

Liebe Vereins-Kolleginnen,
liebe Vereins-Kollegen,

kurz nach erscheinen der ersten Ausgabe, die wir für zwei Monate geplant hatten, gab es jetzt schon bereits „Stoff“ für eine weitere Ausgabe.

Der Jahreswechsel steht vor der Tür und die ersten Schneeflockchen sind bereits gefallen. Alles duftet herrlich nach Winter und vor allem nach Weihnachten.

Gönnen Sie Ihren Vierbeinern eine schöne Zeit an der frischen Luft und geben Ihnen Zeit um zu relaxen und um Kraft und Leistungsbereitschaft für eine neue Saison zu tanken.

Als kleine Anregung ist in dieser Ausgabe u. a. eine Übersicht über erfolgreiche Winterarbeit zu finden, und das nicht nur für Turnierfahrer.

Ihre Sandy Chiodo

Die Themen dieser Ausgabe:

- Geburtstage
- Jahresplanung 2008
- Fahrtraining
- Termine
- Weihnachtszeit = Backzeit
- Winterarbeit
- Neues Informations-Forum für Rechtsfragen
- Gute Vorsätze
- Breitensportinfos
- Jugendinfos

Geburtstage

Wir möchten unseren 5 Mitgliedern die im Dezember Ihren Geburtstag feiern, ganz herzlich gratulieren. Wir wünschen Ihnen für die Zukunft alles Gute, Gesundheit und ganz viel Zufriedenheit!

Jahresplanung 2008

Für das kommende Jahr arbeiten wir mit Hochdruck an der Jahresplanung. Auf Grund der neuen LPO und WBO (siehe hierzu Ausgabe 01/2007) gibt es für uns viele verschiedene Möglichkeiten, die wir anbieten können. Aber dazu braucht man Zeit und Helfer.

Wir möchten an dieser Stelle alle Mitglieder und Interessierte aufrufen, uns Ihre Wünsche mitzuteilen.

Teilen Sie uns mit, wenn Sie an einer GHP (Gelassenheitsprüfung) Spaß haben oder an einer Bodenschule, am Hindernisfahren, vielleicht mal in anderer Form, wie z. B. das Glückshindernisfahren oder die Jagd um Punkte.

Haben sie einen bestimmten Trainer/Ausbilder bei dem Sie unbedingt mal ein Training machen möchten?

Möchten Sie mal ein Training leiten?

Würden Sie gerne mal Ihr Pferd wiegen lassen?

Auch wenn Ihnen in den kommenden Monaten etwas einfällt, wir sind da flexibel!!

Oder, oder, oder ...

Lassen Sie es uns Wissen.

Nur so können wir auch auf Ihre Wünsche und Anregungen (bitte auch Kritik) eingehen.

Der Vorstand steht Ihnen gern und jederzeit zur Verfügung.



Fahrtraining

Die Termine für das Fahrtraining bleiben unverändert.

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.

Die Jugendfahrtrainings finden an den gleichen Terminen statt.

Die Fahrtrainings beinhalten einen in der Planung bereits festgelegten Schwerpunkt, wenn aber anderes gewünscht wird, bitte bei der Anmeldung angeben.

Anmeldung bei:

Sandy Chiodo oder Andreas Müller:
02261-302466 Sandy: 0173-5359985, Andi: 0173-5360819
oder per E-Mail: Chiodo@kzvk.de

Die Termine sind:

- 20.04.2008
- 18.05.2008
- 15.06.2008
- 20.07.2008
- 17.08.2008
- 14.09.2008

Termine

Jetzt schon vormerken:

29.01.2008
Seminar LPO 2008 – Fahren
Pferdeportverband Rheinland
www.psvr.de

28.02.-02.03.2008
Pferd Rhein Ruhr 2008
Messe Niederrhein
www.pferd-rhein-ruhr.de/

29.+30.03.2008
Reitsportmesse Koblenz 2008
Sporthalle Oberwerth, Koblenz
www.reitsportmesse-koblenz.de/

16.-18.05.2008
Equitana Open Air in Neuss
www.equitana-openair.com

Weihnachtszeit = Backzeit

Haben sie schon mal drüber nachgedacht auch mal für Pferd ein paar Plätzchen mitzubacken.

Nachfolgend haben wir hier drei „leckere“ Rezepte für Sie:

Pferde-Apfelplätzchen

- 1 Päckchen Haferflocken
- etwas Milch
- 2 mittelgroße geriebene Äpfel
- 2-3 geriebene Karotten
- etwas Honig
- 2-3 Eßl. Zuckerrübensirup

Die Haferflocken mit soviel Milch verrühren, bis ein zäher Brei entsteht. Dazu die geriebenen Äpfel und Karotten, anschließend Honig und Zuckerrübensirup untermischen.

Entweder komplett auf das Backblech streichen und nachher schneiden oder ausrollen und ausstechen, oder kleine Kügelchen Formen.

Bei 180 - 200 Grad ca. 1 1/2 Stunden (je nach Flüssigkeitsgehalt) backen, bis die Masse eben braun und fest ist.



Pferdeplätzchen

- 1 Tasse Zusatzfutter (Pellets)
- 2-3 Tassen Weizenkleie
- 1 Prise Salz
- 1 Tasse Melasse
- 4 geriebene Karotten
- 1/2 Tasse brauner Zucker
- 1 Tasse Apfelmus
- 1 Msp Zimt

In einer großen Schüssel Zusatzfutter mit Kleie und Salz mischen, in einer anderen die Melasse mit dem

Rest mischen, langsam die nasse Mischung in die trockene gießen und zu einem dicken, aber lockerem Teig verrühren. 2-Euro-große Stücke formen und auf einem gefetteten Blech 1 Stunde bei 150 ° C backen.

Dann Wenden und nochmal 45 Minuten backen, oft nachschauen, damit sie nicht verbrennen und zu trocken werden.



Pferdekekse – schmecken auch dem Pferdefreund

- 1 Paket Vollkornhaferflocken
- 200 ml Milch oder Wasser
- 2 große Möhren
- 3 Äpfel
- 350 g Zuckerrübensaft
- eventuell etwas Dinkel- oder Vollkornweizenmehl zum Andicken

Äpfel vierteln und entkernen, Möhren schälen (!) und das untere grüne Ende abschneiden. Äpfel und Möhren grob raspeln. In einer großen Schüssel die Haferflocken mit der Milch oder dem Wasser vermengen. Anschließend die Apfel- und Möhrenraspel unter die Haferflockenmasse heben, dann den Zuckerrübensaft dazugeben. Sollte der Teig zuviel Flüssigkeit ziehen, kann man ihn mit Mehl andicken. Der Teig wird in kleinen Häufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech verteilt oder als eine große Masse auf dem Blech verstrichen. Bei ca. 180°C Umluft oder 200°C Ober- und Unterhitze werden die Kekse etwa 45 Minuten gebacken. Nach dem Backen sind die Kekse noch recht weich, daher müssen sie auf

einem Kuchenrost abkühlen und sind anschließend kernig hart.



Auch eine schöne Idee zum verschenken an Pferdefreunde, oder als Mitbringsel beim Adventskaffee. In kleine Tütchen verpackt mit einer tollen Schleife dekoriert. Ein ganz individuelles Geschenk.



Viel Spaß beim Backen und „Guten Appetit“ ☺



Natürlich gibt es auch leckere Hunde- oder Katzenplätzchen! Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt, und Hunde oder Katzen sind ja auch nicht nur reine Fleischfresser und gerne für ein paar „vegetarische“ Plätzchen zu haben.



Winterarbeit

Das Besondere an dieser Jahreszeit ist schlicht und ergreifend das Wetter. Die Tage sind kurz, das Klima kalt und die Bodenverhältnisse schlecht. Entweder ist es matschig, gefroren oder es liegt Schnee.

Aber wie bereiten wir unser Gespann für die kommende Saison vor. Egal was wir in der nächsten Saison vorhaben, sei es Turniere fahren, Wanderfahrten oder Zugleistung erbringen, das gefahrene Pferd muss über eine entsprechende Kondition sowie über eine richtig gestärkte Muskulatur verfügen.

Mit dem Ende der Saison, also im Herbst, beginnt man bereits mit der Planung und Vorbereitung für die nächste Saison, man muss das Ziel vor Augen haben.

Sinnvoll ist es die Pferde frühzeitig einzudecken, damit das dicke Winterfell gar nicht erst so stark wird. Besonders bei Ponys wichtig, da diese viel stärker aufhaaren als Pferde. Werden die Fahrpferde geschoren, auf Grund des dicken Felles, steigt die Gefahr für Erkältungen und der für die Pferde so wichtige Weidegang wird stark eingeschränkt.

Nach dem letzten Turnier oder der großen Fahrt werden die Pferde abtrainiert. Das bedeutet, man fährt sie im Gelände locker vorwärts ohne Ansporn und mit sehr langen und ausgiebigen Schrittphasen.

Weidegang und Spazierritte sind von großem Vorteil. Bereits eine Stunde Schritt reiten, fahren oder führen, erhält die Kondition.

Der Weidegang ist gut für die Ausgeglichenheit, und insbesondere für das Rückenband und die Oberhalsmuskulatur.

Während dieser haben die Pferde Zeit um zu relaxen, den Stress abzulegen und den „Kopf frei zu

machen“. Genau wie wir Menschen auch.

Pferde oder Ponys mit einem hohen Blutanteil brauchen auf jeden Fall eine längere Zeit zum relaxen.

Nach dem Abtrainieren, meist nach den Feiertagen, also zum Jahresbeginn fängt die Zeit des Aufbaus an.

Zu Beginn der Aufbauarbeit ist es wichtig die Muskulatur wieder zu stärken. Empfehlenswert ist es, das Pferd lang und tief zu arbeiten. Dafür eignet sich das vorwärts-abwärts reiten (Takt, Losgelassenheit und Anlehnung erreichen) und/oder das einfache Longieren. Dann wird vermehrt an der Hinterhand gearbeitet, damit diese unter den Schwerpunkt genommen wird und so die Pferde wieder Last aufnehmen und sich selbst tragen (Schwung, Geraderichten und vor allem Versammlung). Dafür eignet sich wiederum das Reiten und speziell die Doppellonge.

Der Einbau von Cavalettiarbeit ist Abwechslungsreich, lockert und stärkt den Rücken. Dies geht an der Longe genauso gut wie unter dem Reiter.

Während dieser Aufbauarbeit, Longieren und locker reiten, empfiehlt es sich jeden zweiten Tag eine 2stündige Schrittarbeit im Gespann einzulegen. Diese Schrittarbeit fördert Kondition, baut Muskulatur auf und bringt Ruhe ins Gespann.

Nach ca. 6 Wochen Aufbauarbeit kann man dann langsam mit dem Intervalltraining, dem gezielten Ausdauertraining, beginnen.

Ganz wichtig ist es die Pferde im Gespann erst einmal 1 Stunde warm zufahren, die Pferde, die Durchblutung der Muskulatur und die Gelenke brauchen diese Zeit in der nasskalten Jahreszeit.

Dann wird ein Intervalltraining im Schritt und im Trab gefahren. Die Sequenzen von Anfangs 5 : 10 (das bedeutet: 5 min. Trab und 10 min. Schritt) werden gesteigert auf 15 : 5.

Nach ca. weiteren 6 Wochen, also Ende März sollte das Pferd sowohl ausreichend konditioniert und gekräftigt sein als auch dressurmäßig vorbereitet sein um dem ersten Turnierstart oder der ersten großen Fahrt entgegen zu sehen..

Während der ganzen Zeit über sollte auf eine ausgewogene und leistungsgerechte Fütterung geachtet werden.

Es ist sicher auch sinnvoll, die Wurmkuren und Impfungen in diese Zeit zu legen, damit die Pferde entsprechende Regenerationsphasen ohne einbußen einlegen können.

Vor der Aufbauarbeit ist ein „Vet-Check“ sinnvoll. Blut, Herz, Kreislauf ist genauso wichtig wie eine Kontrolle der Zähne und der Beine.

Wohl dem der eine Halle oder einen wetterfesten Platz hat. Nur damit kann ein Pferd ausreichend trainiert und vor allem auch gymnastiziert werden.

Aber, mind. 1 Stunde Schritt fahren, reiten oder führen erhält zu 100% die Kondition und die entsprechende Muskulatur. Positiv ist unser „Oberbergisches Gelände“, denn einen Berg im Schritt hochgehen ist gut für Kondition, Rückenband, Hinterhand- und Oberhalsmuskulatur.

In diesem Sinne, viel Spaß beim Training in der nasskalten Brrrr-Glühwein- und Winterzeit.



Ihre Sandy Chiodo

Neues Informationsforum für Rechtsfragen



Die Fälle häufen sich, in denen es im Bereich der Reiterei, Pferdehaltung oder Zucht zu juristischen Auseinandersetzungen kommt. Für mehr Sachkenntnis setzt sich das auf Initiative der Mönchengladbacher Rechtsanwaltskanzlei Dr. Wolfram Siemens gegründete „Pferderechtszentrum“ ein. Die Mitglieder werden ständig aktuell über die neueste Rechtsprechung informiert und erhalten wertvolle Informationen zu allen rechtlichen Problemstellungen. Außerdem bekommen sie ein juristisches Nachschlagewerk, das ständig aktualisiert wird. Weitere Leistungen: E-Mail-Newsletter, Online-Zugriff auf Entscheidungssammlungen und Musterverträge, Vermittlung zu Pferdeexperten aller Disziplinen, Einladung zu Seminaren und Vortragsveranstaltungen des Pferderechtszentrums zu vergünstigten Mitgliederpreisen. Das Pferderechtszentrum bietet auch Hilfe bei der Streitbeilegung in außergerichtlichen Schiedsverfahren an. Dadurch erspart man sich lange Wartezeiten in Gerichtsverfahren.

Das Pferderechtszentrum finden Sie in 41061 Mönchengladbach, Mozartstraße 7, Telefon 02161 5753425, Fax 02161 5753426, E-Mail

info@pferderechtszentrum.de.

Internet:

www.pferderechtszentrum.de

(Quelle: www.reiterrevue.de)

Gute Vorsätze ?

Am Jahresende stellt sich jeder wieder die Frage: „Was kann ich im kommenden Jahr besser machen?“ und schon haben wir sie an Sylvester wieder griffbereit, die „guten Vorsätze für's kommende Jahr“ Die Hitliste beginnt mit: -Rauchen aufhören, mehr Sport treiben, - abnehmen, -regelmäßige Fachlektüren, - mehr Zeit für die Familie, etc. An dieser Stelle wollen wir gar nicht nach dem Erfolg der letzten „guten Vorsätze“ fragen, sondern einfach einen Anreiz für neue schaffen. Die Gesundheit (Prävention und Unfallverhütung) ist doch der Bereich, der uns alle angeht und der für unsere Zukunft immer wichtiger wird.

Die VBG bietet spezielle Kurse für alle Mitglieder von Sportvereinen (dazu gehört auch der Rheinische und Bergische Fahrverein e.V.) an. Die Seminare sind kostenlos, einschl. Übernachtung und Vollpension, und als wäre es noch nicht genug, gibt's obendrein noch eine Km-pauschale für die Anreise. Voraussetzungen und eine Seminarübersicht unter: www.vbg.de

Breitensport

Die neue geführte GHP Stufe II

Nachdem das Interesse an der Gelassenheitsprüfung (GHP) ungebrochen ist, gibt es nun eine zweite, anspruchsvollere Stufe der geführten GHP.

Startschuss ist der 01.01.2008. Auch in der GHP II geht es um Alltagssituationen, wie sie jedem Pferdesportler täglich begegnen können. Bewertet wird, wie bisher auch schon, die Reaktion des Pferdes auf natürliche und umweltbedingte Reize, sowie das korrekte Führen. Die Aufgaben, sowie die Parcourskizze finden Sie unter: <http://www.pferd-aktuell.de/>

Jugend

Jugendwettbewerb „jugend creativ“

Vielleicht auch für unsere Jugend im Verein interessant. Unter dem Motto „Sport verbindet - miteinander ohne Grenzen“ können Vereine in Form von Bildern und Kurzfilmen mitmachen. Die Deutsche Sportjugend ist Hauptpartner beim Themenfeld „Lebenswelt Sport“. Veranstalter sind die Volks- und Raiffeisenbanken. Einsendeschluss ist der 28.2.2008 (in Bayern der 1.2.2008!). Weitere Infos unter:

www.jugend-creativ.de

Wer vielleicht Ideen dazu hat, kann sich gerne mit der Jugendwartin Sandy Chiodo in Verbindung setzen.

Sterne des Sports

Bei der diesjährigen Vergabe der Sterne des Sports gibt es unter den Landessiegern wieder einen Reitverein. Der TU Darmstadt aus Hessen. Im vergangenen Jahr war es die RG Hauerberg aus Marienheide. Hoffentlich haben die Darmstädter Glück bei der Vergabe des Goldenen Sterns. Den Bundestitel wird die Bundeskanzlerin Angela Merkel am 22.1.2007 in Berlin überreichen.

Wir drücken die Daumen!

Wir wünschen auch in dieser Ausgabe allen Mitgliedern ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr!



Impressum

Verantwortlich für den RuB´y-Kurier ist die Sport- und Jugendwartin des Rheinischen- und Bergischen Fahrvereins e. V. Sandy Chiodo