

Die Xenophon-Regionalvertretung Sachsen lädt Reiterinnen & Reiter aller Sparten ein.

Gefühlvoll sitzen - mehr Freude am Reiten durch Bewegungsgefühl & Körperwahrnehmung

&

Treffen der Xenophon-Regionalvertretung Sachsen

Das Praxisseminar richtet sich an anspruchsvolle Reiter, die Wert darauf legen, ihren Sport harmonisch und gesundheitsfördernd zu betreiben. Es werden bei jedem Teilnehmer zunächst individuelle Stärken und Schwächen analysiert. Dann geht es darum, dass Pferd und Reiter zu mehr Harmonie gelangen. Mit Leichtigkeit und ohne Stress zu reiten, ist das Ziel des Seminars. Außerdem lädt Christina Barofke, Regionalvertreterin Sachsen von Xenophon e.V., Mitglieder oder die, die es werden wollen, im Rahmen des Reitseminars zum Treffen und „Kennenlerngespräch“ der Regionalvertretung ein.

Seminarprogramm: Blockseminar mit 8 Unterrichtseinheiten, Videoanalyse, Sitzübungen, Theoretische Grundlagen, Übungen zur Lösung von Blockaden und Verspannungen, Reiten im korrekten Sitz, Reiten mit dem losgelassenen Pferd, Übungsprogramm für zuhause.

Kursleitung: **Christina Barofke**

Datum/Zeit: 01. April 2016 Seminar
02. April 2016 Seminar und ab 17:00 Uhr „Xenophon-Treffen“
03. April 2016 Seminar

Ort: Gut Göritz
04509 Schönwölkau
www.gut-goeritz.de

Infos/Anmeldung: Dipl.-Ing. (agr.) Christina Barofke
Xenophon e.V., Regionalvertretung Sachsen
Gut Göritz Pferdebetrieb (FN)
Telefon: 0172 / 66 99 96 3
E-Mail: christina.barofke@gut-goeritz.de

Kosten: 170,00 Euro Xenophon-Mitglieder
180,00 € je Teilnehmer
zzgl. Unterbringung für Reiter und Pferd bei Bedarf.

***Wir freuen uns auf ein spannendes und lehrreiches Seminar!
Auch Zuschauer und Nicht-Mitglieder sind willkommen!***