



Vom „Setz Dich in Bewegung“ zum „Reiten in Resonanz“ - Vertiefungsseminar

- Bewegungstraining für Reiter & Pferd-

Termin: 21. April – 23. April 2023

Ort: Landwirtschaftliche Fachschule Winklhof, 5411 Oberalm

Fokus: Versammelnde Lektionen, Reiten von Tempounterschieden, Einwirken auf die Bewegung

Im theoretischen Teil werden Bewegungsablauf und Hilfengebung bei versammelnden Lektionen und beim Reiten von Tempounterschieden besprochen. Eine bewährte Reihe von vertiefenden funktionellen Körperübungen, aus dem Übungsprogramm „Setz Dich in Bewegung“, schaffen hierfür die Voraussetzungen. Eine videogestützte Bewegungsanalyse von Reiter und Pferd kommt zum Einsatz. Ein sinnvolles Übungsprogramm für ein weiterführendes Training für Pferd und Reiter wird erarbeitet.

Die Teilnahme mit eigenem Pferd wird empfohlen.

Referenten

Dr. Josef Kastner (www.kastnermotion.com)

Österreichischer Bewegungswissenschaftler und Biomechaniker, beschäftigt sich seit mehr als 30 Jahren intensiv mit der Biomechanik des Reitens, dem Reitersitz und dessen Schulung. Mitautor des Buches „Setz Dich in Bewegung, Funktionelles Bewegungstraining für Reiter mit Übungen für einen besseren Sitz“. Verfasser des Video Kurses „Reiterin Balance“.

Matthias Einzinger B.A.

Ausgebildet unter anderem an der Spanischen Hofreitschule Wien, anschließend Studium der Anglistik, BWL und Latinistik in Bamberg (D). Arbeitet seit 2007 als selbständiger Reitausbilder in Österreich und Deutschland. Er lässt moderne Erkenntnisse aus Biomechanik und Bewegungslehre in seinen Unterricht mit einfließen und verhilft Reitern zu einer präzisen und optimal getimten Hilfengebung in allen Gangarten und Lektionen bis hin zur hohen Schule.

Teilnehmer:

- **Reiter:** max. 8 Reiter – nehmen an allen Programmpunkten teil.
- **Aktive Zuseher:** max. 12 „Aktive Zuseher“ – nehmen an theoretischen und praktischen Übungseinheiten teil.

Kosten:

Reiter: € 350,00

Aktive Zuseher: € 180,00

Kontakt/Anmeldung nur gültig mit Anmeldeformular und bezahltem Kursbeitrag
Sonja Eisl (per WhatsApp unter 0664/1281392 oder per E-Mail: sonja.eisl@gmx.at)