

3. Trainingstag beim RC Herrenkrug e.V. am 22.02. 2020

Wir laden interessierte Voltigierer, Trainer und Longenführer aller Leistungsklassen zu einem Trainingstag bei uns ein. Als Trainer stehen euch zur Verfügung: Luise Wiedermann (DLA II), Hannah Moderow (Richterin, Trainer B, DLA II), Sarah Zuber (Trainer C), Rebekka Gerecke (DLA IV, DVA III), Pia Nath (Einzel- und Gruppenvoltigiererin sowie Akrobatin), Lucia Zander (Einzel- und Gruppenvoltigiererin)

Folgende Bausteine für Voltigierer erwarten euch:

- 1.Videoauswertung aus Richtersicht mit Hannah Moderow
- 2.Pflichtspezifisches Krafttraining
3. Akrobatikeinheit mit Pia Nath
- 4.Korrektur der Pflicht auf dem Holzpferd mit einem Trainer eurer Wahl
- 5.Korrektur der Pflicht auf dem Pferd mit einem Trainer eurer Wahl
- 6.Theorieeinheit zur Vorbereitung auf den Basispass und Motivationsabzeichen (Abzeichenprüfung im Herrenkrug am 07.03.2020)

Aus diesen fünf Angeboten, könnt ihr drei wählen. Der Zeitplan ergibt sich aus eurer Auswahl.

Folgendes Angebot bieten wir zusätzlich für Longenführer an:

Langzügellarbeit und/oder Doppellonge mit Hannah Moderow oder Luise Wiedermann

Kosten:

pro Voltigierer: 20 €

pro Longenführer und Pferd: 10 €

Hallennutzung pro Pferd: 10 €

Box: 10,00 € (nur in geringer Anzahl vorhanden)

Anmeldefrist: 10.02.2020 unter 0170 90 72 533 oder voltiteamherrenkrug@web.de

Wir freuen uns auf euch.

1. „Wintertraining Intensiv“ beim RC Herrenkrug e.V. am 23.11. 2019

Wir laden interessierte Voltigierer, Trainer und Longenführer aller Leistungsklassen zu einer Trainingseinheit bei uns ein. Als Trainer stehen euch zur Verfügung: Luise Wiedermann (DLA II), Hannah Moderow (Richterin, Trainer B, DLA II), Rebekka Gerecke (DLA IV, DVA III), Pia Nath (Einzel- und Gruppenvoltigiererin sowie Akrobatin), Lucia Zander (Einzel- und Gruppenvoltigiererin)

Ihr entscheidet euch für zwei Pflichtübungen eurer Leistungsklasse. Eine Einheit dauert 2h, in der wir intensiv mit euch arbeiten werden.

- Erwärmung mit spezifischem Blick auf die ausgewählten Übungen
- Erarbeitung und Verbesserung der Übung auf dem Pferd und/oder Holzpferd

Folgendes Angebot bieten wir zusätzlich für Longenführer an (30 Minuten):

Langzügelarbeit und/oder einfache -/Doppellonge mit Hannah Moderow, Luise Wiedermann oder Rebekka Gerecke.

Kosten:

pro Voltigierer: 12 €

pro Longenführer und Pferd (Longenarbeit): 20 €

Hallennutzung pro Pferd: 10 €

Box: 10,00 € (nur in geringer Anzahl vorhanden)

Anmeldefrist: 10.11.2019 unter 0170 90 72 533 oder voltiteamherrenkrug@web.de

Wir freuen uns auf euch.