

Trainer C Lehrgang Voltigieren beim

PSK Oberschwaben

Freitag, 13.10.2023

Gögehalle Hohentengen

18:00 – 19:00 Uhr	Begrüßung Einführung in den Lehrgang	Vereinsraum	Kirstin Rösch und
19:00 – 21:00 Uhr	Geschichte des Voltigiersports		Ingrid Hofer
Durchgeführt		Datum:	

Samstag, 14.10.2023

Gögehalle Hohentengen

09:00 – 12:00 Uhr	Aufsichtspflicht, Haftpflicht, Versicherung, Vereinsfragen	Vorraum Gögehalle	Rolf Berndt
Durchgeführt		Datum:	
13:00 – 15:00 Uhr	Einführung in die Trainingslehre	Vorraum Gögehalle	Michaela Herzog
15:15 – 16:45 Uhr	Koordination / Koordinationstraining	Vorraum Gögehalle	Michaela Herzog
17:00 – 18:30 Uhr	Beweglichkeit / Beweglichkeitstraining	Vorraum Gögehalle	Michaela Herzog
Durchgeführt		Datum:	

Sonntag, 15.10.2023

Gögehalle Hohentengen

09:00 – 12:00 Uhr	Sportübergreifendes Basiswissen I/Prävention sexualisierter Gewalt im Verein, Trainerschutz	Vorraum Gögehalle	Kirstin Rösch
Durchgeführt		Datum:	
13:00 – 15:00 Uhr	Kraft / Krafttraining	dito	Michaela Herzog
15:15 – 16:15 Uhr	Einführung in die Biomechanik	dito	Michaela Herzog
16:30 – 18:30 Uhr	Bewegungsbeschreibung gem. Aufgabenheft häufige Fehler	dito	Michaela Herzog
Durchgeführt		Datum:	

Ergibt 26 LE erstes Wochenende

Freitag, 20.10.2023

Anlage im PSK

18:00 – 19:30 Uhr	Entwicklungsphysiologie und -psychologie		Kirstin Rösch
19:45 – 21:15 Uhr	Trainieren sie noch oder Coachen Sie, eine Einführung in das Coaching		Kirstin Rösch
Durchgeführt		Datum:	

Samstag, 21.10.2023

Anlage im PSK Gero Meyer

09:00 – 10:30 Uhr	Theorie E-, A-Pflicht laut Aufgabenheft	Reiterstübchen	Gero Meyer
10:45 – 12:15 Uhr	Hospitation Praxis E- Pflicht	Halle	Gero Meyer
13:30 – 15:00 Uhr	Voltigieren Praxis E- Pflicht	Halle	Gero Meyer

15:15 – 16:45 Uhr	Hospitation Praxis A-Pflicht	Halle	Gero Meyer
17:00 – 18:30 Uhr	Voltigieren Praxis A-Pflicht	Halle	Gero Meyer
Durchgeführt		Datum:	

Sonntag, 22.10.2023

Anlage im PSK Gero

09:00 – 10:30 Uhr	Theorie L-, M-Pflicht laut Aufgabenheft	Reiterstübchen	Gero Meyer
10:45 – 12:15 Uhr	Hospitation Praxis L-Pflicht	Halle	Gero Meyer
13:30 – 15:00 Uhr	Voltigieren Praxis L-Pflicht	Halle	Gero Meyer
15:15 – 16:45 Uhr	Hospitation Praxis M - Pflicht	Halle	Gero Meyer
17:00 – 18:30 Uhr	Voltigieren Praxis M - Pflicht	Halle	Gero Meyer
Durchgeführt		Datum:	

Ergibt 24 LE drittes Wochenende

In der Woche vom 23.10. – 26.10.

Online Theorie 12 LE

Reit - und Longierlehre 4 LE

Theorie Grundausbildung Pferd 4 LE

Theorie Küraufbau aus Sicht des Pferdes und dessen Belastung, Pferdeausgleichstraining 4 LE

Verfassungsprüfung, Zirkelbesichtigung, Desensibilisierung, Bodenarbeit 4 LE

Freitag 27.10.2023

Anlage im PSK Lars Hansen

18:00 – 19:00 Uhr	Verfassungsprüfung, Zirkelbesichtigung Praxis		Lars Hansen
19:00 – 21:00 Uhr	Longieren	dito	Lars Hansen
Durchgeführt			

Samstag, 28.10.2023

Anlage im PSK Lars Hansen

09:00 – 10:30 Uhr	Longieren	Reithalle	Lars Hansen
10:45 – 12:15 Uhr	Longieren	dito	Lars Hansen
13:30 – 15:00 Uhr	Longieren	dito	Lars Hansen
15:15 – 16:45 Uhr	Longieren	dito	Lars Hansen
17:00 – 18:00 Uhr	Longieren	dito	Lars Hansen
Durchgeführt		Datum:	

Sonntag, 29.10.2023

Anlage im PSK Lars Hansen

09:00 – 12:00 Uhr	Longieren	Reithalle	Lars Hansen
13:30 – 15:00 Uhr	Longieren	dito	Lars Hansen
15:15 – 16:45 Uhr	Longieren	dito	Lars Hansen
17:00 – 18:30 Uhr	Longieren	dito	Lars Hansen
Durchgeführt		Datum:	

Ergibt 27 LE zweites Wochenende

Freitag, 10.11.2023
Anlage im PSK / Online

18:00 – 19:00 Uhr	Organisation einer Voltigiergruppe	Vorraum Gögehalle	Kirstin Rösch
19:00 – 21:00 Uhr	LPO, WBO und APO	dito	Kirstin Rösch
Durchgeführt			

Samstag, 11.11.2023
Anlage im PSK

09:00 – 10:30 Uhr	Theorie Kürbau der E- und A-Pflichtkür	Reiterstübchen	Gero Meyer
10:45 – 12:15 Uhr	Praxis Kürbau Holzpferd E- und A-Pflichtkür	Reithalle	Gero Meyer
13:30 – 15:00 Uhr	Übertrag auf das Pferd, Korrektur	Reithalle	Gero Meyer
15:15 – 16:45 Uhr	Übertrag auf das Pferd Korrektur	Reithalle	Gero Meyer
17:00 – 18:30 Uhr	Pufferzeit, Fragen und Reflexion	Reiterstübchen	Gero Meyer
Durchgeführt		Datum:	

Sonntag, den 12.11.2023
Anlage im PSK

09:00 – 10:30 Uhr	Theorie Kürbau der L- und M-Pflichtkür	Reiterstübchen	Gero Meyer
10:45 – 12:15 Uhr	Praxis Kürbau Holzpferd L- und M- Kür	Reithalle	Gero Meyer
13:30 – 15:00 Uhr	Übertrag auf das Pferd, Korrektur	Reithalle	Gero Meyer
15:15 – 16:45 Uhr	Übertrag auf das Pferd, Korrektur	Reithalle	Gero Meyer
17:00 – 18:30 Uhr	Pufferzeit, Fragen und Reflexion	Reithalle	Gero Meyer
Durchgeführt		Datum:	

Ergibt 24 LE viertes Wochenende

Freitag, 17.11.2023

18:00 – 19:30 Uhr	Abzeichen, Anmeldung, Vorbereitung, Organisation	Reiterstübchen	Kirstin Rösch
19:45 – 21:15 Uhr	Wissensvermittlung von theoretischen Inhalten	Reiterstübchen	Kirstin Rösch
Durchgeführt		Datum:	

Samstag, 18.11.2023
Anlage im PSK

09:00 – 10:30 Uhr	Gestaltung, Ausführung, Wert der Kürelemente	Turnhalle	Ingrid Hofer
10:45 – 12:15 Uhr	Gestaltung, Ausführung, Wert der Kürelemente	Turnhalle	Ingrid Hofer
13:30 – 15:00 Uhr	Korrektur der A-, L-Pflicht (Videos, Fotos)	Turnhalle	Michaela Herzog
15:15 – 16:45 Uhr	s.o. Rumpfttraining / Ganzkörperspannung	Turnhalle	Michaela Herzog
17:00 – 18:30 Uhr	Sprungkraft / Landetraining	Turnhalle	Michaela Herzog
Durchgeführt		Datum:	

Sonntag, 19.11.2023
Anlage im PSK

09:00 – 12:00 Uhr	Erste Hilfe am Pferd, Medikation, Doping, Impfen	Reithalle	Georg Rist
Durchgeführt		Datum	
13:30 – 15:00 Uhr	Gezieltes Zusatztraining für die einzelnen Pflichtübungen	Turnhalle	Michaela Herzog
15:15 – 16:45 Uhr	Planung einer Voltigierstunde Stundenentwurf	Turnhalle	Michaela Herzog
17:00 – 18:30 Uhr	Sportübergreifendes Basiswissen	Turnhalle	Michaela Herzog
Durchgeführt		Datum:	

Ergibt 24 LE fünftes Wochenende

Prüfung am 25. – 26.10.2023 nach gesondertem Zeitplan.
Richter: NN

Lehrgangleitung: Ingrid Hofer Trainer A / Richter VOT
Kirstin Rösch Trainer B/ Richter VOE