spezifische Hands-On-Techniken werden vermittelt und geübt, da sie eine wichtige begleitende Unterstützung in der Anwendung darstellen und die Sicherheit der Sportler*innen in den Übungen gewährleisten.

Hinweis: Die Trainer*innen werden individuell auf ihr jeweiliges Leistungsniveau eingebunden (Sportkleidung mitnehmen!).

„Standardübungen“ zielführend ausführen (Jasmin):

In dem Lehrgang mit Jasmin geht es um Übungen, die häufig in unserem Sport trainiert werden, wie zum Beispiel eine Unterarmstützposition, eine Kniebeuge, oder ein Sit up. Doch sind diese Übungen wirklich zielführend in unserem Sport? In dieser Einheit wird dieser Frage auf den Grund gegangen und erläutert, wie man diese und andere Übungen mit den richtigen Korrekturen deutlich effektiver trainieren kann.