

Indoor-IntensivSeminar:
Ideokinese für Reiter-
mit mentaler Vorstellungskraft zum besseren Sitz.
Stephanie Hornung, Centered Riding Instructor Level 3
in der Praxis für Ergotherapie 10715 Berlin-Wilmersdorf
am Sonntag, den 5. Februar 2012, von 10 bis 17 Uhr



Dieses Seminar ist für Reiterinnen und Reiter entwickelt, die den Mut und die Motivation haben, neue Wege zu beschreiten und die gerne lernen möchten:

- wie sie durch gezielte Visualisierungen ihre eigenen **Emotionen** verändern und damit die **Emotionen des Pferdes** beeinflussen können.
- wie sie ihren eigenen körperlichen und mentalen **Schwerpunkt** finden können und wie sie ihn nahe am körperlichen **Schwerpunkt des Pferdes** platzieren.
- wie sie über Visualisierungen **Halbe Paraden** geben können.
- wie sie über Visualisierungen ihren eigenen **Muskeltonus** verändern können, um das Pferd gezielt in der **Entspannung** oder **Energetisierung** zu unterstützen.
- wie sie über mentales Training ihr **Körperbewusstsein** schulen können.

- wie sie über mentales Training ihre **Bewegungsabläufe** beim Reiten optimieren können.

- wie sie über mentales Training ihre **Konzentrationsfähigkeit** beim Reiten steigern können.

Ort: Praxis für Ergotherapie Tania Gallardo, Weimarische Straße 1,
10715 Berlin-Wilmersdorf, Nähe Bundesplatz

Termin: Sonntag, 5. Februar 2012, 10 Uhr bis 17 Uhr

Teilnehmeranzahl: 4 bis 8

Kosten: 150 Euro (incl. 19% Umsatzsteuer)
125 Euro bei gleichzeitiger Buchung des Indoor-IntensivSeminars am 4. Febr. 2012
100 Euro für die Teilnehmerinnen meiner Reitkurse

Kleidung: Bitte Reitkleidung oder bequeme Freizeitkleidung tragen. Das gesamte Seminar findet in beheizten Räumen statt.

Kursleiterin: Stephanie Hornung, Tel.: 0170/2916191
TTEAM®-Practitioner 3
(v. Linda Tellington-Jones lizenzierte Lehrerin für die TTEAM®-Methode)
Centered Riding® Instructor Level 3
(Lehrerin für das Reiten aus der Körpermitte nach Sally Swift)
Pferdegestütztes Coaching
www.stephanie-hornung.de

.....
Anmeldung: (Bitte schicken an S. Hornung, Tewsstr 21, 14129 Berlin)
Hiermit melde ich mich für das Seminar am 5. Februar 2012 an:

Name, Vorname:

Adresse:

Telefon, E-Mail:

Die Seminargebühr überweise ich bis zum **25. 1. 2012** auf das Konto:
Stephanie Hornung, Postbank Berlin BLZ 10010010 , Kontonummer 743029108
Bei Abmeldung innerhalb von drei Wochen vor Kursbeginn verfällt die Kursgebühr,
falls kein Ersatzteilnehmer genannt wird. Die Teilnahme erfolgt auf eigene
Verantwortung.

Datum:

Unterschrift: