

Die RSG-Klosterberg veranstaltet
am 07. und 08. März 15 im Reitstall Schwab, Hagenhausen
ein Bewegungstraining für Reiter
mit Bewegungstrainerin Katja Trillitzsch



BEWEGUNGSTRAINING
FÜR UNTERNEHMEN, SCHÜLER, SPORTLER UND REITER

Katja Trillitzsch

Die Eckart Meyners Methode

Sind Reiter denn nicht auch Sportler? Doch! Natürlich! Ein losgelassener und koordinierter Sitz ist die Grundlage guten Reitens. Wie schwer das umzusetzen ist, merkt jeder ambitionierte Reiter im täglichen Training. Klassische Reitanweisungen wie „Schulterblätter zusammen“ oder "Absatz tief" sind oft für den Reiter nicht realisierbar, da die eigentliche Ursache dieser Sitzfehler meist an anderer Stelle liegt. Die Methode von Eckart Meyners korrigiert nicht die Symptome der Sitzfehler, sondern forscht nach den wirklichen Ursachen. Durch gezielte Übungen lernt der Reiter ein neuartiges Bewegungsgefühl. Blockaden, die in allen Bereichen des Körpers eine harmonische Einwirkung auf das Pferd verhindern, werden gelöst. Verbessert auch Ihr euer individuelles Können im Seminar mit Katja Trillitzsch, Pferdewirtschaftsmeisterin und Bewegungstrainerin EM (Eckart Meyners).

Verlauf der Praxis

Die Sitzschulung findet als Einzelunterricht statt, zu der jeder Reiter sein Pferd bereits selbstständig gelöst haben sollte und dauert je Einheit ca. 45 Min. „Ca“ weil Frau Trillitzsch sehr individuell arbeitet und es manchmal auch etwas länger dauern kann. Bei einem 2-tägigen-Kurs findet natürlich je Tag eine praktische Einheit statt. Die Theorie dauert ca. 1 Std.

Der Reiter schildert die Bewegungstrainerin am Anfang sein Sitzgefühl und eventuelle Probleme. Durch die Aussage des Reiters und die Beobachtung von Frau Trillitzsch werden Übungen ausgesucht die auf dem Pferd oder auf einer Bodenmatte ausgeübt werden.

Beim Reiten von Galopp- und Trabübergänge beschreibt der Reiter jegliche Veränderung. Das Gefühl des Reiters ist ganz entscheidend um auf die nächste Übung zu schließen usw.

Der Ablauf ist wenig anstrengend für Pferde, so dass diese auch zwei Stunden nacheinander gehen können.

Kursbedingungen

Die maximale Teilnehmerzahl beträgt für die Praxis (aktive Teilnahme mit Pferd) pro Tag **10 Personen**.

An der Theorie kann jeder teilnehmen der sich für das Thema interessiert ebenso als Zuschauer kann man gerne dabei sein.

Kosten

1-Tageskurs

65 € / Person → Im Kurspreis sind enthalten 1x ca 45 Minuten praktischer Einzelunterricht und Theorie

2-Tageskurs

115 € / Person → Im Kurspreis sind enthalten 2x ca 45 Minuten praktischer Einzelunterricht und Theorie

Für Teilnehmer die nur bei der Theorie oder als Zuschauer dabei sein möchten 10 € / Tag u. Person

Für Fragen oder Anmeldungen könnt ihr euch gerne an Silvia Assmann, E-Mail: die.silvia@hotmail.de wenden.

1 oder 2-Tagesseminar „Bewegungstraining für Reiter“ mit Theorie

Anmeldeliste

- Am 07. / 08. März 2015
- 1-Tageskurs 65€ / 2-Tageskurs 115€

	Vor- und Nachname	Pferd	Tel. + E-Mail	Theorie + Praxis (Tag)	Nur Theorie /Zuschauer
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

