

5. Fahne

Bewegungsbeschreibung	Minderung der Übungsqualität
<ul style="list-style-type: none"> – beidbeiniges Aufknien beider Unterschenkel diagonal zur Wirbelsäule des Pferdes in die Bankstellung (ca. 90 Grad zwischen Oberkörper und Oberschenkeln) – die Arme sind leicht gebeugt, die Schultern stehen über den Griffen (Abb. 1), die Blickrichtung ist geradeaus gerichtet – gleichzeitig werden das rechte Bein nach hinten oben und der linke Arm nach vorn oben ausgestreckt – dabei bleiben Schulter- und Beckenachse waagrecht und annähernd auf einer Höhe – das Gewicht ist gleichmäßig auf dem rechten Arm und dem linken Unterschenkel verteilt (vom Knie bis zu den Zehenspitzen) – die Längsachse des Voltigierers entspricht der Längsachse des Pferdes – linke Hand, Arm, Schultern, Rücken, rechtes Bein und den Fuß verbindet eine gleichmäßig gebogene Linie über der Horizontalen 	<ul style="list-style-type: none"> – hartes, unkontrolliertes Aufknien – Korrektur der Bankstellung – durchgedrückte Arme – Ausstrecken des Beines nicht direkt aus der Bankposition – ausgedrehtes Becken – Bein und Arm werden nacheinander angehoben – ungleiche Gewichtsverteilung – nach innen oder außen verdrehte Längsachse
<p>Übergang zur Bank:</p> <ul style="list-style-type: none"> – gleichzeitig werden die linke Hand an den inneren Griff und das rechte Bein zurück auf das Pferd, zur Bank, geführt 	