

Reiten aus der Körpermitte mit Stephanie Hornung
Centered Riding Instructor Level 2
auf der Reitanlage Saalow / Hof Burmester
am Dienstag, den 25. Januar 2011, von 15 bis 18 Uhr



Die Bewegungsschulung auf dem Trampolin hilft Reiterinnen und Reitern, ihre eigenen Bewegungsmuster zu erkennen. Ähnlich wie auf dem Pferd gibt uns das Trampolin Impulse, die wir im Körper ausbalancieren müssen, um im Gleichgewicht zu bleiben. Speziell für Reiterinnen und Reiter entwickelte Übungen auf dem Trampolin geben uns Auskunft darüber, welche Wendungen uns leichter fallen, welches Bein wir mehr belasten und dadurch unbewusst eine Gewichtshilfe geben, welcher Galopp uns leichter fällt und ob wir ein ausgeglichenes Verhältnis zwischen Aufwärtsbewegungen und Abwärtsbewegungen haben, was wichtig für die Versammlung ist.

Dieser Halbtageskurs setzt sich zusammen aus Centered Riding Übungen auf dem Trampolin und gerittenen Centered Riding Lektionen zu den Themen Zentrierung, Gleichgewicht und Nachfolgender Sitz.

Teilnahmegebühr: 40 Euro

Veranstaltungsort: Hof Burmester, 15838 Am Mellensee / OT Saalow

Weitere Infos und Anmeldung:

Stephanie Hornung Tel.: 0170/2916191

Dörte Voland / Morgana Tel.: 0175/5834387

Reitkurse und Tellington-Kurse mit Stephanie Hornung finden Sie unter
www.stephanie-hornung.de