

Cavalettitraining (Nachbucher)

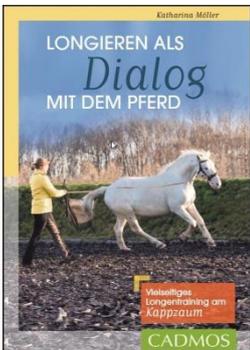
Mittelstufen - Praxiskurs mit Katharina Möller

Wie funktioniert der Online-Praxiskurs (Nachbucher)?

Du erhältst vier Unterrichtseinheiten in Form einer Videoanleitung und eines pdf. Die Inhalte bauen Schritt für Schritt aufeinander auf. Dabei wird dir immer eine komplette Arbeitseinheit mit mehreren Übungen vorstrukturiert, also vom Warmmachen und Heranführen an das Thema über die Arbeitsphase bis zum Cooldown. Diese Einheiten erarbeitest du dir nach und nach selbstständig.

Von Unterrichtseinheit zu Unterrichtseinheit steigern wir die koordinativen Fähigkeiten deines Pferdes in Bezug auf Stangen sowie seine Mobilität, erweitern den Raumgriff und nehmen interessante Übergänge in zunehmend höheren Gangarten mit hinzu, bis sich die Übungen am Ende des Kurses zu einem gymnastisch sinnvollen, ausgeglichenen Ganzkörperworkout zusammen fügen. Die einzelnen Übungen des Kurses mit ihren verschiedenen Varianten können dein Pferd und du dann in eurer Arbeitsrepertoire aufnehmen und weiterhin anwenden.

Ziel ist es, dass ihr im Laufe des Kurses die Arbeit mit Stangen von der Pike auf verstanden und eure Longierpraxis soweit verbessert habt, dass dein Pferd sich sicher, ruhig und dabei zunehmend dynamisch über Stangen bewegt und ihr das physiologisch sinnvolle Cavalettitraining dann in einem kreativen Bewegungsdialog auch langfristig selbstständig immer weiter entwickeln könnt.



Kursorganisation

Der „aktive“ Kurszeitraum ist bereits beendet. Du kannst den Kurs nun noch „nachbuchen“. Dabei erhältst du Zugang zu allen Videos und bekommst alle pdf Dokumente per mail. Diese kannst du dir dann in deinem eigenen Tempo selbst erarbeiten. Die Videos werden bis Dezember 2019 zur Verfügung stehen. So bist du zeitlich flexibel und kannst den Kurs machen, wann es für dich passt. Anschließend analysierst du dein Pferd und longierst die passenden Übungen. Auch dabei bist du völlig flexibel. Falls du zwischendurch aussetzen musst (etwa weil dein Reitplatz mal nicht tauglich ist, immerhin ist Winter!), kannst du die Einheiten entsprechend schieben.

Die Videos stellen wir über die Plattform vimeo zur Verfügung. Dort musst du dich unter www.vimeo.com anmelden.

Für wen ist dieser Kurs geeignet?

Für den Kurs CAVALETTITRAINING müssen Pferd und Longenführer bereits etwas fortgeschrittener sein. Die Basisübung in Schritt und Trab und zumindest das angaloppieren auf großer Linie sollten sitzen. Du solltest so präzise in der Hilfengebung sein, dass du konkrete Linien longieren kannst und Übergänge zwischen den Grundgangarten solltest ihr gezielt ausführen können.

Ob dein Pferd bereits Erfahrungen mit Stangen hat oder sogar bisher eher ungeschickt oder gestresst über Stangen gegangen ist, ist unerheblich: Wir beginnen das Thema Stangen innerhalb des Kurses gemeinsam ganz gesittet „von vorne“ und können auf diese Weise auch vorherige Probleme in Ruhe lösen.

Auch wenn dein Pferd bisher wenig gut vorwärts ging, also noch nicht besonders dynamisch trabt und triebig war, kannst du gerne an diesem Kurs teilnehmen. Sofern dein Pferd gesund ist (Tierarzt und Osteopathen bitte gezielt nach Cavalettitraining befragen!), wecken wir es im Laufe des Kurses gemeinsam auf ☺

Voraussetzungen / selbständige Kursvorbereitung:

Theorie:

- Das Buch „Longieren als Dialog“ hast du gelesen und soweit verstanden.
- Während des Kurszeitraumes hast du das Buch vorliegen, da wir immer mal wieder auf Kapitel zurückgreifen werden.

Praxis:

- Dein Pferd ist mindestens 4 Jahre alt und soweit gesund (eventuelle gesundheitliche Einschränkungen des Pferdes bitte vor verbindlicher Kursanmeldung bitte mit dem eigenen Tierarzt und Osteopathen vor Ort abklären und Katharina per mail in Kenntnis setzen)
- Basisübung in Schritt und Trab gelingen taktmäßig und weitestgehend losgelassen (gleichmäßig runde Volten an konkreten Stellen, nahezu gleichbleibende Anlehnung, Pferd bewegt sich in Dehnungs- oder Gebrauchshaltung), siehe Buch Seite 61 bis 74.
- *Fitnesslevel*: Pferd und Longenführer schaffen bereits 10 Minuten Trabarbeit am Stück (z.B. 5 min Basisübung rechts, Handwechsel, direkt weiter traben und 5 min Basisübung links).
- Du kannst das die Figuren „kleines und große Oval“ in Schritt und Trab ohne Stangen longieren, siehe Buch Seite 105

Platz- und Materialbedarf (abgesehen von passendem Kappzaum und Longierpeitsche):

- Reitplatz oder Halle oder alternativ Wiese mit soweit ebenem/griffigen Boden, mindestens 15 x 30m
- Vier Springstangen (ca. 3 Meter lang), alternativ gehen auch imprägnierte Vierkantpfosten mit abgerundeten Ecken aus dem Baumarkt (deren Vorteil ist, dass sie nicht wegrollen) UND mindestens vier Cavalettikreuze oder kleine Springblöcke, mit denen man zwei Stangen auf 20 Zentimeter erhöhen kann
- Alternativ vier „echte Cavaletti“, die man als Bodenstange oder erhöht stellen kann
- Mindestens sechs Pylonen
- **Benutze bitte ausschließlich sichere Materialien**, also schwere Stangen, die möglichst nicht rollen und splitterfeste Kunststoffteile oder massive Cavaletti
-

Rat und Hilfe:

Die LAD-Gruppe in Facebook steht für allgemeine Fragen zum Konzept jedermann jederzeit zur Verfügung. Gerne kannst du hier auch vorab Fragen zu den Voraussetzungen stellen und Videos (z.B. von deiner Basisübung) hochladen! So können vielleicht schon vor Kursbeginn Verständnislücken geschlossen werden oder fehlende Voraussetzungen erarbeitet werden.

Fülle bitte für deine verbindliche Anmeldung das folgende Formular aus, das du mir dann einscannst per mail oder auf dem Postweg zukommen lassen kannst. Vielen Dank!

Katharina Möller Equitation – Reitanlage „An den Hofstätten“, Am Wirtschaftsweg 1, 99195 Dielsdorf



ANMELDUNG ZUM ONLINE-KURS

CAVALETTITRAINING (Nachbucher 49 EUR inkl. MwSt.)

Name _____

Anschrift _____

Telefon/Handy _____

Email Adresse _____

Vimeo Benutzername _____

Ort, Datum und Unterschrift des Teilnehmers oder ggf. des Erziehungsberechtigten