

Einzellektionen Berger Thomas
www.thoemus-pferdedressur.ch



**Pferde
anatomisch und biomechanisch
gesund reiten**

Das Fundament/die Basis ist das wichtigste: Die Losgelassenheit und Entspannung von Reiter und Pferd. Der Reiter findet in die innere Ruhe über die bewusste tiefe Atmung, sein Körper schwingt in der Balance. Das Pferd lernen, sich im Takt und schwungvoll zu bewegen, das heisst, vermehrt mit der Hinterhand unter den Schwerpunkt zu treten, mit dem Rücken nach oben zu schwingen, den Brustkorb anzuheben, um damit die Vorderbeine frei aus der Schulter nach vorne zu schwingen. Seitengänge sind die wichtigsten Lektionen in der Basisausbildung um die Flexibilität in der Schulter und im Iliosakralgelenk (Hinterhand) zu mobilisieren und die Beweglichkeit und Durchlässigkeit im Hals und im ganzen Körper zu verbessern. Das Pferd langsam mit gezielten Übungen zum Athleten ausbilden. Wir lernen das Pferd, sich in einer Selbsthaltung zu tragen, in dem wir die dazu notwendigen Muskeln stärken von der Dehnungshaltung bis zur Versammlung.

Ziel: Das Pferd zum Athleten ausbilden, so dass es physisch und psychisch möglichst ein Leben lang gesund bleibt. Seine natürliche Schönheit und Eleganz verschönern, seine Ausstrahlung, der Stolz, die Grazie zum Leuchten bringen.

Ort: Reitanlage Niederrohrdorf

Daten 2021: 21.03. / 16.05. / 19.09. / 21.11.

Kosten: Einzellektionen à 45 Min. 125.-- (inkl. Halle) / Zuschauer Fr. 50. –

Anmeldung: berger.thomas@bluewin.ch / 079 910 24 71

Teilnahmebedingungen siehe www.thoemus-pferdedressur.ch