



Kursbeschreibung / Description du cours

Der gute Sitz – er ist lernbar!

Die Grundlage hierfür ist eine natürliche, innere Aufrichtung, die sich jederzeit in Balance befindet. Aus der Körpermitte heraus kann dieser Sitz zentriert und geschmeidig in die Bewegung des Pferdes eingehen und eine differenzierte und effektive Hilfengebung ermöglichen.

Inhalt

Theorie, Wahrnehmungs- und Körperübungen ohne Pferd und Sitzschulung an der Longe geben dir Antworten auf folgende, zentrale Fragen :

- Wie gelingt es mir, mit der Bewegung meines Pferdes in Balance zu sein und mit ihm zu verschmelzen ?
- Wie finde ich den Zugang zu der Kraft in meiner Körpermitte, die das Pferd primär lenkt ?
- Wie kann ich meinem Pferd eine echte Hilfe und Unterstützung sein ?

Avoir une bonne assiette, cela s'apprend !

La base pour l'acquérir est un alignement et étirement naturel du corps du cavalier, qui reste en tout temps en équilibre. Depuis le milieu du corps, cette assiette centrée peut suivre le mouvement du cheval de manière souple et liée et permettre des aides différenciées et efficaces.

Programme

Théorie, perception et exercices corporels sans cheval, ainsi que cours d'assiette à la longe donnent des réponses aux questions centrales suivantes :

- Comment faire pour parvenir à être en équilibre et harmonie avec les mouvements de mon cheval et ainsi fusionner avec lui ?
- De quelle manière trouver son centre physique, qui va permettre en premier lieu de diriger son cheval ?
- Comment puis-je apporter une aide et un soutien réels à mon cheval ?

Datum / Date :

29. und 30. Mai 2021
29 et 30 mai 2021



Durchführungsort / Lieu :

Ecurie des Entre-deux-Monts, Martine et Patrick Nussbaumer, 2314 La Sagne

Kosten / Prix (2 Tage, 2 jours)

CHF 340.— Mitglieder / CHF 380.— Nicht-Mitglieder

CHF 340.— membres / CHF 380.— non-membres

Leitung / Référent :

Denra Dürr, Pferdeausbildner / Reitlehrer, www.intelligent-reiten.ch

★ **Obligatorische Kurse für Lehrgangsteilnehmer Trainer Horseathlon® autonom**

★ **Cours obligatoires pour les participants à la formation autonome d'entraîneur Horseathlon®**

→ **Cours en allemand, traduit en français.**