

## Die Grundausrüstung für ReiterInnen

(für alle angebotenen Reitunterrichtsklassen der Reitschule Haug)

### Reithelm

---

- Warum?** Gehört zur Grundausrüstung, da ein Reithelm Deinen Kopf schützt. Mildert Unfallfolgen und bewahrt Dich z.B. auch bei Ausritten vor Kontakt mit Ästen.
- Wie?** Hat eine Drei- oder Vierpunktbefestigung und ist bruch- und splittersicher. Passt Dir genau, ohne zu verrutschen, wenn Du Dich bewegst. Ist so eingestellt, dass er sitzt, ohne zu drücken. Hat möglichst ein Prüfzeichen der Europäischen Norm.
- Kosten?** Ab ca. 30€
- Achtung:** Fahrradhelme o.Ä. erfüllen nicht denselben Zweck und sollten nicht zum Reiten genutzt werden. Reithelme nie gebraucht kaufen! Es ist absolut wichtig, dass Helme sturzfrei sind und regelmäßig ausgetauscht werden.



### Reithose

---

- Warum?** Schützen Deinen Körper sowie den Sattel der Pferde. Geben Dir einen besseren Halt im Sattel.
- Wie?** Bequeme Passform, die eine gute Beweglichkeit zulässt. Darf va. an den Knien und im Schritt keine Falten schlagen, damit sie nicht scheuert.
- Kosten?** Ab ca. 20€
- Achtung:** Jeans/Leggins/... erfüllen nicht denselben Zweck und sollten nicht zum Reiten genutzt werden.



### Reitstiefel oder Stiefeletten mit Chaps

---

- Warum?** Geben Deinem Fußgelenk und Unterschenkel Schutz und Stabilität. Die Steigbügel können nicht an Deine empfindlichen Knöchel schlagen. Geben Dir Halt: Du rutschst nicht zu weit in den Steigbügel und bleibst im Fall eines Sturzes weniger im Steigbügel hängen.
- Möglichkeiten:** Kniehohe Reitstiefel aus Leder oder Kunststoff. Lederstiefel sind komfortabler, aber auch teurer. Eine gute Alternative bietet die Kombination aus kurzen Stiefeletten mit kniehohen Chaps.
- Wie?** Perfekte Passform: Sollte nicht rutschen & eng anliegen. Rutschfeste Gummisohle mit Absatz.
- Kosten?** Ab ca. 15€
- Achtung:** Freizeitstiefeletten, normale Gummistiefel, Wanderschuhe, Socken statt Chaps,... erfüllen nicht denselben Zweck und sollten nicht zum Reiten genutzt werden.



## Reithandschuhe

---

Warum?	Ermöglichen Dir einen festen Griff und Halt, um Dir die nötige Sicherheit zu geben. Schützen bei Kälte und Nässe.
Wie?	Über dem Handrücken genügend weit und nicht zu dick, um das Gefühl der Reiterhand nicht zu beeinträchtigen. Verstärkung zwischen Ring- und kleinem Finger sowie Daumen und Zeigefinger erhöht die Haltbarkeit und kann das Durrutschen der Zügel verhindern.
Kosten?	Ab ca. 5€
Achtung:	Woll-/Fahrrad-/Winterhandschuhe o.Ä. erfüllen nicht denselben Zweck und sollten nicht zum Reiten genutzt werden.



## Sicherheit vor Schönheit

---

- Binde Deine Haare beim Reiten immer zusammen, lege Armreifen, lange Ketten und Fingerringe ab.
- Farben und Formen der Reitausrüstung verändern sich mit der Mode. Dir sollte Deine Reitbekleidung natürlich gefallen. Auf jeden Fall muss sie aber bequem, zweckmäßig und sicher sein!
- Oberbekleidung mit relativ körpernahe Schnitt: Zu weite/ lange Oberteile können am Sattel hängen bleiben oder stören.

## Die Grundausrüstung für VoltigiererInnen

---

- Dehnbare Gymnastikhose
- T-Shirt/enganliegender Pullover
- Gymnastikschuhe mit flexibler, rutschfester Sohle
- Haare müssen zusammengebunden sein und es darf kein Schmuck getragen werden

Grundsätzlich: Bequeme, zweckmäßige, pflegeleichte und enganliegende Kleidung; Weite Kleidungsstücke sind ungeeignet, da sie an der Ausrüstung des Pferdes hängen bleiben können und Ausführungsfehler schwerer zu erkennen sind.

