

Schweizer Freizeitreitverband SFRV
Landerswil 140b
3036 Detligen
Tel. 026 419 29 52
www.sfrv-asel.ch
info@sfrv-asel.ch



Centered Riding® Praxiskurs Basisausbildung SFRV

Kurzbeschreibung

Centered Riding®, auch bekannt als „Reiten aus der Köpermitte“ ist eine von Sally Swift entwickelte Methode, welche den Reiter mehr über sich und das Pferd erfahren lässt. Sie ermöglicht es, besseres Körperbewusstsein zu erlangen und somit eingefahrene Körpermuster zu erkennen und zu verändern. Man kommt in Balance und lernt mit Leichtigkeit den Bewegungen des Pferdes zu folgen. Somit weiss man immer genau, was das Pferd unter dem Reiter tut. Ohne Zwang und ohne besondere körperliche Anstrengung wird das Pferd zur Mitarbeit angeregt.

Ziele/Nutzen

- Die Ziele dieser Methode, die für alle Pferdesportarten und Stile geeignet ist, sind absolute Balance, Leichtigkeit und Harmonie von Pferd und Reiter. Mit verschiedenen Übungen am Boden und am Pferd wird ihr Sitz verbessert und Sie erreichen mehr Körperbewusstsein. Durch Geschmeidigkeit, Stabilität und klarere Hilfen wird das Reiten für Pferd und Reiter angenehmer.

Voraussetzung

- Kursniveau: Einsteiger
- Grundkenntnisse im Reiten vorausgesetzt. Keine Vorkenntnisse im Centered Riding® benötigt.

Daten/Dauer/Durchführungsort

15./16.06.2019, 2 Tage, 1580 Avenches / VD
17./18.08.2019, 2 Tage, 8460 Marthalen / ZH

TeilnehmerInnen

Lehrgang Basisausbildung SFRV 2018-2020, einzelne freie Plätze je nach Ausschreibung.
Zuschauer sind herzlich willkommen!

Kosten

Zuschauer: CHF 50.— pro Tag, Anmeldung erforderlich

Referentin

Christa Müller, Centered Riding® Instruktor Level Level IV, www.stall-christa.ch