



Liebe Vereins-Kolleginnen, liebe Vereins-Kollegen,

Feste Vorsätze oder auch gute Vorsätze, sind wohl das beliebteste Thema zum Jahreswechsel. Die Top Ten der guten Vorsätze wird wahrscheinlich angeführt von: mit dem Rauchen aufhören, abnehmen und mehr Sport treiben. Na, haben sie auch mit dem Gedanken gespielt?

Also bei mir gibt es diese guten Vorsätze auch, einen meiner Vorsätze will ich Ihnen auch verraten: wieder mehr Arbeit in den RuBy-Kurier investieren, will heißen ich will doch wieder mind. 4 Ausgaben erreichen. Schauen wir mal, wie es dann vorm nächsten Jahreswechsel damit geklappt hat, an dieser Stelle dann mehr dazu!

Nun ist das erste Quartal schon fast rum, das grobe Gerüst der ersten Ausgabe steht schon. Die Tage werden merklich länger, die Sonne zeigt ihr lächeln und den Pferden juckt der Pelz. Zu keiner Zeit kann man mehr Pferde beobachten die auf dem Boden liegen und sich wälzen. Lasse ich unsere kleine Herde auf den Paddock, liegen die ersten schon auf dem Aufgang zum Tor und wälzen sich und wälzen sich... Schön zu beobachten sind auch die Vögel die bei diesem Treiben bereits in den Startlöchern sitzen um die besten Haarbüschel zu stibitzen. Manchmal sitzen sie sogar auf den Pferden und zupfen sich die Härchen raus. Das werden sicherlich sehr kuschelige Nester. Der Frühling ist schon was Besonderes und es heißt für unsere Pferde (und für uns auch) wieder: Fit werden, das beflügelt mich dazu in dieser Ausgabe einen Artikel darüber zu schreiben.

Im April geht es dann auch los mit den regelmäßigen Fahrtrainings, unter neuer Leitung. Wir starten mit dem Thema: Lösen von Fahrpferden. Ich freue mich auf eine fahrspartintensive Saison und ein Wiedersehen mit vielen Freunden auf unserem schönen Fahrplatz.

Ihre Sandy Chiodo

Die Themen dieser Ausgabe:

- Geburtstage / - Protokoll JHV
- Ausbildungswartin
- Fahrtraining / - Weitere Termine
- Nachruf / - FN News
- Fit in den Frühling!
- Mitglieder stellen Sich vor!

Geburtstage

Wir möchten unseren Mitgliedern, die in den Monaten Januar, Februar und März Ihren Geburtstag feiern, ganz herzlich gratulieren. Wir wünschen ihnen für die Zukunft alles Gute, Gesundheit und ganz viel Zufriedenheit!

Protokoll JHV

Auszug vom Protokoll zur Mitgliederversammlung am Freitag, 21. Januar 2011 in Lindlar

Beginn ca.: 20:20 Uhr

Anwesend: 27 von 109 Mitgliedern

TOP 1: Eröffnung und Begrüßung.

Der 1. Vorsitzende H. Biesenbach eröffnet die Versammlung und begrüßt die anwesenden Mitglieder.

TOP 2: Feststellung der Tagesordnung

- a. Feststellung der ordnungsgemäßen, fristgerechten Einladung
 - b. Feststellung der Beschlussfähigkeit
 - c. Genehmigung der Tagesordnung
- Zusätzliche Anträge sind nicht eingegangen.

Die Tagesordnung wird um den Punkt der Wahl des Sicherheitsbeauftragten und Internetbeauftragten erweitert.

TOP 3: Bericht der Sportwartin über das Jahr 2010:

Das Sommerfest war gut besucht, u.a. stand auf dem Programm ein Hindernisfahren, eine Vorführung im Damensattel (Evelyn Biesenbach), sowie ein Holzrücken (Hans-Otto Bellingrodt) durch den Hindernisparcours.

Außerdem wurden Mitglieder für ihre 10-, 20-, 25- und sogar 30-jährige Mitgliedschaft geehrt!

Das **Fahrtturnier** war ein voller Erfolg. Aufgeteilt auf 2 Tage konnten sich die jungen und die erwachsenen Fahrer messen.

Vereinsmeisterin Ponys wurde Laura Klippel mit 2 Shetland Ponys.

Vereinsmeister Pferde wurde Hans-Otto Bellingrodt mit 2 Kaltblütern.

Vereinsmeisterin Jugend wurde Isabella Chiodo mit einem Shetland Pony

Kreismeisterin der Ponys ist in diesem Jahr Dorothee Elfers

Rheinischer Meister bei den Pferden ist Andreas May geworden, der aber leider ab 2011 für die FSF Reichshof-Eiershagen starten wird.

Das Winterfest im beheizten Zelt bei Glühwein und Würstchen war mäßig besucht. Fand aber bei den Anwesenden großen Anklang!

TOP 4: Bericht des Schatzmeisters

Dirk Panske stellt den Kassenbericht für das Jahr 2010 detailliert vor.

Gesamtergebnis 2010:	727,05 €
Bestand aus 2009:	1.910,49 €
Kapital (stand 21.01.2011)	2.637,54 €

TOP 5: Bericht der Kassenprüfer

Die Kasse wurde im Januar von den Kassenprüferinnen Dorothee Elfers und Bettina Stoffers eingehend geprüft.

Die Belege waren vollständig vorhanden. Unregelmäßigkeiten konnten nicht festgestellt werden.

TOP 6: Entlastung des Schatzmeisters und des Vorstandes

Dorothee Elfers als Sprecherin der Kassenprüfer, stellte den Antrag auf Entlastung des Schatzmeisters und des Vorstandes.

Die Versammlung erteilt durch einstimmigen Beschluss, bei 7 Enthaltungen, die Entlastung des Schatzmeisters und des Vorstandes

TOP 7: Wahlen

Turnusgemäße Wahlen aller Ämter und eines Kassenprüfers.

Bevor mit den Wahlen begonnen wurde, hielt Sonja Brungs keinen kurzen Vortrag um die Arbeit und Aufgaben der Vorstandsmitglieder genauer zu erläutern.

Der Vorsitzende Hans Biesenbach ernennt einen Wahlleiter für die Wahl des ersten Vorsitzenden – Harald Schmidt

Hier nur die Ergebnisse:

- 1) **1. Vorsitzender:** Hans Biesenbach
- 2) **2. Vorsitzender:** Roland Amft
- 3) **Schatzmeister:** Dirk Panske
- 4) **Schriftführer:** Sonja Brungs
- 5) **Beisitzer Breitensport:**
Hans-Otto. Bellingrodt
- 6) **Beisitzer Sportwart:** Sandy Chiodo
- 7) **Beisitzer Ausbildungswart:**
Sabrina Brügger
- 8) **Beisitzer Platzwart:** Andreas Müller
- 9) **Beisitzer Sicherheitsbeauftragter:**
Thomas Mayrhormann
- 10) **Tierschutzbeauftragter:**
Dorothee Wiskott
- 11) **Beisitzer f. Öffentlichkeitsarbeit:**
Harald Schmidt
- 12) **Beisitzer Internetbeauftragter:**
Evelyn Biesenbach
- 13) **Kassenprüfer:** Ingo Brügger

Der Vorsitzende dankt allen, die ein Amt angenommen haben, denn es kostet immer wieder viel Zeit und auch Arbeit, den Verein zu erhalten.

TOP 8: Jahresplanung 2011

Die **Trainings** und die **Arbeitstage** bleiben unverändert erhalten. Am 24.07. **Sommerfest**, am 08./09.10. **Fahrturnier** (Jugend und Erwachsene) und es soll auch wieder ein **Winterfest stattfinden**.

In Planung ist ein **Lehrgang** mit Ina Lehmann und Stefan Koch. Noch wird nach einer geeigneten Anlage gesucht.

TOP 9: Änderung der Satzung

Eine Überarbeitung und Anpassung der Satzung ist dringend erforderlich und soll innerhalb der nächsten 2 Jahre ausgearbeitet und dann auf der JHV 2013 beschlossen werden.

TOP 9: Verschiedenes:

Idee/Anregung zum Kauf eines gebrauchten Marathonwagens für das Training auf dem Fahrplatz

Neubau/Verbesserung der Hütte auf dem Platz: Dazu ist die Absprache mit den Platzeigentümern notwendig.

Evtl. Stromanschluss auf dem Platz einrichten mit Unterstützung durch Presse und Sponsoren.

Polterabend am 11. Juni von Andreas Biesenbach → Tagestour?

Schlusswort durch den ersten Vorsitzenden Hans Biesenbach, er bedankt sich für das Erscheinen, lädt zum gemütlichen Ausklang des Abends ein und wünscht eine gute Heimfahrt.

Protokollführerin Sonja Brungs

Ausbildungswartin

Im vergangenen Jahr hat der Vorstand über seine Aufgaben nachgedacht und versucht, diese zu Papier zu bringen. Zum einen sollte noch mal klar werden, wer welche Aufgaben übernimmt bzw. übernommen hat und ob die Aufgaben nicht anders verteilt werden können.

Der Aufgabenbereich der Sportwartin war zu groß und daher zu zeitintensiv.

Nach eingehender Beratung konnte man deutliche Themenbereiche erkennen. Aufgegliedert in:

- Allgemeines;
- Turniersport;
- Vereinssport
- Fahrförderung und
- Fahrausbildung

Diese Aufteilung geht wiederum konform mit der FN die eine neue Aufgabe für den Vorstand gefunden hat und diese Ausbildungswart/-in nennt.

Auf Grund der anstehenden Wahlen auf der JHV, hat der Vorstand daraufhin beschlossen einen weiteren Beisitzer zu benennen und diesen mit den Aufgaben der Ausbildungswartin zu betrauen.

Die *Aufgaben der Ausbildungswartin* hier noch einmal aufgelistet:

Fahrförderung:

- Organisieren, planen und durchführen der Fahrtrainings (Grundausbildung, Fortgeschrittene, Leistungsgruppen)
- Entwickeln von geeigneten Trainingskonzepten
- Ausbildungshilfen für Pferde anbieten (Arbeiten an Bodenhindernissen, Tipps zur Gymnastizierung auf dem Platz und im Gelände usw.)
- Beschaffung und Einsatz von geeignetem Lehr- und Hindernismaterial

Fahrausbildung:

- Organisieren, Durchführen von Lehrgängen der Motivations- und Leistungsabzeichen inkl. Prüfung (Basispass, Fahrabzeichen)
- Organisation von Vorträgen, Seminaren bezüglich aller Fragen rund um den Fahrspport

Fahrtraining

Die Termine für das Fahrtraining bleiben unverändert. Die Leitung wechselt. Auf Grund der Neuwahlen auf der diesjährigen JHV, gibt es nun eine neue Beisitzerin, die vom Vorstand mit den Aufgaben einer Ausbildungswartin betraut wurde. Es handelt sich dabei um Sabrina Brüggers, die wir in der Rubrik, Mitglieder stellen sich vor, in dieser Ausgabe vorstellen.

Termine also weiterhin an jedem dritten Sonntag im Monat, von April bis September, ab 11 Uhr auf dem Fahrplatz.

Um Wartezeiten und „Stau“ bei den Trainings zu verhindern, bitten wir um Anmeldung. Dann können die Zeiten besser organisiert werden.

Anmeldung bei:

Sabrina Brüggers, 0160/4475223 oder per E-Mail: info@brueggers-horse-service.de

Die **Jugendfahrtrainings** finden gleichzeitig statt, weiterhin unter der Leitung von Sandy Chiodo. Anmeldung unter 0173-5359985

Weitere Termine

Die aktuelle Jahresplanung unseres Vereins findet ihr auf unserer Homepage:

www.rb-fahrverein.de.

Kursangebote:

Wenn ihr irgendwelche Kurse mal gerne machen möchtet, dann schickt uns eine E-Mail. Wir werden dann versuchen, einen solchen Kurs anzubieten, oder euch zu informieren, wo ein solcher Kurs stattfinden wird.

Kursangebote unserer Mitglieder:

Wir möchten euch hier die Möglichkeit geben, eure Kurse anzubieten. Bitte gebt uns rechtzeitig die Termine bekannt.

FN-News

PM-Forum als Download

Das PM-Forum, das Mitteilungsblatt der Persönlichen Mitglieder (PM) der FN, mit aktuellen Themen, Verbandsnews und Veranstaltungshinweisen gibt es jetzt zum Kennenlernen als Download im Internet. Alle PM bekommen die Zeitschrift jeden Monat per Post und können sie zusätzlich kostenlos im Internet herunterladen. Alle diejenigen, die (noch) nicht Persönliches Mitglied sind, können die aktuelle Ausgabe jetzt beim FN-Verlag in der Rubrik "Persönliche Mitglieder" für vier Euro herunterladen.

Quelle: <http://www.pferd-aktuell.de/>

Das neue FN-App

Das neue FN-App für das iPhone informiert kostenlos rund um den Pferdesport. Wer ist Weltmeister geworden, wann überträgt das Fernsehen Reitsport, ist mein Futter frei von Dopingsubstanzen und wer beim Verband kann mir helfen? Dieses App bietet News aus Warendorf und direkt von Turnieren und Championaten. Außerdem kann mit einer Suchmaschine überprüft werden, ob die Inhaltsstoffe im Futter entsprechend der neuen Anti-Doping und Medikamentenkontrollregeln (ADMR) erlaubt sind. Kostenloser Download unter [itunes.de!](http://www.pferd-aktuell.de/)

Quelle: <http://www.pferd-aktuell.de/>

Fit durch den Frühling

Es ist März und die ersten warmen Sonnenstrahlen locken uns aus dem Haus. Zwischen den schlammigen und vom Schnee plattgedrückten Grashalmen drücken sich die ersten Krokusse durch. Der kalte und verschneite Winter hat uns eine lange Winterpause bereitet. Es wird Zeit, die Kutsche aus der Remise und das Geschirr aus der Kammer zu holen. Bevor wir jedoch in die grüne Saison starten, gilt es, Einiges zu beachten, damit der erste Fahrspaß nicht mit Ärger, Frust und Muskelkater endet.

Für viele ist der Winter eine Zeit, in der nicht viel gefahren wird. Nur Wenige haben die Möglichkeit auf einem guten Allwetterplatz oder gar in der Halle trainieren zu können. Selbst der gute Allwetterplatz steht bei Eis und Schnee nur

bedingt zur Verfügung, und auch mit einem Schlitten ist der Fahrspaß begrenzt.

Nun aber lockt der Frühling mit seinen immer länger werdenden Tagen. Haben wir die Kutsche hervorgeholt, gilt es, diese genauestens zu überprüfen. Bei der Ausstattung findet man unter Umständen kleine Mäusenester, schön gebaut aus unserem Putzlappen, den Ersatzhandschuhen, den Warnwesten und aus dem immer bereitliegendem Verbandsmaterial. Ist so ein Nest gefunden, muss man nicht nur diese „zerfederten“ Sachen austauschen sondern auch die diversen Schläuche, z.B. die der Bremsflüssigkeit, auf Nagerbisse überprüfen. Wo wir grad dabei sind, überprüfen wir auch den Füllstand der dazugehörigen Flüssigkeiten und füllen diese bei Bedarf auf. Nach dem gründlichen Reinigen werden die Räder auf ihre Laufeigenschaften hin überprüft, sowie bei Luftbereifung der Luftdruck und die Ummantelung. Mit der Fettpresse rücken wir den Schmiernippeln an Achse und Drehkranz zu Leibe. Damit sollte die Kutsche für die erste Fahrt „in Schuss“ sein.

Das Geschirr haben wir selbstverständlich nach der letzten Fahrt in der vergangenen Saison sauber und gefettet in die Geschirrkammer gehangen. Wenn es nicht zu trocken gelagert wurde, dürfte es nach wie vor gebrauchsfertig sein. Ein kritischer Blick auf die Nähte, die Schnallen und das Leder bestätigt unsere gute Pflege, so dass das Geschirr nun auf unser Pferd aufgelegt werden kann.

Apropos Pferd, wie geht es dem eigentlich? Hatte es auch eine Winterpause? Hatten wir die Möglichkeit es durchgehend zu trainieren und so seinen Konditionszustand erhalten? Nun, es gibt mehrere Möglichkeiten, wie unser Pferd durch den Winter gekommen ist und genauso viele Möglichkeiten gibt es auch, unser Pferd entweder wieder anzutrainieren oder in das tägliche Training vor dem Wagen einzubinden.

Beachten sollte man auf jeden Fall, dass sich unser Pferd auf den Fellwechsel vorbereitet. Jetzt hat es noch das dicke Winterfell und bei der jetzt schon warmen Witterung schwitzt es schon bei leichter Arbeit. Hier ist die Gefahr einer Infektion groß, denn der Wind und auch die Nächte sind immer noch kalt.

Sehen unsere Pferde einer Turniersaison entgegen, lassen jetzt viele Fahrer ihre Pferde impfen. Hat das Pferd schon mit dem Fellwechsel begonnen, ist es oft etwas schlapp. Wird dann zusätzlich noch geimpft, sollten wir ihm noch ein paar Tage Ruhe gönnen.

Haben wir nun entschieden wie wir unser Pferd wieder vor den Wagen bringen, freuen wir uns alle auf die erste Fahrt im Frühling.

Eine gute Kondition ist wegweisend für ein gutes Gelingen. Auch für den Fahrer! Was ist denn mit uns, haben wir uns regelmäßig bewegt? Oft überschätzen wir uns und am nächsten Tag wissen wir wieder ganz genau wo unsere Arme, unsere Hände, unser Nacken und unsere Schultern sind! Ein wenig Training und Bewegung hält auch uns fit!

Wo aber liegt nun unser Anspruch für die kommende Saison? Bin ich der Freizeitfahrer und bin gerne lange aber im ruhigen Tempo unterwegs? Dann setze ich auf Ausdauer- und Krafttraining. Bin ich eher der ambitionierte Turnierfahrer, dann trainiere ich auf Geschwindigkeit, Kraft, Ausdauer, Wendigkeit und Eleganz.

Mit beiden Pferden beginne ich die Trainingsphase im ruhigen Tempo, vorwiegend im Schritt. Ich wähle dazu eine abwechslungsreiche Umgebung mit den unterschiedlichsten Bodenverhältnissen, um ganz nebenbei Hufe und Sehnen zu kräftigen und es schult die Aufmerksamkeit und die damit verbundene Trittsicherheit der Pferde. Nach einer ausreichenden Schrittphase gehe ich zu den Trabintervallen über, dazwischen wird immer wieder Schritt gefahren und die einzelnen Trabintervalle verlängert. Dieses Training steigern ich dann, bis die Pferde etwa 15 bis 20 Minuten ohne erkennbare Anstrengung traben können. Muskeln und Kondition werden nicht von heute auf morgen aufgebaut, sondern systematisch erarbeitet. Als Faustregel kann man sagen: 4 Wochen Training für die Basis, also eine gute Grundkondition und weitere 4-6 Wochen für die Leistungskondition.

Es muss immer darauf geachtet werden, dass jede Trainingsarbeit mit einer ausreichenden Aufwärmphase beginnt, die nicht nur die Gelenke geschmeidig macht, sondern auch Fahrer und Gespann zusammenbringt und vor allem Vertrauen und Ruhe reinbringt. Darauf aufbauend sollte immer eine mind. 20-minütige Lösungsphase eingeplant werden, die das Gespann auf die bevorstehende Arbeitsphase vorbereitet. In der Arbeitsphase kann man dann zur Leistungssteigerung das Gespann, in regelmäßigen Abständen, bis an die Konditionsgrenze arbeiten aber nicht auspowern. Zwischen den Einheiten immer wieder Schrittphasen einbauen um nicht nur dem Körper sondern auch dem Geist Gelegenheit der Erholung zu bieten. Zum Schluss gilt für alle COOL DOWN, runter kommen mit der Atmung, Erholung der Muskeln, Zufriedenstellen des Gemütes. Zeit für den Fahrer ein Resümee der letzten Arbeitsphase zu ziehen und sich eine genaue Vorstellung der nächsten Trainingseinheit zu machen: Was habe(n) ich (wir) heute geschafft? Was gibt es hervorzuheben, was muss noch besser werden? Wo mache ich weiter?

Zwischen den „harten“ Trainingsphasen immer wieder genügend leichte Trainings anbieten und vor allem Abwechslung. Diese ist gerade bei Fahrpferden wichtig, damit eine einseitige Belastung verhindert wird. Ein gut überlegter und ausgearbeiteter Trainingsplan ist das A und O, egal ob ich Freizeitfahrer oder Turnierfahrer bin.

Wer auf Leistung trainiert, sollte sich auch mit der Überprüfung des Pulses auskennen. Der Puls ist der beste Anhaltspunkt, um eine Leistungssteigerung zu erkennen. Dazu ermittelt man den Ruhepuls seines Pferdes. In der Regel liegt er zwischen 30 und 40 Schlägen in der Minute. Während der Arbeit wird er dann wieder gemessen, dabei kann sich der Wert verdoppeln. Bei guter Kondition sollte nach 10 bis max. 20 Minuten wieder eine Atemberuhigung bis hin zum Ruhepuls eingetreten sein. Überprüft man die Pulswerte regelmäßig, geben sie einem Aufschluss über den Konditionszustand der Pferde.

Meinen Trainingsplan im Auge, die warmen Sonnenstrahlen auf der Haut darf ich nicht vergessen, das mit dem gesteigerten Training auch der Energie- und Mineralstoffbedarf der Pferde steigt. Der Futterplan muss überarbeitet und der Arbeit des Pferdes angepasst werden. Gerade jetzt im Frühjahr befindet sich das Pferd im Fellwechsel und hat gerne das ein oder andere Ergänzungsfuttermittel dazu. Ebenso gönnen wir unserem Pferd den Gang auf Wiese oder Paddock, zur freien Bewegung, Kontakt und Spielereien mit Artgenossen oder einfach nur zum dösen in der Sonne.

In diesem Sinne, genießen sie den Frühling und starten sie erfolgreich in eine fahrspportliche Saison 2011! (SC)

Unsere Mitglieder stellen sich vor...

Sabrina Brüggers

Seit der letzten Jahreshauptversammlung ist der Vorstand um zwei engagierte Personen reicher: Sabrina Brüggers, 30, wird ab sofort unsere neue Ausbildungswartin sein und die regelmäßigen Fahrtrainings unseres Vereins leiten. Sabrinas Mann, Ingo, wurde zudem zu einem der beiden Kassenprüfer gewählt.



Die Brüggers leben gemeinsam mit ihren acht Pferden in Solingen-Höhrath direkt am Waldrand. Sabrina betreibt zusammen mit ihren 3 Haflingern, 2 Shettys, 2 Dartmoor Ponies und einer Welsh-Stute eine kleine Reitschule.

Sie reitet Dressur, aber auch Springen und im Gelände und ist erst durch ihren Mann Ingo ans Fahren herangekommen.

Die beiden trainieren bei Biesenbachs, kommen aber auch häufig zu den Vereinstrainings. Die ausgebildete Erzieherin ist Berittführerin FN und bereitet sich zur Zeit auf den Trainer C (Reiten/Breitensport) vor.



Neben der kleinen Reitschule betreibt sie einen Horsesitter Service, bei dem u.a. die Betreuung von Pferden während der Urlaubszeit übernommen wird.

www.brueggers-horse-service.de

Auf Grund ihrer neuen Aufgabe im Vorstand, werden wir die beiden in diesem Jahr wieder ganz oft auf dem Fahrplatz begrüßen dürfen und wünschen Ihnen eine tolle Saison.

(SB)

Nachruf!

Mit Bestürzung und Trauer mussten wir erfahren, dass uns unser langjähriges Mitglied und 2. Vorsitzender



Roland Amft

plötzlich und unerwartet und viel zu früh am 31.03.2011 für immer verlassen hat.



Unser tiefes Mitgefühl gilt seiner Frau und seiner Familie.

Ebenso trauern wir um Dieter Corsten. Der langjährige Vorsitzender des VFD-LV NRW, ebenfalls Ausbilder und Richter Fahren FN erlag am 18.03.2011 seiner schweren Krankheit.



Impressum

Verantwortlich für den RuB'y-Kurier des Rheinischen- und Bergischen Fahrvereins e. V.: Sonja Brungs (SB) - Sandy Chiodo(SC) - u.a.