



REITERVEREIN  
ISERLOHN E.V.

# Vierkampf



Im Zeitraum von: 01.06-13.06.2021

**Disziplinen:**

**Voltigieren: 1 Minute Einzelkür**

**Laufen: 800 Meter**

**Fahrrad fahren: 3 Kilometer**

**Seilchen springen: 2 Minuten**

**Vereinfachte Version für die**

**Krömel und Minis:** (die Größeren Kinder können auch die schwierige Version machen)

**Voltigieren: 30 Sekunden Einzelkür**

**Laufen: 400 Meter**

**Fahrrad fahren: 1,5 Kilometer**

**Seilchen springen: 1 Minute**



REITERVEREIN  
ISERLOHN E.V.

## Wir bieten einen Vierkampf für euch an!

Für die Disziplin „**Voltigieren**“ ist eine Einzelkür gefordert. Dafür müssen sich die Kinder Übungen ausdenken und verbinden, die mit kreativen Handbewegungen abgerundet werden sollen. Um eine richtige Turnierstimmung zu erhalten, wünschen wir uns, dass ihr euch jeweils ein eigenes Thema ausdenkt und vielleicht sogar ein kleines „Kostüm“ tragt. Die Handbewegungen und die Musik sollte dann darauf abgestimmt werden. Ihr habt zwei Pferdetrainingszeit, um eure Einzelkür zu üben, sodass ihr diese dann beim dritten Mal vorführen könnt. Allerdings könnt ihr euch aussuchen, ob ihr auf dem Holzpferd, oder auf dem Pferd voltigiert. Für die Kür auf dem Pferd gibt es hingegen Extrapunkte.

Beim **Laufen** werden die 800 Meter so schnell wie möglich absolviert. Vielleicht habt ihr ja einen Sportplatz in der Nähe, oder ihr kommt dafür zum Stall. Eine Strecke dafür wird markiert sein.

Die 3 Kilometer **Fahrrad fahren** werden wie das Laufen stattfinden. Um die Strecke und die Zeit richtig messen zu können, gibt es einige Apps. Zum Beispiel: adidas

Die Disziplin „**Seilchen springen**“ wird in 2 Minuten gemessen. Es sollen so viele Sprünge, wie möglich gesprungen werden. Dabei ist es egal, ob mal abgesetzt wird oder nicht.

Bis zum **01.06** habt ihr Zeit, für jede Disziplin zu üben. Bis zum **13.06. um 24:00 Uhr** müssen dann **alle** Ergebnisse und Zeiten bitte an die E-Mail-Adresse: [nina.roemer@reiterverein-iserlohn.de](mailto:nina.roemer@reiterverein-iserlohn.de) geschickt werden.

Zum Abschluss wird es natürlich auch eine kleine Siegerehrung geben, damit wir alle zusammen sein können, werden wir diese am **19.06.2021 Online um 18 Uhr** stattfinden lassen.

Ihr habt Lust mitzumachen? Dann meldet euch in den Gruppen. Bei den Minis und Krümeln schreibt doch bitte dazu, welchen Vierkampf ihr antreten wollt.

