



## **Besser sitzen – Fit für's Reiten durch Mobilisierung und Bewegungsschulung**

**27. & 28. August 2022**

Reiterhof Beck, Langenbergheim

**Lehrgangsführerin: Dione Bork, FN Trainer B, Zusatzqualifikation Sitz und Balance**

Man müsste mal wieder: Sitzschulung an der Longe machen....Dann mach doch! 😊

In diesem 2-tägigen Seminar beschäftigen wir uns mit dem Sitz und wie wir besser sitzen können. Denn ohne einen losgelassenen Sitz ist keine Hilfengebung möglich.

Der Ausbildungsskala für Reitende folgend (Balance Losgelassenheit, Eingehen in die Bewegung, Hilfengebung, Zusammenwirken der Hilfen) gehen wir methodisch die Sache an.

Dabei kommen Bälle und Matten, Zauberstäbe und Turnübungen zum Einsatz.

Samstag-Vormittag Einführung in das Thema, ab 13:30Uhr individueller Longenunterricht

Sonntag: Vormittag und Nachmittag individueller Longenunterricht oder Einzelstunde

Lehrgangsgebühr 145,00

Externe TN zahlen zzgl. 5,00 pro Tag Anlagennutzungsgebühr

Gastpaddock 25,00/Tag (inkl. Heu) – Tierärztl. Zeugnis erforderlich

Mindestanzahl TN = 5

Ich freue mich auf Euch!

Dione Bork

[www.dione-bork.de](http://www.dione-bork.de) – Reitausbildung mit System

Anmeldung bei Petra Frey 0157 3167 1444 oder email: [Petra.Frey1@gmx.net](mailto:Petra.Frey1@gmx.net)

