



Centered Riding Kurs

mit Roswitha Schreiber – Jetzinger

von 20.- 21. Jänner 2018

Was ist Centered Riding? - Reiten aus der Körpermitte!

Reiten aus der Körpermitte, wurde von **Sally Swift** entwickelt und ist ein neuer Weg, die klassischen Prinzipien des Reitens mit Hilfe von Körperwahrnehmung, "zentrieren" und inneren Bildern besser umzusetzen. Wenn Ihr Reitlehrer Ihnen sagt, "was" Sie tun müssen, um mit Ihrem Pferd gut kommunizieren (harmonisieren), zeigt Centered Riding Ihnen, **WIE** Sie das am besten umsetzen.

Wie funktioniert Centered Riding? Viele Leute sind, ohne es sich bewusst zu sein, in alten Gewohnheiten gefangen, und obwohl unser Körper oft steif, verkrümmt oder aus dem Gleichgewicht ist, fühlt er sich für uns ganz normal an. Ein Pferd spürt natürlich, wie wir unseren Körper einsetzen und reagiert dementsprechend darauf. Dies kann zu Missverständnissen und Widerwillen führen. Reiten aus der Körpermitte hilft die Körperwahrnehmung zu schulen und erweitert somit unser Potential, den Körper besser einzusetzen. Sie werden eine innere Balance und Körperkontrolle finden, die Ihnen ermöglicht, mit mehr Freiheit, Sicherheit und Koordination zu reiten und Ihr Pferd wird mit besserer Haltung und vermehrter Vorwärtsbewegung im Gleichgewicht reagieren. Sie und Ihr Pferd werden eins und können nun die offene Kommunikation und Leichtigkeit der Bewegung genießen.

Kursprogramm:

Vormittags: Theorie

Mittagessen

Nachmittags: Reitstunden zu jeweils 3 Reitern

Kosten:

Mit Privatpferd: € 200,-

Mit Schulpferd: € 240,-

Nur Theorie: € 80,-

Anmeldegebühr: € 50,-

Anmeldegebühr Theorie : € 10,-

Max. Teilnehmerzahl für den praktischen Teil: 12 ReiterInnen

Anmeldung ab sofort unter office@reitstallhubertus.at, bei unseren Reitlehrern oder unter Tel. 0676/6042642