



Reitkurs

Centered Riding

Reiten aus der Körpermitte

Centered Riding wurde von Sally Swift entwickelt, die Elemente aus der Alexander-Technik, der Feldenkrais-Methode und ostasiatischer Kampfkünste in ihre Reitlehre einfließen lassen hat. Mit Hilfe von Übungen am Boden und im Sattel findet der/die ReiterIn zu einem **neuen Körperbewusstsein** und einem **geschmeidigen Sitz**. Gedankenbilder und einfache Übungen helfen die Theorie in die Praxis umzusetzen, ein neues Reitergefühl zu entwickeln und sich dadurch dem Pferd leichter verständlich zu machen. Dieses antwortet mit mehr Leichtigkeit, Durchlässigkeit, Schönheit und Motivation.

Der Kurs ist offen für ReiterInnen jeder Reitdisziplin, welche in den drei Grundgangarten reiten können. Es ist möglich mit dem eigenen Pferd oder mit einem Schulpferd teilzunehmen. Der Kurs wird auf Deutsch und Französisch gehalten.

Datum:

6. – 7. Oktober 2018, ca. 9 bis 17 Uhr

Kursleiterinnen:

- Christa Müller : Centered Riding Instructor level IV
- Carole Berthoud : Centered Riding Instructor level II

Kosten: 390.— CHF pro Person

Anmeldung/Informationen: Carole Berthoud, cberthoud@yahoo.com, 079 731 95 71, www.harmonisch-reiten.org