



Einladung zum Lehrgang
Reiten in Harmonie
Silvia Rall, Pferdewirtschaftsmeisterin



12./13. Januar 2019

„Reiten in Harmonie“ mit der Bewegungslehre von Eckard Meyners

Geeignet für alle ReiterInnen (ab Anfänger) und Stilrichtungen

Korrekte Hilfegebung kann nur durch einen unabhängigen Sitz erfolgen. Die Bewegungslehre nach Eckart Meyners will durch gezielte Übungen für den Reiter neue Bewegungsmuster etablieren, mehr Muskeln werden dadurch an der Bewegung beteiligt – die „Arbeit“ wird leichter.

- 1. Tag: Theorie/ Gymnastik (90 min) und eine Reiteinheit (50 min)
- 2. Tag: Aufwärmtraining (60 min) und eine Reiteinheit (50 min)

Teilnehmer: max. 15 Teilnehmer Theorie/ Gymnastik
Max. 8 Reiter

Anmeldeschluss: 13.12.2018

Kursgebühr mit Pferd:
160€ für Mitglieder des SRV
170€ für Nicht-Mitglieder

Kursgebühr ohne Pferd (Theorie/ Gymnastik):
45 € für Mitglieder des SRV
50 € für Nicht-Mitglieder

Anmeldungen an: srv.reiten@gmail.com
Lehrgangsort: Schwarzwälder Reiterverein Freudenstadt e.V.
Karl-von-Hahn-Straße 137
72250 Freudenstadt

Wir freuen uns auf viele Teilnehmer 😊

Bewegt Reiten - Reiten in Harmonie

Die Bewegungslehre von Prof. Eckart Meyners – Sportwissenschaftler an der Universität Lüneburg- beschäftigt sich mit der Frage, welche Anforderung der Reitsport an den menschlichen Körper stellt.

Im Lehrgang beschäftigen wir uns mit Gleichgewicht, Koordination, Beweglichkeit, Wahrnehmung und Gefühl, sowie dem 6-Punkteprogramm für Reiter von Eckart Meyners

Dieses Training ist geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene jeden Alters und unterschiedlicher Reitweisen!

Zunächst wird am ersten Tag in einer Theorie/ Gymnastikeinheit grundlegendes erklärt und das 6-Punkte-Programm in Wort und Tat erprobt.

Im folgenden Einzelunterricht wird eine **Bewegungsanalyse** erstellt und beobachtete Problemstellungen und Anliegen der ReiterInnen besprochen.

Gemeinsam werden Lösungswege erarbeitet und im Reiten erföhlt und umgesetzt.

Bestehende Sitz- und Einwirkungsschwierigkeiten werden so effektiv und - bei regelmäßigem Üben - auch nachhaltig verbessert.

Die Pferde werden dadurch deutlich losgelassener und gehfreudiger.

Zu Beginn des **zweiten Tages** wird ein **Aufwärmtraining** aktiv erprobt, es folgt Einzelunterricht, der Übungen des Vortages vertieft und die neuen Erkenntnisse und Bewegungsabläufe sichert. Im Abschlussgespräch direkt danach, werden Erkenntnisse zusammengefasst und Übungsaufgaben besprochen.

Bewegungstrainer EM sind Berufsreiter, die von Eckart Meyners geleitete Ausbildungslehrgänge mit Abschlußprüfung besucht haben und an seinen regelmäßigen Fortbildungsmaßnahmen teilnehmen.