



Bodenarbeit

„Der tragfähige Rücken“

Reit- und Fahrverein Oberlahntal

Um ein Pferd lange gesund reiten zu können, muss es einen stabilen Rumpf und eine Durchlässigkeit der Bewegungen im Körper aufweisen. Der tragfähige Rücken ist ein Produkt aus gut funktionierenden Muskelketten, welche Mithilfe gezielten Trainings gestärkt und aufgebaut werden sollten. Pferde sind Meister im Kompensieren. Wenn nur ein Glied dieser Muskelketten Einschränkungen in der Beweglichkeit zeigt, so wird es das über einen langen Zeitraum ausgleichen, bis irgendwann sichtbare Probleme auftreten. In diesem Training werden spezifische Anreize geschaffen, um den Rumpf-Trage-Apparat des Pferdes gezielt zu trainieren. Geeignet für alle Pferde ab ca. 3 Jahren. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Wir arbeiten in kleinen Gruppen zu jeweils 60 Minuten.

Es wird ein korrekt sitzendes Knoten- /Stallhalfter oder Kappzaum und ein Führstrick (ohne Panikhaken) benötigt. bei Bedarf kann eine Touchiergerte genutzt werden.

Inhalte des Trainings sind u.a.:

- *Zusammenhänge im Körper verstehen*
- *Bauchmuskeltraining*
- *Übungen für eine aktiv-arbeitende Hinterhand*
- *Gezielte Übungen für mehr Durchlässigkeit*

Termin:	Samstag, 08. Juni 2024
Seminarort:	Reit- und Fahrverein Oberlahntal, 35094 Caldern
Teilnahmegebühr:	50,00 € (Nicht-Mitglieder 10,00€ Anlagennutzung)
Anmeldung:	Formular auf www.TL-Horsetraining.de
Leitung:	TL Horsetraining - Tanja Ludwig Trainerin B EWU / DOSB Liz. Mentaltrainerin (Deutsche Mentaltrainer Akademie e.V.)