

Reiten mit dem Franklin Ball

Sitzkurs Dynamisch Reiten mit Nirina Meyer

Reitsportzentrum Hilti, 9494 Schaan



Dynamisch Reiten ist die Kombination von Sitzschulung, Bewegungslernen und Mentaltraining. Das Training ist für alle Reitweisen geeignet.

Ziele/ Nutzen:

- Balance, Beweglichkeit, Losgelassenheit
- geschmeidiger Sitz
- feine Hilfengebung
- dynamisch-leichtes Reitgefühl zwischen Entspannung und Spannkraft

Inhalte:

- Erlebbar Anatomie
- Körperbewusstsein schulen
- Beweglichkeit, Kraft und Koordination
- Hilfengebung im Timing
- Mentaltraining

Ablauf:

Jeder Kurs hat unterschiedliche Themen-Schwerpunkte. Mit Körperarbeit auf der Gymnastik-Matte oder auf dem Stuhl wird das jeweilige Thema erarbeitet und anschliessend auf dem Pferd umgesetzt. Dies ermöglicht ein intensives Lernen.

Freue Dich auf mehr Harmonie beim Reiten!

Samstag 15. Juni 2024 – Becken Balance

Programm:

9.15-10.45 Uhr erlebbare Anatomie, Körperarbeit im Theorieraum.

11.15 Uhr Reiten Gruppe 1

12.15 Uhr Reiten Gruppe 2

Da für die Übungen mit dem Franklin Ball die Pferde zum Teil geführt werden sollten, wäre dafür eine andere Teilnehmerin oder eine persönliche Begleitperson sinnvoll.

Ab 13.30 Uhr Einzellektionen auf Wunsch buchbar

Kurskosten: 90.- CHF pro Teilnehmende mit Pferd/ 50.- CHF Zuschauer extern
Einzellektionen 30 min 50.- pro Person

Mitnehmen: Gymnastikmätteli/Decke für Indoor, ev Reithelm

Anmeldung: auf Liste eintragen bis 11. Juni 2024 oder per WhatsApp/ SMS an Daniela Walcher Telefon 078 660 57 39,
Anmeldung gültig bei Vorauszahlung des Betrages in bar an Daniela Walcher

Samstag 3. August 2024 - Einzellektionen: individuelle Sitzschulung 60 min à 98.- ,
Anmeldung und Zeitplan bei Daniela Walcher

