



PFERDEZENTRUM
— Meeresberg —
Hof Eschenhorst



Reitlehrgang

Stressmanagement im Pferdesport

In Kombination mit Sitzschulung nach Eckart Meyners

Datum: 04.-05.11.2017

Mentaltraining oder Erfolg beginnt im Kopf!

- Gewonnen oder verloren wird zwischen den Ohren
- Wer mental geschwächt ist hat weniger Chancen
- Vorstellung mentaler Techniken für einen besseren Umgang mit z.B. Stresssituationen

Bewegungstraining/ Sitzschulung

- Auflösung von Bewegungsblockaden
- Steigerung der koordinativen Fähigkeiten
- Mehr Leichtigkeit durch verbessertes Gleichgewicht
- Verbesserte Einwirkung durch harmonischere Hilfen

Reiten heißt

einen Dialog mit dem Pferd zu führen!

- Gymnastizierendes Reiten
 - Mentale Strategien in der Arbeit mit dem Pferd anwenden

Kosten: 180,- €

Ort: Pferdezentrum Meeresberg

Anmeldung an:

Info@hof-eschenhorst.de

Gastboxen und Lehrpferde stehen zur Verfügung



Heideloh 6 - 27248 Ehrenburg/ Heideloh - Tel: 0 42 75 / 96 38 88

www.hof-eschenhorst.de - info@hof-eschenhorst.de