

## Sitzschulungskurs 21.-23.9.18

**Ein ausbalancierter, zügelunabhängiger und geschmeidiger Sitz ist die Grundlage der feinen Hilfengebung und der harmonischen gemeinsamen Bewegung von Reiter und Pferd. Es ist die lebenslange Aufgabe jedes Reiters, seinen Sitz immer weiter zu perfektionieren.**

In diesem dreitägigen Kurs wollen wir nach einer theoretischen Einführung dann intensiv zusammen üben und trainieren. Ziel ist die verbesserte Wahrnehmung der Pferdebewegung und der eigenen Beweglichkeit sowie Balance und Rhythmusfähigkeit – und zwar sowohl im Dressursitz, als auch im leichten Sitz über Cavaletti. Die Übungsanforderungen können vom Einsteiger bis hin zum Profi spielerisch gesteigert werden. Didaktische Hintergründe werden für teilnehmende Reitlehrer und angehende Trainer bei allen Übungen mit vermittelt.

Jeder Teilnehmer erhält fünf praktische Einheiten (1x60 min Wahrnehmungsübung in der Kleingruppe, 4x30min Einzelunterricht mit individuell zugeschnittenem Inhalt). Neben den erprobten klassischen Sitzübungen aus Katharina Möllers Programm nutzen wir außerdem die Franklin-Bälle und bei Bedarf auch das Holzpferd und den Balimo-Bewegungsstuhl.

In kleiner Gruppe findet intensives Lernen in familiärer Atmosphäre statt. Durch Zusehen, „Mitdenken“ und „Mitturnen“ bei den anderen Teilnehmern und den zwischendurch immer wieder stattfindenden Gruppenübungen für alle werden Inhalte vertieft und neue Horizonte eröffnet.

Die Teilnahme ist auf eigenem Pferd möglich, sofern sich dieses sicher am Kappzaum in allen Gangarten longieren lässt (Gastboxen mit Paddock für mitgebrachte Pferde stehen zur Verfügung), oder wir stellen Ihnen unsere gut ausgebildeten Lehrpferde zur Verfügung. Gerade das Reiten unterschiedlicher Pferde trägt enorm zum Lernerfolg bei.

### **Wie kann ich teilnehmen und was kostet's (inkl. 19% MwSt.)?**

1) mit eigenem Pferd: 375 EUR (ggf. zuzüglich Unterbringung 20 EUR/Tag) – GASTBOXEN BEREITS AUSGEBUCHT

2) mit Lehrpferd: 480 EUR

3) ohne Pferd als aktiver Zuschauer: 40 EUR pro Tag

Gemeinsames Mittagessen vom Italiener, Kaffee, Tee und kalte Getränke sind inklusive!

### **ZUSATZTERMIN 2018:**

21.-23.9.2018

### **Veranstaltungsort:**

Reitanlage „An den Hofstätten“ zwischen Erfurt und Weimar in 99195 Dielsdorf

### **Kursleitung, Information und Anmeldung:**

Katharina Möller, FN-Trainerin A, Buchautorin, Tel: 01523 3511358, email: km@andenhofstaetten.de