

Lehrgang Equikinetik

für Anfänger und Fortgeschrittene
Schulpferd möglich

12.03.2017 Reiterhof Anne Zimmer 26789 Leer / Logabirum

optional evtl. auch am 11.03.2017

Lehrgangsleiter:

Dörte Ahlers - Behrmann, Pferdewirt klassische Reitausbildung, lizenzierte Dual-Aktivierungstrainerin seit 10 Jahren, Equikinetik - Trainerin, Trainerin Showteam Hesel.

Ablauf:

Beginn : ca. 9.30 Uhr

Theorie:

Einführung in die Equikinetik, Ausführung / Technik, evtl. Fehler vermeiden und Trainingsoptimierung.

Pro Teilnehmer zwei Einheiten Einzelunterricht jeweils Vor- und Nachmittags.

Jeder Teilnehmer / Pferd wird in seinem individuellem Leistungsstand abgeholt.

Kosten : 60 Euro inkl. Anlagenutzung und Getränke.

Begrenzte Teilnehmerzahl. Schulpferd möglich, Anfrage bitte bei Anne Zimmer.

Tagesbox auf Anfrage bei Anne Zimmer 0491 / 73 007 o. 0172 / 68 99 739

Per E-mail: anne.zimmer@ewetel.net

Anmeldung und fachliche Fragen :

Dörte Ahlers - Behrmann 04946 / 8989026 E-mail: doerte-ahlers@gmx.de

oder siehe oben bei Anne Zimmer

Info Equikinetik

Möchten sie ein fittes gut bemuskeltes, ausbalanciertes Pferd? Richtig angewendet, mit einem sich aufbauenden Trainingsplan, macht die Equikinetik dies möglich !!! Ein effizientes Longierprogramm !!!!

Das Longier - Programm Equikinetic ist einfach umzusetzen – und einfach unglaublich effektiv !!!

Der Reiter longiert sein Pferd mit einer Stellung nach einem festen Zeitschema im Schritt und Trab auf einer kleinen Quadratvolte mit Hilfe von Dualgassen oder Pylonen.

Der Mix aus Intervalltraining und Longieren, ist für Jungpferde, ältere Pferde, Freizeit und Sportpferde, nach einem individuellen, einfach auszuführenden Trainingsplan zu erarbeiten. Auch lassen sich sehr gute Verbesserungen bei Reha - Patienten erzielen.

Ein Pferd braucht Kraft und Muskeln, um den Menschen zu tragen. Das Programm ermöglicht ihnen ihr Pferd gesund zu erhalten, die Rittigkeit zu verbessern und die ungeteilte Aufmerksamkeit ihres Partners zu bekommen.

Equikinetic ist ein intensives, hocheffizientes Training, das reitweiseübergreifend, von jedem anwendbar ist.

Wie profitiert ihr Pferd von der Equikinetic ?

- Richtig angewendet ergeben sich viele Vorteile !
- Die gelenkstützende Tiefenmuskulatur wird gestärkt.
- Die bewegungsrelevante Oberflächenmuskulatur ihres Pferdes wird richtig trainiert.
- Ihr Pferd bekommt die Kraft, die es benötigt, um den Reiter gesünder tragen zu können.
- Die Rittigkeit des Pferdes wird sich deutlich verbessert.
- Durch neu gewonnene Kraft ermöglichen sie ihrem Pferd effizientere Bewegungen.
- Aufmerksamkeit und Konzentration werden in höchster Form gefördert und erhalten.
- Durch neu gewonnene Muskelkoordination werden muskuläre Dysbalancen zwischen den Muskelgruppen deutlich harmonisiert.
- Des weiteren hilft Equikinetic bei ihrem Pferd, oft schon chronische Schmerzen zu lindern.

Equikinetic® - Einfach genial, genial einfach