

# Reiten

Dein Kind sollte bei jeder Sportart ausreichend Wasser für die Sporttasche einpacken. Zu Beginn reichen für den Reitunterricht bequeme Kleidung und Schuhe. Je professioneller Dein Kind den Reitsport trainiert, desto mehr Utensilien werden benötigt. Gewöhnlich erscheinen die Kinder in ihrer Reitausrüstung zum Reitunterricht und haben vor Ort keine Möglichkeit anschließend zu duschen. Dementsprechend benötigt Dein Kind kein Duschzubehör für die Sporttasche.

## Was in jede Sporttasche gehört

### Bekleidung

- ☐ bequeme, funktionale Kleidung, die nicht einschneidet und in der man sich gut bewegen kann

### Im Sommer

- ☐ leichtes T-Shirt
- ☐ Sonnencreme (falls ein Ausflug im Freien geplant ist)

### Im Winter

- ☐ Jäckchen oder dünner Pullover, die unter die Sicherheitsreitweste passen

### Körperpflege

- ☐ kleines Handtuch
- ☐ Deodorant (ab dem Teenageralter)
- ☐ evtl. Wechselsachen für den Heimweg und eine Tüte für schmutzige Kleidung

### Sonstiges

- ☐ ausreichend Wasser
- ☐ Obst, Energie-Riegel (nach dem Sport)
- ☐ evtl. eine Möhre als Snack für das Pferd

## Beim Reitunterricht

### Schuhe und Bekleidung

- ✓ Reithelm, der den Sicherheitsnormen VG1 oder PAS015 entspricht
- ✓ feste Reitstiefel ohne Profilssole
- ✓ lange, enganliegende Reithose
- ✓ Reithandschuhe
- ✓ Sicherheitsreitweste

## Beim Voltigieren

### Schuhe und Kleidung

- ✓ Gymnastikschläppchen mit Ledersohle (keine Gummisohlen)
- ✓ lockeres T-Shirt
- ✓ leichte Hose

### Accessoires

- ✓ Haargummi, Haarnadeln und ggf. Haarnetz für den Dutt (bei langhaarigen Kindern)
- ✓ ggf. Haarnetz für den Dutt im Voltigierunterricht

Besprich bei der Besichtigung des Reiterhofes mit dem Reitlehrer, was Dein Kind konkret benötigt, damit es alles Wichtige zur ersten Reitstunde parat hat. Weitere Infos findest Du in unserem Artikel zum Thema [Reiten](#).