



# Gymnastik im Gelände

## Kursausschreibung

Vielen Reitern fehlt die Möglichkeit einer Reithallennutzung. Der Betrieb auf den Reitplätzen ist stark wetterabhängig, da diese oft unter Wasser stehen oder im Winter gar komplett gefroren sind. Auch in dieser Zeit sollen unsere Pferde aber weiterhin gesund gearbeitet und gefördert werden. Hier steht Freizeitreitern oftmals nur das Gelände zur Verfügung. Doch Geländetraining muss nicht nur der standardmäßige Ausritt sein!

Dieses Praxisseminar soll neue Ideen schaffen, wie wir die Pferde fit durch die Wintersaison bringen und eignet sich natürlich ebenso für Alle, welche keine anderen Trainingsbedingungen haben!

Wir reiten in einer Gruppe von maximal 8 Pferden (2 Guides!) durch den Wollenberg und das Lahntal. Hufschutz (Eisen oder Hufschuhe) unbedingt erforderlich, da teilweise sehr steiniges Gelände!

### Inhalte des Seminars sind u.a.:

- Aufwärmübungen vor dem Aufsitzen
- Wegplanung - Welche Wege eignen sich für welche Übungen
- Bodycontrol - von Nüster bis Schweif
- Optimierung der Beweglichkeit in den Grundgangarten
- Konditionsarbeit vs. Gymnastik - der Mix macht's!
- Stärkung für die Hinterhand

Wann: Sonntag, 27. April 2019, (10:00 Uhr, ca. 2,5 – 3 Stunden)

Seminarort: Treffpunkt - Aldi Parkplatz, 35094 Lahntal-Sterzhausen

Teilnahmegebühr: 70,00 € / Teilnehmer

Anmeldung: Tanja Ludwig ([www.TL-Horsetraining.de](http://www.TL-Horsetraining.de))  
[info@tl-horsetraining.de](mailto:info@tl-horsetraining.de)  
01774022910

