

KRV Seeland Aarberg

Bewegungstraining mit Martin Volesky

nach Eckart Meyners

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

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
Corinne Gürlet 079 453 28 44 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
Corinne Gürlet 079 453 28 44 corinne_guerlet@hotmail.com