

Die Xenophon-Regionalvertretung Sachsen lädt Ausbilder, Trainer, Reiterinnen und Reiter aller Sparten ein zum:

Gefühlvoll sitzen - mehr Freude am Reiten durch Bewegungsgefühl & Körperwahrnehmung Hilfsmittel: Franklin®-Bälle

Die Reiterwelt hat die Franklin®-Methode für sich entdeckt. Entwickelt wurden die mit Luft oder Wasser gefüllten Kunststoffbälle und -rollen für die Selbstmassage und das Faszientraining. Die Bälle sind aber auch hervorragend geeignet, um Reitern zu neuer Beweglichkeit zu verhelfen. Verspannungen, Blockaden und Fehlhaltungen verbessern sich.

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.

Seminarprogramm: Pro Tag 3 Lehreinheiten
Praxis: Reiten und Funktionsgymnastik sowie eine Theoriestunde

Kursleitung: **Christina Barofke**

Datum/Zeit: 28. und 29. Oktober 2017

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), 04509 Schönwölkau
Telefon: 0172 / 66 99 96 3
E-Mail: christina.barofke@gut-goeritz.de

Kosten: 80,00 € pro Tag für Xenophon-Mitglieder inkl. Verpflegung
90,00 € pro Tag je Teilnehmer inkl. Verpflegung
zzgl. Unterbringung für Reiter und Pferd bei Bedarf.

***Wir freuen uns auf einen spannenden und lehrreichen Tag!
Auch Zuschauer und Nicht-Mitglieder sind willkommen!***