

## Sitzschulung nach der Bewegungslehre für alle Reitweisen mit Übungen nach Eckart Meyners, Eric Franklin und NaTuRe

**Ziel:** Im eigenen Gleichgewicht sitzen und locker die Bewegungen des Pferdes mitschwingen zu können – damit haben viele Reiter aus ganz unterschiedlichen Gründen Schwierigkeiten. In diesem Kurs wird an einem guten Sitz gearbeitet und dieser trotz Störeinflüssen wie einer schiefen Hüfte, Blockaden oder Skoliose optimiert. Ziel ist ein Sitz, der das Pferd nicht in der Bewegung stört, dem Reiter mehr Sicherheit im Sattel gibt und so die Losgelassenheit beider fördert und das Vertrauensverhältnis optimiert.

Der Kurs ist für alle Reitweisen geeignet.

**Anforderungen:** *an die Pferde:* sicher in Schritt und Trab

*an die Teilnehmer:* Mindestanforderung in Schritt und Trab sichere Reiter (Reiten ist nicht Pflicht! Es kann auch nur zugeschaut werden.)  
min. 6 Teilnehmer

*an die Anlage:* Platz oder Halle, Platz für die Übungen am Boden  
Bitte klärt vor der Buchung mit Eurem Einstellbetrieb ab, ob Fremdtrainer zugelassen sind. Ggf. entstehende Kosten sind durch die Kursteilnehmer zu tragen.

Der Kurs kann auch auf unserer Anlage in 63579 Freigericht-Horbach stattfinden.

**Equipment:** Yogamatte, ggf. Gymnastikball falls vorhanden, Sattel, Kopfstück, ggf. Handschuhe, ich empfehle das Reiten mit Helm. Bei minderjährigen Teilnehmern ist das Tragen eines Helms Pflicht.

- Kursablauf:
- Der Kurs mischt Theorie, Arbeit am Boden des Reiters und natürlich Praxis auf dem Pferd.
  - Besprochen wird zunächst die Bewegungslehre im vorgeschalteten 2-stündigen Live-Webinar,
  - Begonnen wird am Vormittag mit Übungen am Boden, bevor am Nachmittag eine Reiterbeurteilung im Sattel erfolgt und mit gezielten Übungen an konkreten Sitzverbesserungen gearbeitet wird.

Kosten incl. MwSt.: 145 € je Teilnehmer incl. webinar

*Anfahrt:*

- bis 20 km pauschal € 10
- 20 – 50 km pauschal € 40
- 50 – 100 km pauschal € 80
- 100 – 200 km pauschal € 100