

# Kriterien für die Kürzusammenstellung

## Kür, was ist das?

- ▶ In der Kür können die Voltigier ihre ganze Fantasie und Kreativität zum Ausdruck bringen.
- ▶ Gemeinsam kann das ganze Team das Kürprogramm nach ihren Neigungen und individuellen Fähigkeiten zusammenstellen.
- ▶ Nachwuchsgruppen turnen Kürübungen allein und zu zweit. Die LPO schreibt für diese Gruppen Pflichtkürelemente vor.
- ▶ Auch für Schauvorführungen ist eine Anlehnung an die Pflichtkürelemente sinnvoll, da diese dem Leistungsstand vieler Gruppen entsprechen.
- ▶ Fortgeschrittene turnen auch Übungen mit drei Voltigieren. Hier werden auch mehr dynamische Übungen in der Kür geturnt.
- ▶ Wer bei Wettbewerben starten möchte, muss sich über die jeweils gültigen Vorschriften informieren.
- ▶ Kürübungen können auf der rechten oder linken Hand und im Schritt, Trab oder Galopp geturnt werden.

## Weitere Vorüberlegungen für eine gelungene Kürzusammenstellung

- Kür soll dem Leistungsstand der Gruppe angepasst sein.
- Die Anforderungen an die Kürgestaltung steigen mit der Leistungsklasse.
- Schwerpunkt jeder Kür sollte die Ausführung sein.
- Schwierige, schlecht ausgeführte Übungen wirken unharmonisch und beeinflussen alle Kürwertnoten negativ.
- Deshalb nur Übungen wählen die sicher gezeigt werden können.
- Je mehr Übungen zur Auswahl stehen, desto leichter ist die Kürplanung.
- Die Kür zeigt auch individuelle Eigenheiten, Kreativität und Originalität. Ggf. auch künstlerische und schauspielerische Qualitäten.

## Bewegungsrichtungen

- Voltigierübungen können in verschiedenen Bewegungsrichtungen ausgeführt werden.
- Die Bewegungsrichtung zeigt auch die Schwierigkeit der Übung an. Führe ich z.B. eine Übung rückwärts oder seitwärts statt vorwärts aus, ist diese Ausführung schwieriger und anspruchsvoller.
- Die Gestaltung einer Kür wird durch den Wechsel der Bewegungsrichtung interessanter und abwechslungsreicher

## Es gibt drei Bewegungsrichtungen auf dem Pferd

**vw = vorwärts**

- Übung, Bewegung geht in die Bewegungsrichtung des Pferdes

**rw = rückwärts**

- Übung, Bewegung geht gegen die Bewegungsrichtung des Pferdes

**sw = seitwärts**

- Übung, Bewegung geht seitlich innen oder außen zur Bewegungsrichtung des Pferdes

## Stellung des Voltigierers zum Pferd

Übungen werden nach der Stellung des Voltigierers zum Pferd geordnet.  
Dabei unterscheidet man drei Möglichkeiten.

**vl = vorlings**

- Die Körpervorderseite des Voltigierers ist dem Pferd zugewandt, z.B. Liegestütz vl

**rl = rücklings**

- Die Körperrückseite des Voltigierers ist dem Pferd zugewandt, z.B. Liegestütz rl

**sl = seitlings**

- Die linke oder rechte Körperseite des Voltigierers ist dem Pferd zugewandt, z.B. einbeiniges Knien, andere Bein Kruppe sl

## Bewegungsmöglichkeiten auf dem Pferd

Es gibt viele Möglichkeiten sich auf dem Pferd zu bewegen.  
Je abwechslungsreicher die Bewegung, desto interessanter wird die Kür.

- **Hängen auf / am Pferd:** Übungen wie Schulterhang, Pistole und Hängen am Griff
- **Sitzen:** Übungen wie Grundsitz auf dem Hals oder rückwärts
- **Liegen:** Alle Arten des Querliegers
- **Knien:** Knien in allen Bewegungsrichtungen
- **Stehen:** Stehen in allen Bewegungsrichtungen, Stehen auf einem Bein
- **Drehen:** Alle Arten des Umsteigers, Prinzensitzdrehung
- **Rollen:** Rolle am Hals zum Abgang, Rolle vom Hals auf den Rücken
- **Rutschen:** Unter einem Partner durchrutschen, von der Kruppe rutschen
- **Gleiten:** Aus beliebiger Position zum Sitzen eingleiten
- **Springen:** Jeder Aufsprung, Sprünge auf dem Pferd auch mit Partner
- **Stützen:** Liegestütz in allen Bewegungsrichtungen

## Bewegungsbereiche am Pferd

Hals, Rücken, Kruppe, Seite

- ▶ Das Pferd bietet vier Bewegungsbereiche für die Voltigierer:
- ▶ Den Hals, den Rücken, die Kruppe und die Seite.

- ▶ Voltigierübungen können auf dem Hals, dem Rücken, auf der Kruppe und an der Innen- oder Außenseite ausgeführt werden.
- ▶ Dadurch sind vielfältige Variationen möglich und die Kür wird bereichert.

## Körperachsen

Körperachsen sind gedachte gerade Linien durch den Körper des Voltigierers. Drehungen sind Bewegungen um eine der drei Achsen. Sie können der entsprechenden Körperachsen zugeordnet werden. Es gibt drei Körperachsen.

- **Längsachse oder Vertikalachse**
  - Diese verläuft senkrecht durch den Körper.
  - Dazu gehören z.B. alle Umsteiger, die Mühle
- **Querachse Breitenachse**
  - Diese verläuft quer durch den Körper.
  - Dazu gehören z.B. allen Rollen, Handstandüberschlag
- **Sagittalachse Pfeilachse**
  - Diese verläuft von vorne nach hinten durch den Körper.
  - Dazu gehört z.B. das Rad auf oder vom Pferd

## Bewegungsebenen

Es gibt fünf Bewegungsebenen in denen Kürübungen geturnt werden können.

- Obere Ebene
- Mittlere Ebene
- Untere Ebene
- Unterste Ebene
- Boden

Je weiter entfernt die Bewegungsebene vom Pferd ist, desto schwieriger wird die Übung

## Strukturgruppen

Alle Übungen werden nach ihren Hauptmerkmalen in verschiedene Strukturgruppen eingeteilt. In einer Strukturgruppe werden Übungen zusammengefasst, die in der Bewegung Ähnlichkeiten vorweisen. Es gibt auch Übungen, die sich nicht nur einer Strukturgruppe zuordnen lassen, gelegentlich gibt es Bewegungsüberschneidungen. Aus der Basisübung z.B. dem Sitz, können eine Vielzahl von Variationsübungen entwickelt werden wie z.B. Sitz rückwärts, Sitz auf dem Hals, Sitz auf einem Partner usw.

### 1. **Sieben statische Strukturgruppen**

- Sitz
- Knien
- Stand
- Lieger / Flieger
- Waage

- Hang
- Stütz
- 2. **Drei dynamische Strukturgruppen**
- Drehung
- Schwung
- Sprung

## Zur Ausführung von Kürübungen

- Die Ausführung von Kürübungen hat eine zentrale Bedeutung. Eine leichte aber gut ausgeführte Kür ist für alle Beteiligten -Voltigierer, Pferd und ggf. Zuschauer- positiver als eine schwere, nicht dem Leistungsstand der Gruppe angepasste, schlecht ausgeführte Kür.
- Die bestmögliche Ausführung ist nur mit der richtigen Technik möglich. Die Bewegungsausführung und die Technik aller Pflichtübungen sind in der LPO festgelegt. Kürübungen sind Variationen der Pflichtübungen und unterliegen den gleichen Bewegungsausführungen und der gleichen Technik.
- In der Idealform werden alle Übungen mit einem geringen Kraftaufwand geturnt.
- Eine korrekte Bewegungstechnik und Ausführung ist von Anfang an für die Lernfortschritte der Voltigierer von Bedeutung. Sie hilft aber nicht nur den Voltigierern, sondern auch den Pferden.

## Kriterien für die Einordnung von Kürübungen in Schwierigkeitsgrade

Die Schwierigkeit einer Kürübung kann an folgenden Kriterien festgemacht werden

- Anzahl und Sicherheit der Haltepunkte
- Bewegungsrichtung
- Höhe/Abstand zum Pferd bzw. den Griffen
- Größe der Kontaktfläche (Pferde oder Partner)
- Kompliziertheit der Bewegung (Achsen)
- Wechsel der Bewegungsrichtung (Dynamik)
- Aufsprünge an der Innen- bzw. Außenseite des Pferdes

### Schwierigkeitsgrad :

- **L = Leicht** z.B. Prinzensitz vw, Standwaage, Schneidersitz vw, .....
- **M = Mittel** z.B. Fahne auf der Bank, Nadel angefasst, .....
- **S = Schwer** z.B. Schulterstand, Stehen rv, Stehen auf der Bank
- **HS = Höchstschwierigkeit** z.B. Standwaage vw frei, Freie Rollen, Handstand auf den Griffen, Abgänge über zwei Achsen

## Vorüberlegungen zur Auswahl der Übungen

- Eine vorüberlegte Kür wird das gesamte Team mehr motivieren als eine ohne große Überlegungen zusammengeschriebene Kür.
- Die Voltigierer sollten an der Kürzusammenstellung mitwirken und ihre besonderen Stärken und Vorlieben zeigen dürfen.
- Bewegungsvielfalt wird durch das Umturnen des Pferdes demonstriert, das bedeutet Positionswechsel, Bewegungsrichtungen, Bewegungsebenen
- Leere und Langweilige Elemente im Küraufbau lassen den Kürvortrag monoton erscheinen und mindern den Wert, ebenso ständig gleiche Positionen und Bewegungsrichtungen.
- Über die gesamte Kür müssen die Schwierigkeitsgrade und Höhepunkte gleichmäßig verteilt sein. Ein Abfallen der Gestaltung zum Ende soll vermieden werden.
- Nach dem Abläuten muss die Kürvorstellung beendet werden. Weitere Übungen führen zum Abzug in der Gestaltungsnote. Die Abgänge sollen aus den letzten Positionen erfolgen.
- Die Kür soll den Eindruck von Kreativität, Originalität und auch Musikalität vermitteln.
- Kein Voltigierer muss eine Übung turnen, die ihm widerstrebt oder die ihm Angst macht. Es gibt so viele Übungen, dass sich für jeden etwas finden lässt.
- Das wichtigste ist jedoch die Harmonie mit dem Pferd!
- Diese ist nur möglich, wenn der Voltigierer auf das Pferd bzw. dessen Bewegung eingeht. Das heißt aber auch nicht jede Übung, Bewegung ist realisierbar!

## Rhythmus in der Kür

- Alle Übungen und Verbindungen, die Haltung, die Bewegung der verschiedenen Körperteile sollen neben innerer Sicherheit den Eindruck von ungezwungener Natürlichkeit, Leichtigkeit und Harmonie vermitteln.
- Harmonie funktioniert nur im Rhythmus mit dem Pferd.
- Vom ersten Aufgang bis zum letzten Abgang wird ein durchgängiger Bewegungsfluss hergestellt. Es wird von einer Position in die nächste geturnt. Dynamik wechselt mit Statik.
- Der Wechsel von leichten und schweren Übungsteilen lässt Zeit zum Atmen und erhält den Rhythmus und Bewegungsfluss. Lieber auf Übungen die Brüche bringen verzichten.
- Sich nach Musik bewegen heißt die Musik interpretieren.
- Den Rhythmus von azyklischen Turnbewegungen an den zyklisch Bewegungsrhythmus des Pferdes anpassen.
- Gelungene, harmonische, rhythmische Auf-, Ab- und Übergänge erzielen eine besondere gestalterische Wirkung.

## Pflichtkürelemente A Gruppe

- Das Regelwerk, die LPO fordert Pflichtkürelemente für Nachwuchsgruppen.
- Die Pflichtkürelemente fragen erforderliche Grundlagen ab und bewahren Nachwuchsgruppen vor Überforderung.
- Im Nachwuchsbereich dürfen nur Einzel- und Doppelübungen gezeigt werden.
- Erst Fortgeschrittenengruppen turnen zu dritt auf dem Pferd.

# Die Pflichtkürelemente im Einzelnen

1. **Aufsprung zum Innensitz oder Außensitz**
2. **Aufsprung zum Knien**
3. **Kürabgang aus der mittleren Ebene**
  - Rolle vorwärts von einem Partner von der kleinen oder hohen Bank
  - Über die hohe Bank aus dem Handstand abrollen
4. **Statische Übung in der mittleren Ebene**
  - Stehen seitwärts, Liegestütz einbeinig
5. **Drehung um die Längsachse, min 180 Grad**
  - Umsteiger
6. **Drehung um die Querachse**
  - Rolle am Hals als Aufgang
  - Rolle rückwärts vom Vorwärtssitz auf dem Hals zum Knien auf dem Rücken
  - Rolle rückwärts aus der Rückenlag auf dem Rücken in den Rückwärtssitz auf den Hals
7. **Kniestand frei**
  - Vorwärts, seitwärts, rückwärts oder auf dem Hals
8. **Standwaage**
  - Standwaage in der Schlaufe
  - Standwaage auf dem Rücken / Hals / Griff
  - Standspagat in der Schlaufe
9. **Stehen rückwärts**
10. **Querlieger (alle Varianten)**
  - Bauchlieger (Brett) seitwärts
  - Querlieger seitwärts, Voltigierer liegt auf der Seite
  - Quer- oder Bauchlieger auf einem Partner
11. **Schulterstand mit Partnerhilfe**
  - Partner sitzt oder kniet auf dem Rücken und hält den Partner im Schulterstand auf dem Hals
  - Partner steht im Schlaufenstand außen und hält den Partner im Schulterstand auf dem Hals oder auf dem Rücken
12. **Bank rücklings mit abgespreiztem Bein**

## Beispiel für eine Kürzusammenstellung für Nachwuchsgruppen

- ▶ Wie bereits beschrieben fordert das Regelwerk (LPO) Pflichtkürelemente für die Kür von Nachwuchsgruppen. Wird die Kür für Schauzwecke zusammen gestellt kann diese frei ohne Vorgaben kombiniert werden. Will die Gruppe an einem Wettbewerb teilnehmen, müssen die Vorgaben aus der LPO, die Besonderen Bestimmungen des Pferdesportverbandes und die Ausschreibung berücksichtigt werden.
- ▶ Hier ein Beispiel einer Kür für acht / sechs Voltigierer unter Berücksichtigung der Pflichtkürelemente. Die Pflichtkürelemente sind jeweils unterstrichen. Es ist eine einfache Kür, für eine beginnende A Gruppe.
  1. Aufsprung zum Außensitz , Armbewegung, Drehung um die Längsachse 180 Grad (Umsteiger) auf den Hals zum Rückwärtssitz ( 1. Voltigierer)
  2. 2. Voltigierer Aufsprung zum Knien , 1. Voltigierer sitzt auf dem Hals Rückwärtssitz auf dem Hals, 2. Voltigierer zeigt Stehen rückwärts, Partner hält ihn an der Hüfte, Armbewegung
  3. 2. Voltigierer sitzt zum Rückwärtssitz auf dem Rücken ein, 1. Voltigierer geht vom Hals mit halber Drehung nach außen ab, 2. Voltigierer zeigt die Bank rücklings mit abgespreiztem Bein.
  4. 3. Voltigierer macht einen Aufgang unter die Bank, 2. Voltigierer kommt in den Außensitz und geht ab, 3. Voltigierer geht zum Außensitz, dann mit dem rechten Fuß in die Außenschlaufe zur Standwaage in der Schlaufe,
  5. 4. Voltigierer springt ins Knien auf, gemeinsam Standwaage in der Schlaufe und Standwaage auf dem Rücken. 3. Voltigierer geht über den flüchtigen Außensitz außen ab
  6. 4. Voltigierer zeigt den Kniestand vorwärts frei mit schöner Armbewegung, danach einsitzen
  7. 5. Voltigierer springt dahinter ins Knien, Grundsitz/Knien mit Armbewegung, Hintere steht auf, geht über die äußere Schulter des Partners zum gehaltenen Schulterstand, 4. Voltigierer hält ihn an den Knien / Hüfte, ( ggf. vorher Lieger auf der äußeren Schulter) danach Abgang aus dem Schulterstand nach innen (ggf. Rolle am Hals)
  8. 4. Voltigierer steht mit dem rechten Fuß in die Schlaufe, linker Fuß steht auf dem Pferderücken, holt Voltigierer Nr. 6 im Rollaufgang (Drehung um die Querachse) hoch in die Bauchlage(Felgaufsprung), Schlaufenstand und Querlieger, gemeinsame Armbewegung
  9. 4. Voltigierer zeigt den einbeinigen Liegestütz auf der Kruppe (statische Übung, mittlere Ebene) und geht dann nach innen ab. Nr. 6 Hänger am äußeren Griff, gleichzeitig springt 7. Voltigierer im Außensitz auf, Nr. 6 geht ab.
  10. 7. Voltigierer turnt einen Standspagat in der Schlaufe außen, gleichzeitig springt Nr. 8 ins Sitzen auf dem Rücken auf oder in den Liegestütz auf der Kruppe.

11. 7. Voltigierer setzt sich hinter Nr. 8, Nr. 7 turnt Stehen über der Bank Nr. 8, Nr. 7 rollt von der Nr. 8 seitlich nach innen ab (Abgang aus der mittleren Ebene),
12. 8. Voltigierer geht mit einem Umsteiger auf den Hals, im Rückwärtssitz auf dem Hals oder gleich ins Knien, schöne Armbewegung, gleichzeitig springt Nr. 1 in den Innensitz auf,
13. Nr. 8 geht mit dem rechten Fuß übers Knien / Außensitz Hals in die Schlaufe, linker Fuß hinter Nr. 1 auf den Rücken, Blickrichtung nach innen, gemeinsame Armbewegung
14. Nr. 8 geht in die Standwaage auf dem Rücken, Nr. 1 geht in den Querlieger, Blick nach außen
15. Nr. 8 geht übers Knien nach innen / oder nach hinten ab, (ggf. auch Rolle am Hals), Nr.1 geht in den Innensitz / Liegestütz seitlich, Blick nach innen, durch hocken, durch die Arme mit beiden Beinen nach außen (Abgang aus dem Stütz), in Bewegungsrichtung landen. Beine zum Schwebesitz anheben.

## Ende

Weitere Informationen in meinem Buch

### Voltigieren für Einsteiger

Hannelore Leiser, ISBN 978-3-275-02144-4

