

Workshops

EQUIKINETIC®

NACH MICHAEL GEITNER

Dr. Adriane Mack

Ganzheitliche Osteopathie für Pferd und Hund

Lizenzierte Geitner-Trainerin für

Dual-Aktivierung® und Equikinetic®

Das Muskelaufbauprogramm für Pferde

Equikinetic® ist ein einfaches und hocheffektives Longierprogramm nach dem Prinzip des isokinetschen Intervalltrainings. Dein Pferd baut dabei effizient Muskulatur auf. Gleichzeitig werden alle bewegungsrelevanten Faszien gedehnt und gefestigt.

Du longierst dein Pferd in Stellung und Biegung nach einem festen Zeitschema. Die Kombination aus Intervalltraining und Longieren ist für Jungpferde, Rehapferde, Freizeitpferde und Sportpferde geeignet. Das Aufbau-Programm richtet dein Pferd gerade und verhilft ihm zu einem tragfähigen Rücken.

Equikinetic® kann jeder lernen und sie lässt sich einfach in den Trainingsalltag deines Pferdes integrieren. Der Zeitaufwand inkl. Aufbau beträgt maximal 30 min.



1-Tages-Workshop EQUIKINETIC®

Zeiten: 09:00 – 17:00 Uhr (oder 10:00 - 18:00 Uhr)

Ablauf:

Theorieeinheit - Praxiseinheiten - Mittagspause
Theorieeinheit - Praxiseinheiten - Abschlussrunde

Alle Praxiseinheiten sind Einzeleinheiten!

Teilnehmer mit Pferd: 6

Zuschauer: Maximal 6

Kosten inklusive Handout: 100 € pro Teilnehmer mit Pferd,
50 € pro Zuschauer



1,5-Tages-Workshop

EQUIKINETIC®

Zeiten: Erster Tag 09:00 – 17:00 Uhr, Zweiter Tag 09:00 – 13:30 Uhr

Ablauf Tag 1:

Theorieeinheit - Praxiseinheiten - Mittagspause
Theorieeinheit - Praxiseinheiten – Feedbackrunde

Ablauf Tag 2:

Theorieeinheit - Praxiseinheiten - Abschlussrunde

Alle Praxiseinheiten sind Einzeleinheiten!

Teilnehmer mit Pferd: 6

Zuschauer: Maximal 6

Kosten inklusive Handout: 150 € pro Teilnehmer mit Pferd,
75 € pro Zuschauer



www.dr-adriane-mack.de



+49 160 474 8840



kontakt@dr-adriane-mack.de