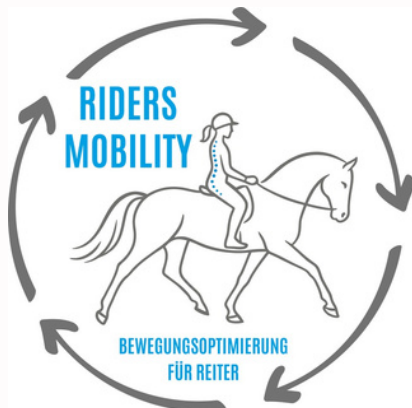
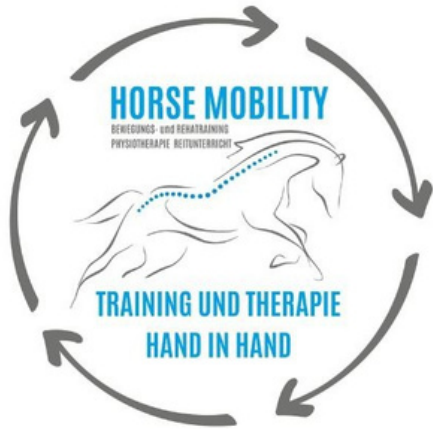


19./20. September
RFV Leonberg e.V.



MIT SPASS UND VERSTAND IN DEN STANGENWALD

KOMBINIERTER SITZSCHULUNGS- UND
STANGENGYMNASTIKLEHRGANG

Mehr Balance. Mehr Gefühl. Mehr Verständnis.



DAS ERWARTET DICH



Theoretische Grundlagen

Kurzweilige Theorieeinheit zum funktionellen leichten Sitz - verständlich, praxisnah und sofort umsetzbar



Reitergymnastik

Gezielte Übungen zur Ansteuerung wichtiger Körperbereiche, Rumpfstabilität und Körperwahrnehmung



2 Praxiseinheiten

Praxisnahe Umsetzung in 2-er Gruppen für mehr Rhythmus, Balance und Sicherheit über Stangen und kleine Sprünge



Mentales Training

Mentale Impulse für mehr Fokus, Vertrauen und innere Stärke im Sattel

Ablauf des Kurses

SAMSTAG VORMITTAG

- **Theoretische Einheit funktioneller Springsitz und mentale Möglichkeiten**
- **Gemeinsame Reitergymnastik**

SAMSTAG NACHMITTAG

- **Stangengymnastikeinheiten in 2-er Gruppen**

SONNTAG GANZTAGS

- **Stangen/ Springgymnastikeinheiten in 2-er gruppen**
- **Es ist sinnvoll, bei den Einzeleinheiten der anderen Teilnehmer zuzuschauen, da sich jeder auf einem anderen Niveau befindet und somit jeder andere Aufgaben bekommt. Das von außen zu sehen ist auch für die eigene Entwicklung und Wahrnehmung sehr hilfreich.**



Zusammen. Vorwärts. Überwinden. Weiterkommen.

Teilnahme und Preise



Aktive Teilnahme

**Samstag & Sonntag komplett
inkl. 2 Reiteinheiten**

229 €



Passive Teilnahme

**Keine eigene Reiteinheit
Anwesenheit während aller
Einheiten zum Mithören und
Mitlernen**

149 €



Schulpferd (optional)

**Teilnahme mit Schulpferd
nur Mitglieder des RFV Leonberg
nach Absprache**

30 €



Anlagennutzung

**Anlagennutzung für auswärtige
Teilnehmer mit eigenem Pferd**

30 €

Für wen ist dieser Lehrgang?



Ambitionierte Freizeitreiter, die sich gezielt weiterentwickeln wollen



Turnierreiter, die an Balance, Sitz und Rhythmus arbeiten wollen



Springreiter, die ihre Technik über Stangen und kleine Sprünge verbessern wollen



Trainer und Ausbilder, die neue Impulse für ihre Arbeit suchen



Alle, die Spaß an der Arbeit mit dem Pferd und an persönlichem Wachstum haben

Dein Nutzen

- **mehr Balance und Stabilität im Sattel**
- **besseres Sitzgefühl und feineres Reiten**
- **mehr Sicherheit und Losgelassenheit über Stangen**
- **Neue Trainingsideen z.B. für die Winterarbeit**
- **Stärkung deines Körperbewusstseins und deiner mentalen Stärke**

