



Dressurkurs

25. & 26. März 2023

Thema: Entwicklung des richtigen Sitzes



Ausbilderin: Svenja Schubert, Trainerin B Leistungssport

Inhalt: Der richtige, korrekte Grundsitz ist eine unabdingbare Voraussetzung für ein harmonisches Reiten. Der Ausbildungsweg des Reiters beginnt dabei mit der Einwicklung des Gleichgewichts und der Losgelassenheit. Erst darauf basierend kann ein harmonisches Eingehen in die Bewegung des Pferdes möglich sein und trainiert werden.

Diese drei Punkte sollen im Fokus der zwei Ausbildungseinheiten stehen und schwerpunktmäßig trainiert werden. Um ein besonders intensives Training zu gewährleisten wird gebeten vor dem Kurs eine Videosequenz der Teilnehmer*innen im Büro abzugeben, so können spezielle Übungen für jeden einzelnen vorab geplant werden.

Mindestvoraussetzung: RA 7, freies Reiten in allen drei Grundgangarten

Anzahl: 4 - 6 Teilnehmer*innen

Trainingsort: 25 x 40m Halle (große und kleine Halle)

Gebühr: 140,00 €, **Vereinsmitglieder erhalten 20% Ermäßigung auf den Kurs**

Anmeldungen: Über das Büro. Die Pferdevergabe erfolgt direkt bei Anmeldung.

Zeitplan:

Samstag, 25.03.23

15:00 - 15:30h Theorie (im Café)

15:30 - 15:45h Pferde vorbereiten

15:45 - 16:15h Gruppe 1

16:15 - 16:45h Gruppe 2

16:45 - 17:15h Gruppe 3

Sonntag, 26.03.23

14:30 - 15:00 Theorie (im Café)

15:10 - 15:30 TN 1 (Einzelunterricht)

15:30 - 15:50 TN 2 (Einzelunterricht)

15:50 - 16:10 TN 3 (Einzelunterricht)

16:10 - 16:30 TN 4 (Einzelunterricht)

16:30 - 16:50 TN 5 (Einzelunterricht)

16:50 - 17:10 TN 6 (Einzelunterricht)