Equi-tera-tera Seminar "Reiten"

Nach dem Aufbau des Pferdes folgt der therapeutische Beritt mit einem entsprechend pferdefreundlichen Sitz.

"klassisch sitzen – pferdegerechte Hilfen – wissen, begreifen und fühlen"

Es gibt sie: Die Sitz-Fallen, die einen unabhängigen Sitz verhindern. Mit einfachen Änderungen und Übungen fühlst du dich besser und das Pferd geht eindeutig lockerer unter dir.

- Für alle Reiter/innen, die mehr wissen möchten.
- Für alle interessierten Pferdemenschen.
- Für alle Pferde-Trainer/innen.
- Seminar bedeutet, dass wir am "runden Tisch" im warmen Stübli die Theorie lernen und diskutieren. Hier steht ein Sattelbock zur Verfügung, damit die Teilnehmer/innen "trocken üben" können.

Kosten: Fr. 190.- pro Tag und Person. Mit Verpflegung. Mit ausführlichem Skript.

Kursort: Laubihof, Laubi 1 in Eglisau.

Daten: 18. März 2023 – 9.30h bis 16.00h

«Trockenübungen» auf dem Sattelbock



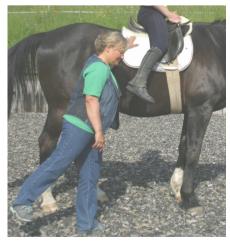
Inhalt und Ablauf

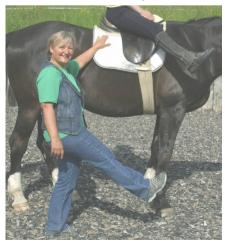
Der klassische Sitz - "wie man ihn gern hätte": Von aussen her gesehen – von oben her erfühlt. Schwierigkeiten, die dabei entstehen, Lösungsvorschläge.

"Gas" und "Bremse". "Steuerrad" via Sitz. Wo und wie?

Praktische Übungen auf dem Sattelbock - Lösen der Muskulatur der Reiter/innen









Die Bewegungen im Schritt:

Fühlen und zulassen - klare Hüft-Bewegung ohne Schlenker - Ellbogen-Hüft-Bewegung - Rückwärts-Pedalo-Bewegung der Beine.

Die Bewegungen im Trab:

Beckenbewegung - Bein-Bewegung - Hände-Ellbogen-Bewegung.

Die Bewegungen im Galopp:

Ruhige, stehende Beckenbewegung im Arbeitsgalopp - Schiebende Becken-Bewegung nur für verlängerte Sprünge - Ellbogen-Bewegung - Steigbügel-Druck und Unterschenkel-Bewegung für die Schwebephase.

Steuern über Gewichtshilfen: Logische Erklärungen betr. Schwerpunkt. Unterschiede im Sitz bei Übertreten/Schenkelweichen zu Traversale etc.

Schenkelhilfen: Wie wenig und wann.

Zügelhilfen:

Lockeres Handgelenk – Daumen und Zeigefinger halten den Zügel – Unterarm und Zügel. Trockenübungen: Wie fühlt es sich für das Pferd an?





