

## KRV Seeland Aarberg

---

# Bewegungstraining mit Martin Volesky

nach Eckart Meyners

[www.bewegungstrainer.net](http://www.bewegungstrainer.net)

### Ziele des Bewegungstraining nach Eckhart Meyners

- Unabhängiger und losgelassener Sitz als Grundlage für korrektes Reiten von Lektionen
- Korrekte Hilfengebung
- Neues Bewegungsgefühl und verbesserte Beweglichkeit
- Verbesserung der Koordination
- Verbesserung des Gleichgewichts
- Steigerung der Konzentrationsfähigkeit
- Aktivierung gestörter Nerv - Muskelverbindungen

### Ablauf des Trainings

- Die Trainingseinheit wird mit einem Reiter durchgeführt und dauert ca. 45 – max. 60 Minuten.
- Die Reiter machen ihr Pferd selbständig vor der Stunde warm
- Der Reiter reitet sein Pferd vor und der Trainer erkennt durch das Vorreiten die Verbesserungsmöglichkeiten, die der Reihe nach bearbeitet werden
- Übungen finden oft ohne Pferd statt: es braucht einen Helfer, der das Pferd führt

**Datum:** 3. 4. 5. 6. Juli 2015 (Freitag und Montag nur bei genügend Anmeldungen)

**Ort:** Reithalle Bühl

**Dauer:** 2 x 45 Minuten (je an einem Tag) gewünschte Tage bei Anmeldung angeben  
Teilnehmer die bereits einen Kurs besucht haben, können auch nur 1 Lektion besuchen (= halber Preis)

**TeilnehmerInnen:** ReiterInnen aller Leistungsklassen und aller Disziplinen. Dieser Kurs ist vor allem reserviert für Pensionäre Reitstall Bühl und Mitglieder des KRV Seeland Aarberg

**Kursleiter:** Martin Volesky [www.bewegungstrainer.net](http://www.bewegungstrainer.net)

**Kosten:** Pensionäre Reitstall Bühl CHF 240.-  
Mitglieder KRV Seeland Aarberg CHF 280.-  
Andere CHF 320.-  
**Kursgeld am 1. Tag bar zu bezahlen**

**Anmeldung:** Pia Spiegl 079 446 16 88 [p.spiegl@reitstall-buehl.ch](mailto:p.spiegl@reitstall-buehl.ch)  
Corinne Gürlet 079 453 28 44 [corinne\\_querlet@hotmail.com](mailto:corinne_querlet@hotmail.com)

## KRV Seeland Aarberg

---

# Anmeldung

## Bewegungstraining mit Martin Volesky

### 3. 4. 5. 6. Juli 2015

Name:

Vorname:

Tel:

Natel:

#### Ich kann

3. Juli:     Vormittag                       Nachmittag

4. Juli:     Vormittag                       Nachmittag

5. Juli:     Vormittag                       Nachmittag

6. Juli:     Vormittag                       Nachmittag

#### mitmachen

**Bitte möglichst viel ankreuzen!**  
**Freitag und Montag nur bei genügend Anmeldungen**

Bitte bis am **12. Juni 2015** anmelden, damit ein  
Programm erstellt werden kann

**Anmeldung:** Pia Spiegl                      079 446 16 88 [p.spiegl@reitstall-buehl.ch](mailto:p.spiegl@reitstall-buehl.ch)  
Corinne Gürlet                      079 453 28 44 [corinne\\_guerlet@hotmail.com](mailto:corinne_guerlet@hotmail.com)