



Sportmotorischer Test für Voltigierer

**Samstag, 30. März 2019
09:00 – ca. 15:00 Uhr**



Für das Voltigieren werden bestimmte körperliche Voraussetzungen benötigt, um die Übungen auf dem Pferd gut turnen zu können. Die Deutsche Reiterliche Vereinigung hat hierfür einen Test entwickelt, mit dem diese Voraussetzungen überprüft werden können.

Der Reitverein Geilenkirchen bietet am 30. März 2019 allen interessierten Voltigierern die Möglichkeit, diesen Test zu absolvieren. Silke Erdweg und David Peters werden mit euch die 19 Aufgaben absolvieren. Im Anschluss erhaltet ihr die Ergebnisse mit eure Stärken und Schwächen in den Bereichen Koordination, Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Schnelligkeit und ihr bekommt Übungen, mit denen ihr eure Leistungen steigern könnt.

Nach dem Test möchten wir mit euch gemeinsam etwas essen und bitten euch, entweder einen Salat oder ein/e Glas/Dose Brühwürstchen mitzubringen.

Wenn ihr mitmachen möchtet, gebt bitte euren Voltigierlehrerinnen bis zum 16.03.2019 Bescheid, dass ihr teilnehmt und ob ihr Würstchen oder Salat mitbringt. Wir freuen uns auf euch!

Altersempfehlung: ab 10 Jahren

Bitte denkt an feste Sportschuhe mit hellen Sohlen, Sportkleidung (Voltihose) und etwas zum Trinken für zwischendurch.

Das Trinken in der Sporthalle selbst ist jedoch nicht erlaubt.

Treffpunkt: Samstag, 30.03.2019 um 9:00 Uhr
Eingang der Grundschule Dietrich-Bonhoeffer Merkstein
Dietrich-Bonhoeffer-Straße 30
52134 Herzogenrath