



Workshop Bodytuning und gerittene Dualaktivierung®
Am 2./3. September 2017
Mit Dr. Adriane Mack
(www.dr-adriane-mack.de)

Bodytuning steht für die Regulierung von Balance, Hilfengebung und Körpergefühl für ein geschmeidiges Miteinander von Pferd und Reiter. Dieser Workshop beschäftigt sich mit der Lehre des korrekten, ausbalancierten Sitzes, mit Hilfe von gymnastizierenden Übungen und der Franklin- Methode.

Aktive Teilnehmer	Zuschauer
RuF-Mitglieder 127 €* Nicht-Mitglieder 152 €	RuF Mitglieder: 27 € Nicht Mitglieder: 32 €

Wann:

Samstag: 10:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Sonntag: 10:00 Uhr bis 15:00 Uhr

Pausen mit Snacks und Getränken sind im Preis mit inbegriffen.

Die Kursgebühr wird sofort bei Anmeldung fällig, die Nennung wird nur bei Zahlungseingang berücksichtigt!

Die Anmeldeunterlagen können telefonisch oder per E-Mail mit Angabe von Name und Vorname sowie Name des Pferdes bei **Jennifer Jonas** angefordert werden.

Veranstaltungsort

Reit und Fahrverein Alfter
Am Herkenbusch
53332 Alfter

Das Gelände ist Ausgeschildert

* Jugendliche des RuF können im Rahmen der Jugendförderung einen Zuschuss in Höhe von 25 % der Kursgebühren beantragen. RuF Mitglieder werden bis zum 16. Juli 2017 bevorzugt. Meldeschluss ist der 13. August 2017.



Ganzheitliche Osteopathie
für Pferd & Hund
Dr. Adriane Mack

Workshop Body Tuning Reiter mit Elementen aus der gerittenen Dualaktivierung®

Dr. Adriane Mack (Trainingstherapeutin, Pferdeosteopathin, Trainerin DUAL-Aktivierung® nach Mike Geitner)



BODY TUNING REITER steht für die Regulierung von Balance, Hilfengebung und Körpergefühl für ein geschmeidiges Miteinander von Pferd und Reiter.

Durch koordinative Bewegungsübungen schulen wir unser Körpergefühl und lernen einen geschmeidigeren und ausbalancierteren Sitz auf unserem Pferd kennen. Wir erarbeiten - erst vom Boden dann auf dem Pferd - gymnastizierende Übungen, die körperliche Probleme ausgleichen wie z.B. einen schiefen Sitz, Instabilität in der Hüfte, Hohlkreuz und Muskelverspannungen bis hin zu Krämpfen.



Zum Einsatz kommt hierbei neben meinen eigenen Methoden aus der langjährigen Erfahrung in der Arbeit mit Pferd und Reiter die Franklin-Methode® mit den Franklin Bällen und Rollen. Sie werden staunen, wie sich Ihr Sitz nach 10min entscheidend verbessern kann. Erfahren Sie endlich das feinfühliges Sitzen und Reiten auf einem zufriedenen Pferd.



Zur Unterstützung bei Problemen von einzelnen Lektionen, wie z.B. der Galopp auf beiden Händen oder die Seitengänge, arbeiten wir mit den Elementen der gerittenen Dualaktivierung®. Das System der Dualaktivierung® bietet hier perfekte Voraussetzungen, um Pferd und Reiter den richtigen Weg zu weisen und bis dahin missglückte Lektionen zum Erfolg zu führen. Lassen Sie sich überraschen!



Info

Dr. Adriane Mack

Mobil: 0160/4748840

www.dr-adriane-mack.de

Email:

kontakt@dr-adriane-mack.de

