



Ganzheitliche Osteopathie
für Pferd & Hund
Dr. Adriane Mack

22./23.09.2018 Workshop „Body Tuning Reiter“ mit Elementen aus der gerittenen Dual- aktivierung® inkl. Trainingsgestaltung

Dr. Adriane Mack (Trainingstherapeutin, Pferdeosteopathin, Trainerin DUAL-Aktivierung® nach Mike Geitner)



BODY TUNING REITER steht für die Regulierung von Balance, Hilfengebung und Körpergefühl für ein geschmeidiges Miteinander von Pferd und Reiter.

Durch koordinative Bewegungsübungen schulen wir unser Körpergefühl und lernen einen geschmeidigeren und ausbalancierteren Sitz auf unserem Pferd kennen. Wir erarbeiten - erst vom Boden dann auf dem Pferd - gymnastizierende Übungen, die körperliche Probleme ausgleichen wie z.B. einen schiefen Sitz, Instabilität in der Hüfte, Hohlkreuz und Muskelverspannungen bis hin zu Krämpfen.








Zum Einsatz kommt hierbei neben meinen eigenen Methoden aus der langjährigen Erfahrung in der Arbeit mit Pferd und Reiter die Franklin-Methode® mit den Franklin Bällen und Rollen. Sie werden staunen, wie sich Ihr Sitz nach 10min entscheidend verbessern kann. Erfahren Sie endlich das feinfühliges Sitzen und Reiten auf einem zufriedenen Pferd.



Zur Unterstützung bei Problemen von einzelnen Lektionen, wie z.B. der Galopp auf beiden Händen oder die Seitengänge, arbeiten wir mit den Elementen der gerittenen Dualaktivierung®. Das System der Dualaktivierung bietet hier perfekte Voraussetzungen, um Pferd und Reiter den richtigen Weg zu weisen und bis dahin missglückte Lektionen zum Erfolg zu führen. Außerdem besprechen wir das spannende Thema Gestaltung eines Trainingsplans. Lassen Sie sich überraschen!

Fakten:

-  **max. Teilnehmerzahl: 8 Reiter/Pferde**
-  **Kosten: ca. 140 € pro Reiter/Pferd (exklusive Hallenmiete)**
-  **Zeiten: Samstag und Sonntag von 10:00 Uhr bis 17:00 Uhr**
-  **Pause: 60 min**
-  **Snacks, Kaffee und Tee sind mit inbegriffen**



Info + Anmeldung

Dr. Adriane Mack

Mobil: 0160/4748840

www.dr-adriane-mack.de

Email:

kontakt@dr-adriane-mack.de

