



**PFERDEZENTRUM**  
— Meeresberg —  
Hof Eschenhorst

## Individuelle Sitzschulung/ Bewegungstraining nach „Eckart Meyners“

Schwerpunkt: Blockaden lösen in Zusammenarbeit mit  
Krankengymnastin Sabine Schlenz

**Termin: 18.-19.02.2017**

*Die* Sitzschule für das Bewegungsgefühl des Reiters

### Inhalt und Ablauf

**Theorie:** Geheimnisse des Reitersitzes -  
Ein theoretischer Einstieg in das  
Bewegungstraining  
Erstellen eines individuellen Trainingsplans

**Praxis:** Einzelnes Reiten mit Schulungsübungen am  
Boden und auf dem Pferd Verbesserung von  
Koordination, Balance und Einwirkung

**Kosten:** 120,- €

Gastboxen und Lehrpferde stehen zur Verfügung

**Bewegungstrainer:** Katrin Eschenhorst und Lisa Kreitel

**Anmeldungen an:** [info@hof-eschenhorst.de](mailto:info@hof-eschenhorst.de)