

# **Reitkurs am 13./14. Februar 2010 auf dem Sonnenhof mit Centered Riding® Instructor Stephanie Hornung in Undingen / 72820 Sonnenbühl**

Reiten zu unterrichten, bedeutet für mich Gleichgewicht, Koordination und freie Beweglichkeit zu unterrichten. Im Vordergrund steht die Unterstützung des individuellen Lernprozesses von Mensch und Tier.

Im Reitunterricht verwende ich hauptsächlich Techniken aus dem Centered Riding und ergänze sie mit Elementen aus der TTEAM-Methode von Linda Tellington-Jones.

## **Reiten aus der Körpermitte/Centered Riding®:**

Centered Riding ist für mich die ideale Art, Reiten zu lehren, denn sie respektiert das Pferd als lebendiges und fühlendes Wesen und hilft sowohl dem Pferd als auch dem Menschen, sein vollständiges Potenzial zu entfalten.

Es unterstützt das gymnastizierende Reiten in allen Reitstilen auf allen Niveaus, denn das Erlernen des Bewegungsgefühls und der Bewegungsqualität stehen dabei im Vordergrund.

Mit Hilfe von inneren Bildern lernt der Mensch, sein eigenes Gleichgewicht sowie das Gleichgewicht des Pferdes und seine Bewegungsabläufe zu erspüren und zu verbessern.

Mit inneren Bildern findet auch die Kommunikation mit dem Pferd statt, denn die Vorstellung von Bewegungsabläufen bewirkt kleine Bewegungen im Körper, die von außen unsichtbar, vom Pferd jedoch gut zu spüren sind.

Während des Kurses kann auch auf Wunsch an individuellen Problemen gearbeitet werden: Flüssiges Angaloppieren, Aussitzen im Trab, Seitengänge, korrektes Biegen und Geraderichten, Übergänge richtig reiten, halbe Paraden.....

**Der Kurs ist sowohl für Centered Riding Einsteiger, als auch für Centered Riding Fortgeschrittene geeignet.**

**Der Reitunterricht findet einzeln statt (auf Wunsch zu zweit).**

**Jede Kursteilnehmerin und jeder Kursteilnehmer reitet am Vormittag und am Nachmittag je 30 Minuten.**

**Nach Absprache stehen einige Lehrpferde zur Verfügung.**

## **Tellington-TTouch® als Unterstützung der Gymnastizierung:**

Der TTouch besteht aus kreisenden, streichenden und hebenden Berührungen des Pferdekörpers.

Mit Hilfe der TTouchees können der Muskeltonus ausgeglichen, Verspannungen gelöst und das Nervensystem beruhigt werden.

Das Pferd kann durch die TTouchees Körperbewusstsein entwickeln für das Heben des Rückens, das Senken der Kruppe, das Weitwerden in den Schultern, das Anheben des Widerristes, die Beugung der Hanken und vieles mehr.

Wurden die TTouches in entspannten Situationen geübt, können sie auch zum Angst- und Stressabbau in schwierigen Situationen eingesetzt werden. Besonders hilfreich sind sie bei Tierarztbesuchen, in Verladesituationen und auf Turnieren.

**Ort:** Reitanlage Sonnenhof / Undingen in 72820 Sonnenbühl

[www.sonnenhof-undingen.de](http://www.sonnenhof-undingen.de)

**Termin:** 13./14. Februar 2010, 9 bis 13 Uhr und 14 bis 18 Uhr.

**Teilnehmeranzahl:** 6 bis 8

**Kosten:** 130 € plus 30 € für die Unterbringung des Pferdes

**Kursleiterin:**

**Stephanie Hornung**, Tel.: 0170/2916191

TTEAM®-Practitioner 2

(v. Linda Tellington-Jones lizenzierte Lehrerin für die TTEAM®-Methode)

Centered Riding® Instructor Level 2

(Lehrerin für das Reiten aus der Körpermitte nach Sally Swift)

Clickertrainerin für Pferde

[www.stephanie-hornung.de](http://www.stephanie-hornung.de)

**Weitere Infos:** : **Sonnenhof, Dr. Karin Naser**, Tel 0178/8210738

.....  
**Anmeldung:** (Bitte schicken an S. Hornung, Tewsstr 21, 14129 Berlin)

Hiermit melde ich mich für den Kurs am 13./14. Februar 2010 an:

Name, Vorname:

Adresse:

Telefon, E-Mail:

Mein Pferd heißt:

Geschlecht:

Rasse:

Alter:

Die Kursgebühr von 130 Euro überweise ich bis 13. Januar 2010 auf das Konto:  
Stephanie Hornung, Postbank Berlin BLZ 10010010 , Kontonummer 743029-108  
Bei Abmeldung innerhalb von zwei Wochen vor Kursbeginn verfällt die Kursgebühr,  
falls kein Ersatzteilnehmer genannt wird. Die Teilnahme erfolgt auf eigene  
Verantwortung. Bei Reitkursen besteht Helmpflicht.

Datum:

Unterschrift: