

Erasmus+

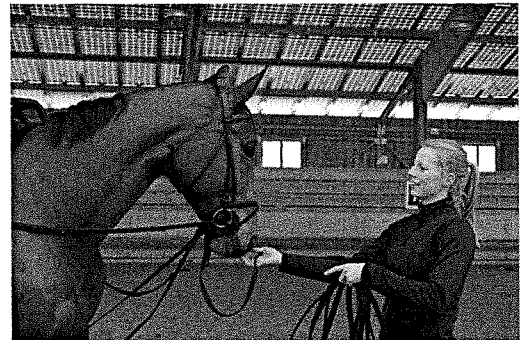
## Erfahrungsbericht: Als Voltigiertrainerin in Straßburg

### Meine Vorbereitung

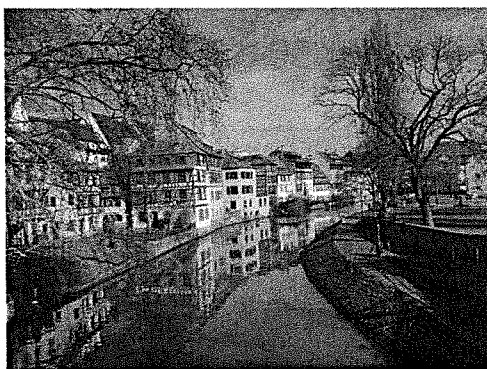
Mitte Januar 2020 trat ich meinen Frankreichaufenthalt in Straßburg an. Ich hatte mich im Laufe des Vorjahres bei verschiedenen Reitsportvereinen in ganz Frankreich für ein Praktikum als Voltigiertrainerin beworben, und bekam schließlich eine Zusage von dem Verein Club hippique d'Eckbolsheim SHRU Saint-Hubert in einem Vorort von Straßburg. Ursprünglich wollte ich meinen Aufenthalt dort bereits Ende 2019 antreten, jedoch gestaltete sich die Wohnungssuche sehr schwierig, da ich zunächst nur Absagen von potenziellen Vermietern bekam. Schließlich fand ich eine Wohnung, die spontan frei geworden war und dann ging alles ganz schnell: Nach einer Woche konnte ich meinen Auslandsaufenthalt antreten.

### Meine Aufgaben

Im Voltigiersport werden turnerische und akrobatische Übungen auf dem Pferderücken geturnt. Hauptsächlich spielt sich das Voltigieren im Schritt oder im Galopp ab. Der Trab wird meistens nur zum einturnen und aufwärmen genutzt. Voltigieren ist sowohl eine Mannschafts- als auch eine Individualsportart. Eine Mannschaft besteht in Frankreich aus 4 bis 8 Voltigierern, je nach Leistungsklasse. Es können bis zu 3 Voltigierer gleichzeitig auf dem Pferd turnen. Meine Aufgaben als Trainerin beziehen sich ebenso auf die Voltigierer wie auch auf das Pferd: Sie alle müssen optimal auf die Turniersaison vorbereitet sein um erfolgreich sein zu können.



Mein Aufenthalt war kurz bevor die Turniersaison begonnen hätte. Das bedeutete für mich, dass ich mit den Voltigierern neben der allgemeinen Fitness an der Verfeinerung der Techniken der verschiedenen Übungen arbeiten musste und an der Sicherheit und Routine der Bewegungsabläufe. Außerdem muss das Pferd ebenfalls fit gehalten werden um der Belastung gerecht werden zu können. Dazu gehört selbstverständlich das Training mit den Voltigierern, aber auch Dressurtraining und Longentraining. Die Voltigierpferde meines Praktikumsgebers wurden neben dem Voltigiertraining auch im Reitunterricht eingesetzt, wo sie das oben erwähnte Dressurtraining unter dem Reiter erhielten. Bei all diesen Aufgaben war ich nie alleine, sondern arbeitete immer mit den beiden anderen Trainerinnen des Vereins zusammen.



### Mein Alltag

Da die Trainingszeit der Voltigierer in der Woche ausschließlich im Nachmittagsbereich lag, nutzte ich meine Vormittage um zu lernen, das Training vorzubereiten und die Stadt zu erkunden. An ein paar Vormittagen traf ich mich mit einer der anderen Trainerinnen um gemeinsam Sport zu treiben. Die Nachmittage und Abende verbrachte ich immer am Stall beim Training der Voltigiermannschaften, der Einzelvoltigierer oder der Pferde. Jeden Tag hatten andere Gruppen Training, sodass ich einen sehr abwechslungsreichen Alltag hatte, der mir sehr viel Spaß



Erasmus+

gemacht hat.

## Meine Erfahrungen

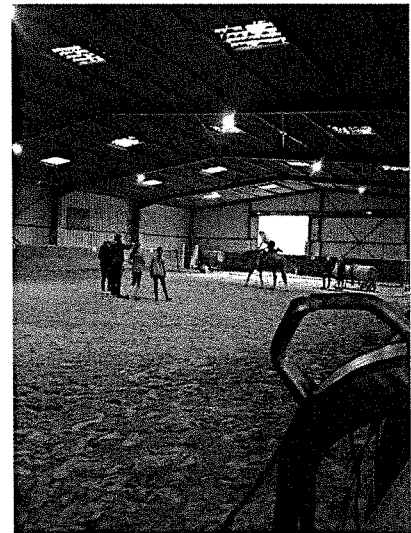
Die beiden anderen Trainerinnen sind sehr freundliche und offene Personen, die neugierig waren auf meine Trainingsmethoden, Ideen und Vorschläge. Jedoch konnte auch ich sehr viel von ihnen mitnehmen für meine Gruppen hier in Wuppertal. Schnell entwickelte sich eine tolle Zusammenarbeit, die auch jetzt, im Nachhinein meines Praktikums noch weiter fortbestehen wird.

Mit den Voltigierern habe ich mich ebenfalls gut verstanden. Wir hatten gute Trainings, in denen ich ihnen noch die eine oder andere neue Methode vermitteln konnte. Die Voltigierer waren im Alter von drei bis 25 Jahren, sodass ich meine im Sportstudium bereits erworbenen Kenntnisse zu altersgerechter Vermittlung gut erproben konnte.

Für mein Französisch war die Trainerrolle die ideale Möglichkeit, mich zu testen und Routine zu bekommen, da ich praktisch das komplette Training durch sprechen musste: Sei es, dass ich etwas erklärt, korrigiert, erzählt oder gelobt habe, ich bin aus keinem Training ohne neue Vokabeln, oder Ausdrucksweisen gegangen.

Die Wochenenden konnte ich zum größten Teil auch mit den Trainerinnen oder einigen der Voltigierer verbringen: Wir sind gemeinsam zu den Baden Classics gefahren, einer Pferdemesse mit einem kleinen Voltigierturnier, welches wir gemeinsam geschaut haben. Außerdem habe ich viel über die elsässische Küche und Kultur gelernt, indem mir typische Restaurants gezeigt oder empfohlen wurden, ich habe mich viel mit der Gegend beschäftigt und kleine Ausflüge unternommen.

An drei Wochenenden fanden Lehrgänge statt, bei denen ich ebenfalls hospitieren durfte: Für den ersten Lehrgang war ein Richter und Trainer für die Voltigierer von der Haupttrainerin des Clubs organisiert worden, der nochmals einen genauen Blick auf die Techniken der Voltigierer warf und Tips gab, wie sich noch verbessert werden konnte. Ich hatte die Möglichkeit, ebenfalls ein wenig mit ihm zu sprechen und konnte so auch noch fachlich, nicht nur sprachlich profitieren. Die beiden folgenden Lehrgänge waren Lehrgänge für die Pferde, deren Inhalt das korrekte Longieren der Voltigierpferde war. Hierfür kam einer der Landestrainer in einen benachbarten Stall, wo er sich die angemeldeten Pferde inklusive ihrer Longenführer anschaute, einschätzte und ihnen bei der idealen Gymnastizierung der Pferde half und gegebenenfalls Übungen für zuhause ans Herz legte. Auch hier konnte ich eine Menge neuer Erkenntnisse mitnehmen.



## Fazit

Besonders spannend fand ich den Vergleich zwischen den verschiedenen Techniken, Methoden und Gepflogenheiten des französischen und deutschen Voltigiersports. Überraschenderweise fand ich viele kleine Unterschiede, von denen ich nicht gedacht hatte, dass es sie gibt.

Die größten Schwierigkeiten bereitete mir die Auswahl der korrekten Vokabeln oder Ausdrücke, da ich anfangs häufig länger überlegen musste, bevor ich eins der Wörter verwendete, die mir passend vorkamen. Gleichzeitig die größte Freude bereitete es mir dann gegen Ende zu bemerken, dass ich mich viel sicherer und routinierter in der französischen Sprache fühlte.

Ich bin sehr dankbar diese Erfahrungen gemacht haben zu dürfen und würde es jedem Studierenden einer Fremdsprache empfehlen, Auslandserfahrungen zu sammeln. Es lohnt sich!