

Sitz- und Balanceschulung – Hilfe zur Selbsthilfe

Sitz, Hilfengebung und Einwirkung verbessern. Welche Hilfe kommt wann, und vor allem, wie? Wie kann ich ohne Spiegel und ohne Reitlehrer fühlen, ob ich richtig sitze? Wie Sorge ich dafür, dass meine Hilfen dem Pferd auch wirklich helfen?

Inhalte des Kurses: Theoretische Grundlagen von Sitz, Hilfengebung und Einwirkung; gezielte Übungen am Boden mit verschiedenen Techniken und Hilfsmitteln zur Verbesserung der Körperwahrnehmung und der Hilfengebung; Erspüren des richtigen Zeitpunktes für eine korrekte Einwirkung (Biomechanik trifft Gefühl); praktische Reiteinheiten zur Vertiefung; Vorher- Nachher Video zur Verdeutlichung des Lernfortschritts.

Kursort: Gelände des RV Birkenfeld, Burg Birkenfeld

Datum: 21./22.06.25

Uhrzeit: Samstag 14.00 Uhr bis ca. 18.00 Uhr, Sonntag 9.30 Uhr bis 18.00 Uhr

Kursgebühr: 145 Euro, Mitglieder des RV BIR zahlen 135 Euro (vegetarische Verpflegung inklusive)

Kursleiterin: Andrea Findley (Pferdewirtschaftsmeisterin, Centered Riding® Lehrerin)

Teilnehmende Pferde müssen am Veranstaltungstag mindestens 4 Jahre alt, haftpflichtversichert und frei von ansteckenden Krankheiten sein. Grasbewachsene Paddockflächen zum Selbstaufbau stehen zur Verfügung (Zaunmaterial, Tränkeimer und Raufutter bitte selbst mitbringen). Gastboxen auf Anfrage möglich.

Benötigte Ausrüstung: Pferd mit passender Ausrüstung zum Reiten, bequeme wetterangepasste Reitbekleidung, sichere Reitschuhe, Reithelm, Isomatte oder Yogamatte (oder eine etwas dickere Wolldecke – man sollte etwas abgepolstert darauf liegen können). Übungen ohne Pferd finden unter Dach, die Einheiten mit Pferd im Freien statt. Die gerittenen Einheiten finden mit je bis zu 4 Pferden pro Einheit statt, die Nichtreitenden werden als Assistenten gebraucht 😊

Samstag

14.00 Uhr bis 15.00 Uhr Vorbereitende Einheit zum Reiten (ohne Pferde), danach kurze Kaffeepause

15.30 Uhr bis ca. 18.00 Uhr gerittene Einheiten

Sonntag

9.30 Uhr bis 10.15 Uhr „Bodenstunde“ ohne Pferde

10.30 Uhr bis ca. 13.00 Uhr Reiteinheiten, danach Mittagspause

14.00 Uhr bis 18.00 Uhr „Bodenstunde“, danach Reiteinheiten sowie Kaffeepause

Infos und Anmeldung bis 20.05.25 unter 0151-42348762 (WhatsApp Textnachricht) und andrea.findley@web.de