

Springlehrgang Schwerpunkt Trainingsplanung

Mit **Bianka Axmann** und **Lisa Kreitel**

Termin: Samstag den 20.03- Sonntag den 21.03.2021

Inhalte:

- Theorie Trainingslehre Reiter:
 - Welche Voraussetzungen sollte der Reiter mitbringen? Wie lernt er Rhythmus, Distanzgefühl und Balance und wie kann er es trainieren?
- Praxis Bewegungstraining/ Sitzschulung und Gymnastikspringen (Rhythmus und Linienführung) Parcourspringen individuelle auf den einzelnen Teilnehmer abgestimmt.
- Theorie Trainingslehre Pferd:
 - Welche Voraussetzungen sollte das Springpferd mitbringen? Wie trainiere ich Kraft, Ausdauer, Vermögen, Schnelligkeit? Wie bleibt mein Pferd durch Training lange gesund?
- Individuelle Einzelgespräche zum Erstellen von Saison und Trainingsplänen für Pferd und Reiter.



Kosten:

190,-€

Gastboxen und Lehrpferde stehen zur Verfügung.

Anmeldung:

Anmeldeformular unter www.hof-eschenhorst.de

oder Email an info@hof-eschenhorst.de

Anfragen und Infos gern auch telefonisch oder per Whats App.

