

Bewegungstrainingslehrgang unter Leitung

von Tanja Schulze

Fortbildungsveranstaltung für alle interessierten Reiterinnen und Reiter,
Ausbilder und alle, die gern mal über den Tellerrand schauen.

Thema: Schulung des Bewegungsgefühls des Reiters
„Lernt man Reiten nur durch Reiten“

Ein losgelassener Sitz und eine unabhängige Hilfengebung sind die Grundlage für gefühlvolles Reiten. Doch gerade hier treten, u.a. aufgrund von Blockaden und Verspannungen, oft Probleme auf, die sich im täglichen Reitunterricht nur schwer beheben lassen.

Doch dort wird meist nur an den Symptomen, z.B. hochgezogene Absätze, nicht aber die Ursache korrigiert.

Der Reiter wird meist nicht als ganzes gesehen. Hier setzt das Bewegungstraining von Eckart Meyners an.

Datum: **13.04. - 14.04.2013**

Während dieser Hospitation soll man an Praxisbeispielen erkennen, wie sich Reiter-Pferd-Paare verschiedener Niveaus verändern, schwerpunktmäßig im Freizeit- und E/A- Bereich, wenn sie Übungen nach dem von Eckart Meyners entwickelten 6-Punkte-Programm absolvieren. Besonders deutlich wird diese Methode nach Eckart Meyners schon im Anfängerbereich. Es finden Unterrichtseinheiten sowohl mit einem, als auch mit zwei Reiter-Pferd-Paare statt. Neben der Hospitation des Bewegungslehrgangs gibt es die Möglichkeit an einem theoretischen Teil und einem Funktions- und Kräftigungstraining teilzunehmen. Das Funktions- und Kräftigungstraining soll die reiterlichen und körperlichen Defizite aufzeigen und wie man diese mit entsprechenden Methoden ohne Pferd beheben bzw. mindern kann.

Der praktische und theoretische Teil wird durch Frau Tanja Schulze abgehalten, den Kurs zum Funktions- und Kräftigungstraining wird von Frau Ronny Bartsch vom 1. Tanzstudio Plauen durchgeführt. Gerne können auch **Nicht-Mitreiter bzw. Nicht-Trainer** nach Absprache an dem theoretischen und sportlichen Teil teilnehmen. Zwischen den einzelnen Stunden gibt es die Möglichkeit eventuelle, auftretende Fragen zu klären.

Referent: Tanja Schulze → Pferdewirtschaftsmeisterin Reiten
→ Pferdewirtschaftsmeisterin Zucht und Haltung
→ Bewegungstrainerin EM
→ Turnierrichterin im Landesverband Sachsen

Ronny Bartsch → Diplomtänzerin
→ Tanz/ Trainer, Choreograph

Inhaltliche Aspekte/Erläuterungen:

Inhalte zu praktischem Reiten (sportfachliche, inhaltliche Grundlagen)

Kosten/ Umfang Lizensverlängerung:

Die Hospitation des Lehrgangs wird mit **8 LE** zur Lizensverlängerung anerkannt, wobei **4 LE pro Tag** vergeben werden. Die Kosten pro Tag betragen **15,-€ bzw. 25,-€** für das gesamte Wochenende und sind in bar vor Ort zu zahlen.

Ort der Veranstaltung:

Reithalle Pferdezentrum Oberlosa UG (RV Plauen-Oberlosa e.V.)
Kirchplatz 19
08527 Plauen OT Oberlosa

Um vorherige verbindliche Anmeldung wird gebeten:

Tobias Rundnagel
Tel.0172/ 3883051 (täglich ab 17.30 Uhr) oder
E-mai: tobiasrundnagel@live.de

Lehrgangsplan:

Beginn jeweils 8.00Uhr

Uhrzeit	Samstag, 13.04.2013	Sonntag, 14.04.2013
8.00	Bewegungstraining Durchgang 1 Einzel bzw. zweier Stunden	Bewegungstraining Durchgang 2 Einzel bzw. zweier Stunden
9.00		
10.00		Funktions- und Kräftigungstraining
11.00		Funktions- und Kräftigungstraining
12.00		
13.00	Mittag	
14.00	Bewegungstraining Durchgang 1 Einzel bzw. zweier Stunden	Bewegungstraining Durchgang 2 Einzel bzw. zweier Stunden
15.00		
16.00		
17.00		
18.00	Theorie + Fragerunde	
19.00	Theorie + Fragerunde	

Das Funktions- und Kräftigungstraining findet im Turnraum in der Grundschule Oberlosa, Zum Sportplatz 4, 08527 Plauen statt. (Fußweg 7min, Auto 2 min).