



IGWU—Kutschen—Post

Monatliche Mitteilungen aus dem Vereinsleben

In diesem Monat findet wegen des Feiertags
„Tag der deutschen Einheit“
kein Fahrerabend statt.

Liebe Vereinsmitglieder, liebe Fahrerfreunde,

an unserem Fahrerabend im September hatten wir zu einer außerordentlichen Mitgliederversammlung eingeladen, um ergänzende Vorstandswahlen durchzuführen. Wir freuen uns sehr, jetzt einige neue Gesichter im Vorstand begrüßen zu können: Franzi Besier, die den aktiven Vereinsmitgliedern seit Jahren bekannt sein dürfte, wurde zum neuen Jugendwart gewählt. Da sie vor wenigen Jahren noch selbst zu den Jugendlichen zählte, wird sie bestimmt einen guten Draht zu den Kindern des Vereins finden!

Zumindest von der Stimme her bekannt sein dürfte unsere neue Veranstaltungsleiterin Stefanie Kruse den Turnierteilnehmern und Besuchern unseres diesjährigen Turniers, bei dem sie die Ansagen über das Mikrofon machte. Und wer sich bereits so souverän eingebracht hat, wird sicher auch künftig ein Gewinn für den Vorstand sein! Als Beisitzerinnen konnten wir Marion Löbner, Claudia Christoph und Karina Fon gewinnen. Marion hat uns schon öfter beim Turnier und beim Jugendfahrtraining geholfen, Claudia dürfte den meisten als Trainer A gut bekannt sein und Karina unterstützt mich seit einem Jahr beim Versand der Kutschenpost.

An dieser Stelle möchte ich mich gerne bei allen bedanken, die mir ihr Vertrauen entgegengebracht haben, indem sie mich zur neuen 1. Vorsitzenden der IGWU wählten. Dadurch musste der Posten des Schatzmeisters neu besetzt werden, der jetzt bei Harald Geist in den besten und zuverlässigsten Händen ist.

Ich freue mich auf eine fruchtbare, kreative und freundschaftliche Zusammenarbeit im neuen Vorstand!

Mit herzlichen Grüßen,

Ihre und Eure Eva Schindling

In dieser Ausgabe:

Michael Geitner auf dem Weidenhof	2
Einladung an alle IGWU Kinder, Ausfahrt Langenhain	3
Tag d. offenen Tür, Sternfahrt, Geburtstage, Impressum	4



Wir haben mittlerweile eine große Leserschaft außerhalb der IGWU. Darüber freuen wir uns sehr! Gerne nehmen wir auch Berichte, Ankündigungen etc. in unsere Online-Kutschenpost auf. Gerne darf unsere Kutschenpost weitergeleitet werden, wir nehmen auch weiterhin neue Leser in unseren Verteiler auf! Interessenten bitte per E-Mail an: e.schindling@igwu.de

Seminar „Equikinetik und Dual-Aktivierung“ mit Michael Geitner auf dem Weidenhof

Am 13. und 14. September nahmen 24 Personen, davon 9 mit Pferd und 15 Zuschauer am Seminar „Equikinetik und Dual-Aktivierung“ teil. Nach einem theoretischen Teil durften die 9 Teilnehmer zum Teil mit eigenen oder mit unseren Schulpferden erste Übungen mit dem Pferd durchführen. Neben dem reinen Muskelaufbau stand auch der Umgang mit dem Pferd vom Boden zunächst im Vordergrund. Nachmittags wurden weitere Trainingsabläufe erarbeitet. Am Sonntag wurde am Vormittag mit den Pferden eine weitere Einheit Equikinetik trainiert, am Nachmittag baute Michael Geitner einen Dualaktivierungs-Parcour auf. Alle Pferde wurden nun auch in den Dualgassen unter dem Sattel oder am Langzügel/ Doppellonge gearbeitet. Dass diese Trainingskonzepte von jedem anwendbar sind, konnte die jüngste Teilnehmerin Hanna Berghof (9 Jahre) eindrucksvoll beweisen, sie nahm mit unserer erfahrenen Lehrstute Okoshka am Seminar teil.

Michael Geitner startete 1999 mit seinem Konzept „Be Strict“ einer Problemlösung für Pferde. Vor allem durch seine Zebra-/Ponydame Zesel und ihrer Geschichten in der Cavallo bekam er große Aufmerksamkeit und konnte die Wirkungsweise seiner Ausbildung eindrucksvoll aufzeigen. Ebenfalls ein Ausrufezeichen im Pferdetraining, setzte Michael Geitner 2003 mit der Entwicklung der Dual-Aktivierung. Ein hoch effektives und erfolgreiches Zusatztraining für alle Sparten der Reiterei, um die Balance und die Koordination der Pferde zu fördern. Die Dual-Aktivierung ist weit mehr. Wissenschaftlich fundierte Erkenntnisse untermauern die Effektivität der Dual-Aktivierung.

2013 entwickelte Michael Geitner die mittlerweile über alle Grenzen Europas bekannte und erfolgreiche Equikinetik. Equikinetik ist ein Mix aus Intervalltraining und Longieren. Es ist gleichermaßen für Jungpferde, Rehapferde, Freizeit- und Sportpferde aller Sparten geeignet. Equikinetik beruht auf dem isokinetischen Trainingsprinzip (iso=gleich, kinesis= Bewegung). Das heißt, dass Muskelgruppen während einer Übung für eine bestimmte Zeit gleichmäßig stark angespannt und so trainiert werden. Dafür ist es wichtig, dass die Muskeln gleich und nicht unterschiedlich lange belastet werden. Es ist ein intensives und hocheffizientes Training, das von jedem anwendbar ist.

Vorteile der Equikinetik

Gelenkstützende Tiefenmuskulatur wird gestärkt

Die bewegungsrelevante Oberflächenmuskulatur des Pferdes wird richtig trainiert

Das Pferd kann den Reiter besser tragen

Rittigkeit wird verbessert

Geraderichten wird unterstützt

Effizientere Bewegungsabläufe werden trainiert

Aufmerksamkeit und Konzentration werden gefördert

Reha – Aufbautraining nach Verletzungen oder chronischen Erkrankungen im Bewegungsapparat

Durch die neugewonnene Muskelkoordination werden muskuläre Dysbalancen zwischen den Muskelgruppen deutlich harmonisiert. Dies führt zu einem optimierten Muskeltonus und somit zu effektiveren und energiesparenden Bewegungsabläufen. Des Weiteren hilft Equikinetik dem Pferd, etwa aufgrund muskulärer Dysbalancen des Bewegungs- und Stützapparates, oft schon chronische Schmerzen zu lindern.

Für kommendes Jahr sind zwei weitere Seminare im Juli und im September mit Michael Geitner auf dem Weidenhof geplant.



Alexander Berghof

Liebe Kinder, liebe Jugendliche,

hiermit lade ich Euch ganz herzlich zum diesjährigen Ausflug der Vereinsjugend der IGWU ein. Dieses Jahr möchten wir mit Euch klettern gehen. Dafür treffen wir uns

am Samstag, den 25.10.2014, um 10 Uhr in der Kletterhalle Nordwand (Hagenauer Straße 49, 65203 Wiesbaden).

Ich bitte euch sportliche Kleidung zu tragen und Eure Eltern zu fragen, ob sie Euch einen Salat oder Fingerfood mitgeben, da ich in der Kletterhalle zwei Tische reserviert habe, an denen wir auch essen möchten. Das ganze wird ca. 3 Stunden dauern, sodass Eure Eltern Euch zwischen 13:00 und 13:30 Uhr wieder an der Kletterhalle abholen können.

Außerdem möchte ich, dass ihr Euch mal Gedanken macht, was ihr Euch von mir als neue Jugendwartin für das nächste Jahr wünscht, sprich, ob ihr irgendwelche Ausflüge machen wollt, etc.

Bitte gebt mir bis zum 18.10.2014 eine verbindliche Rückmeldung, auch ob ihr etwas zu essen mitbringt und wenn ja was, per Email (jugendwartin@igwu.de) oder Anruf (Mobil:0176/72510521), damit ich den Tag planen kann. Bitte bringt die Einverständniserklärung ausgefüllt am 25. mit, oder schickt sie mir in der E-Mail mit Eurer Zusage ausgefüllt mit.

Ich freue mich auf den gemeinsamen Tag mit Euch und die gemeinsamen Aktivitäten.

Liebe Grüße, Eure neue Jugendwartin Franziska Besier

www.wiesbadener-nordwand.de Die Einweisung erfolgt durch die geschulten Trainer der Kletterhalle. Beim Klettern sind die Kinder jederzeit über ein Sicherungssystem gesichert. Auch wer erstmal nicht klettern möchte, ist natürlich herzlich willkommen!



Und wieder einmal eine Ausfahrt ab Langenhain

Wie immer, wenn wir ab Langenhain starten, hatten wir auch wieder perfektes Wetter, sonnig, aber nicht zu warm. Charlie Bernstein hatte diesmal eine südliche Route für uns markiert und da sein eigenes Pferd krankheitsbedingt verhindert war, begleitete er uns weiträumig mit seinem Pick Up, so dass er immer ein Auge darauf haben konnte, dass die richtige Strecke eingeschlagen wurde. Dies hatte auch den unbestreitbaren Vorteil, dass Kaffee und Kuchen direkt mitgeführt wurden. Für unseren Ausflug wurden unkompliziert Beifahrer getauscht und Einspannerpferde zusammengespannt, so dass jeder sicher und entspannt in Langenhain eintraf. Auf dem Hof von Herrn Vietzke wurden wir wieder sehr lecker von den Herren Rübsamen verköstigt, während unsere Pferde auf der Koppel die Sonne genossen.

Gerne kommen wir nächstes Jahr wieder, aber sehr gerne hätten wir auch Vorschläge für eine Ausfahrt in einer anderen Gegend. Zur Organisation gehört nicht viel: ein schönes Ausfahrtgelände, ein Parkplatz oder eine Wiese mit Platz für mehrere Autos mit Anhängern und gerne die Möglichkeit, unterwegs einzukehren oder am Ende zu grillen. Wir helfen selbstverständlich bei der Planung und Organisation!



Tag der offenen Scheunentür auf dem Schwanenhof

Am 3. Oktober 2014 (Tag der deutschen Einheit) lädt uns Gerhard Dreßler wieder einmal in seine Kutschenscheuer ein. Ab 11 Uhr gibt es die Gelegenheit, die gesammelten Schätze auf dem Schwanenhof zu bewundern und auch für das leibliche Wohl ist natürlich gesorgt!

Da der 3. Oktober in diesem Jahr auf einen Freitag fällt, findet an diesem Tag kein Fahrerabend in Erbenheim statt.

Anfahrt zum Schwanenhof:

Über die A 66: Abfahrt WI-Nordenstadt, der Hunsrückstraße bis zum Ende folgen, dann links abbiegen in den Wallauer Weg. Weiterfahren in die Oberpfortstraße und geradeaus über den Kreisel Richtung Igstadt. Am Ortsende nach rechts zum Schwanenhof abbiegen.

Sternfahrt zum Jagdschloss Platte

Am Sonntag, den 12. Oktober 2014 findet der 7. Strenritt zum Jagdschloss Platte statt. Es besteht für Fahrer die Möglichkeit, sich um 10.00 Uhr Charlie Bernstein in Hofheim-Wildsachsen oder um 10.30 Uhr Maja Mögelin am Hofgut Adamstal anzuschließen. Ab 12.00 Uhr werden die Reiter und Fahrer am Jagdschloss erwartet, um 12.30 Uhr ist die Begrüßung und anschließend die Andacht und Segnung der Pferde. Für einen kleinen Imbiss ist gesorgt. Die Reiter und Fahrer erhalten die Sternritt Jahresnadel. Der Wiesbadener Reit- und Fahrclub freut sich, uns und unsere Pferde auf der Platte zu begrüßen. Die Teilnahme ist auf eigene Gefahr.

Geburtstage im Oktober

01.10.	Dr. Peter-F. Hanke-Velten
05.10.	Ralf Rößler
05.10.	Colin Diefenbach
06.10.	Andreas Christoph
07.10.	Sandra Christoph
10.10.	Sandro Schmidt
12.10.	Rainer Beck
13.10.	Willi Fuchsberger
16.10.	Christian Kliem
19.10.	Claudia Christoph
22.10.	Peter Dengler
24.10.	Doreen Weber
24.10.	Robert Butz
25.10.	Tamina Beck
25.10.	Ernst Röhrig
29.10.	Karin Addison
30.10.	Friedel Dexheimer
30.10.	Peter Rautenberg
31.10.	Sabine Rahrbach

Herzlichen Glückwunsch!

STERNRITT 2014
zum Jagdschloss Platte
12. Oktober 2014

Der Wiesbadener Reit- und Fahr-Club e. V. lädt alle Pferdefreunde zu einem Sternritt ein.

Programm:
Eintreffen Reiter und Kutschen 12:00 - 12:30 Uhr
Begrüßung der Teilnehmer 12:30 Uhr
Andacht und Segnung der Pferde anschließend
Abritt 13:30 - 14:00 Uhr

Für einen kleinen Imbiss ist gesorgt. Reiter und Fahrer erhalten die Sternritt Jahresnadel.
Der Wiesbadener Reit- und Fahr-Club, e. V. freut sich darauf, Sie und Ihre Pferde und auf der Platte zu begrüßen.
(Platte: Straße, 65195 Wiesbaden, an der B 417).
Teilnahme auf eigene Gefahr.
eMail: info@wrfc.de - Internet: www.wrfc.de

Impressum

Interessengemeinschaft der Gespannfahrer Wiesbaden und Umgebung e.V. www.igwu.de
Kutschenpost: Eva Schindling Tel. 06190-5427 oder 0175-5976551 e.schindling@igwu.de