

EM-Lehrgang Sitzschulung nach Eckart Meyners in Grabsleben am 11./12.01.2020

Durch spezielle Übungen werden neue Bewegungsmuster erlernt und damit die Bewegungsabläufe auf dem Pferd verbessert.

Verspannungen und Blockaden beim Reiter werden durch Mobilisierungsübungen und Auslösen von Muskelreflexen gelöst.

Geübt wird mit ausgesuchten Trainingsgeräten sowie auf dem Pferd.

Eingesetzt wird dabei die Gymnastik auf Bodenmatten, auf dem Bewegungsstuhl und einem Rezeptorenkissen.

Vor Beginn der Stunde sollten die Reiter ihre Pferde bereits Schritt reiten und lösen.

2 x 45 Minuten Einzelunterricht

Lehrgangsleitung: **Cornelia Ortmann**

Cornelia Ortmann ist EM-Bewegungstrainerin und Pferdewirtin Klassische Reitausbildung mit langjähriger Berufspraxis. Turniererfolge in Dressur bis Klasse S, in Springen bis Klasse L.

Preis: 100 €

Mittagessen: 7 € inkl. alkoholfreies Getränk

Lehrgangsbox (Sa-So): 20 € (inkl. Heu, Kraftfutter bitte mitbringen)

Anmeldung bis 06.01.2020 bei Martina Sprenger

(Tel. 0162-9112155 oder Email m.sprenger@reitsportzentrum-grabsleben.de).

Die Lehrgangsgebühren inkl. Box und Mittagessen sollten **bis zum 08.01.2020** auf folgendes Konto überwiesen sein:

Dirk Sprenger

IBAN: DE77 5509 0500 0000 1103 61

BIC: GENODEF1S01