Workshop
„ Feldenkrais & Reiten aus der Körpermitte auf dem Bonartshäuserhof“

Techniken aus dem **Centered Riding®** von **Sally Swift**, sowie individuell unterstützende Feldenkrais-Lektionen

- unterstützen die Bewegungskoordination in Pferd und Reiter
- lösen Blockaden in der Skelettmuskulatur
- verfeinern die Wahrnehmung des eigenen Körpergefühls beim Reiten
- unterstützen/fördern Losgelassenheit in Pferd und Reiter
- übersetzen die »Skala der Ausbildung« in anwendbare Lektionen
- stärken die Verbindung und das Zusammenspiel der Bewegung in Pferd und Reiter
- verändern »mechanische« Reit-Anleitungen hin zu einem gefühlten Reiterlebnis und lassen den Reiter so gezielter lernen ohne unnötige Kraft/Stress zu reiten

Wer darf mitmachen ?
Jeder, der Lust dazu hat. Mit und ohne Pferd.

Wer gibt den Kurs ?
Anke Recktenwald**,** Pferdewirtschaftsmeisterin, Feldenkrais-Practitionerin, Centered Riding®, Tellington-Training®,
Mehr über sie gibt es auf der Homepage: www.anke-recktenwald.de

Was kostet der Kurs ?
Das ist abhängig von der Teilnehmerzahl. Mind. 6 Teilnehmer mit Pferd sind erforderlich, max. 10. Bei 6 Teilnehmern gestalten sich die Kosten wie folgt:

- Teilnehmer mit Pferd: 135, - € zzgl. Bahnkosten, Kost und Unterbringung für die Kursleiterin.
  Ich rechne mit max. weiteren 15 ,- € pro Person. Je mehr Teilnehmer, desto günstiger.
- Zuschauer zahlen 30, - € pro Kurstag

Wann findet er statt ?
Samstag und Sonntag, jeweils von ca. 10:00 Uhr - 17:30 Uhr
Wir haben zwei Termine zur Auswahl. Wer Interesse hat, trägt sich daher bitte in die Liste ein. Der mit den meisten Teilnehmern wird fixiert und ich komme bezgl. der verbindlichen Anmeldung anschließend auf euch zu.

Name	Telefonnummer	Ich kann nur am 19./20.07.2008	Ich kann nur am 26./27.07.2008	Ich kann an beiden Terminen

Noch Fragen ? Dann meldet euch bei Yvonne Neumann (Besitzerin von Cortez), Mobil: 0178/1766216.
Ich freue mich auf viele Anmeldungen und einen erlebnisreichen Kurs