



Voltigierbeirat des Landesverbandes Pferdesport Berlin-Brandenburg e.V.

Passenheimer Str. 30 - 14053 Berlin - Tel.: (030) 300 922-0

E-mail: fachbeirat@voltigieren-bb.de

20.März 2026

An alle
Interessierten A-&L-Voltigierer*innen
und Trainer*innen

Einladung zum A-/L-Lehrgang am 24. Mai 2026

Ort: Reithalle Cassiopeia: Buchholzer Straße 23
14547 Beelitz

Thema: Trainingsgestaltung, turnerische/athletische Grundlagen, Techniktraining

Referenten:

Lena Rieck (ehemalige S-Voltigiererin, Turntrainerin), Ludwig Giese (S-Voltigierer, Landeskader-& Fachbeiratsmitglied), Josefina Grunwald (S-Voltigiererin, Landeskader-& Fachbeiratsmitglied/Aktivensprecherin)

Zu den Referenten:

Lena Rieck turnte bis zum letzten Jahr auf S-Niveau und hat parallel ihr Leben lang geturnt. Als Trainerin ist sie auch heute noch in beiden Sportarten aktiv.

Ludwig Giese und Josefina Grunwald sind Mitglied in einem S-Team, sowie im Fachbeirat. Beide zeigten in den letzten Jahren Erfolge auf überregionaler Ebene bis hin zur Deutschen Meisterschaft. Josefina Grunwald ist außerdem Aktivensprecherin und geht ebenfalls im Einzelvoltigieren an den Start. Beide haben in ihrer Laufbahn als Trainer*innen schon Aktive verschiedenen Alters betreut.

Lehrgangleitung: Josefina Grunwald/Ludwig Giese

Kosten: 120 Euro pro Team (inkl. Trainer*in); 20 Euro pro Einzelvoltigierer/Trainer*in; Die Gebühr ist bis zum **10.05.2026** an unten stehendes Konto zu entrichten.

Verwendungszweck: „VA 04/26, A/L-LG Volti 24.05.26 + Name“

Infos/Anmeldung: Anmeldungen bitte bis zum 10.5.2026 an josefinagrunwald@yahoo.com
Die Teilnahme ist für alle interessierten Voltigierer*innen im A/L-Bereich. Die Anwesenheit der dazugehörigen Trainer*innen ist ausdrücklich erwünscht, um einen breiten Mehrwert zu erzielen. Anmeldungen aus Berlin-Brandenburg werden bei hoher Anfrage gegenüber Anderen bevorzugt. Das Stattfinden kann nur bei genügend Anmeldungen garantiert werden.

Hospitation; LE: Interessierte Ausbilder haben die Möglichkeit, gegen eine Gebühr von **20 Euro** als Hospitant teilzunehmen. Für lizenzierte Trainer werden **3 Lerneinheiten im Profil 3** anerkannt.
Anmeldung für Hospitanten bitte **bis zum 10.05.2026** an **josefinagrunwald@yahoo.com**. Die Gebühr von 20 Euro ist ebenfalls bis zum 10.05.2026 an unten stehenden Konto zu entrichten.
Verwendungszweck: „VA 04/26; Hospitant-A/L-LG 24.05.26 Volti + Name“

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

Voraussichtlicher Ablauf: (Änderungen vorbehalten)

09:00-09:10	Begrüßung
09:10-10:10	Gemeinsames Aufwärmen aller Teilnehmer + <i>Trainer*in-Input: Wie können wir unsere Warm-Up Zeit effektiv nutzen?</i>
10:20-11:10	Stationsrotation Runde 1
11:20-12:10	Stationsrotation Runde 2
12:10-13:00	Mittagspause
13:00-13:50	Stationsrotation Runde 3
14:00-14:30	Athletiktraining
Ca. 14:45	Schluss

Inhalte der Stationen:

- Turnen (Lena Rieck)
- Schwung vw-Technik am RaceWood (Ludwig Giese) +*Trainer*in-Input: Blickschulung, Vorübungen für das Training zuhause*
- Theorie (Josefina Grunwald): Wie gestalte ich ein 2-stündiges Training möglichst effektiv?
+*Trainer*in-Input: Entwerfen eines Trainingsaufbaus*

(Pro Gruppe 6-10 Personen/ein Team, Maximalteilnehmerzahl 30 Personen)