

# Balance - die Basis aller Kommunikation

Essentielle Bodenarbeit mit Centered Riding® Lehrerin Yvonne Ernst

Dieser Kurs eignet sich für Reiter aller Ausbildungsklassen und Reitweisen. Er gliedert sich in zwei Module, die sinnvoll aneinander aufbauen. Eine Pause zwischen den Terminen gibt Gelegenheit, neue Impulse im Alltag auszuprobieren und eventuelle Fragen oder Probleme im zweiten Teil aufzuarbeiten. Natürlich sind aber auch Erfolgsgeschichten willkommen :)

Balance ist eins der grossen Themen in der Pferdeausbildung, wir alle möchten lieber ein ausbalanciertes Pferd reiten, als ein unausbalanciertes. Aber was genau bedeutet Balance eigentlich? Dass ein Pferd über die Wiese galoppieren und wilde Sprünge machen kann, ohne umzufallen zeugt zwar von einer gewissen Stabilität, heißt aber noch lange nicht, dass es eine gute Körperwahrnehmung hat und im Gleichgewicht ist.

In diesem Kurs wollen wir uns mit der Art von Gleichgewicht beschäftigen, die aus Propriozeption und bewusster Bewegung entstehen kann.

Wir werden den ersten Tag nutzen, um einiges an Selbsterfahrung zu machen, zum Beispiel, welchen großen Unterschied es für die Spannungsverhältnisse in unserem Körper macht, ob wir frei neben jemandem herlaufen, oder ob wir von ihm geführt werden. Wir experimentieren mit unserer eigenen Wahrnehmung, um das Erfahrene dann in den Umgang mit unseren Pferden zu übertragen.

Außerdem beschäftigen wir uns intensiv mit den Bewegung - und Haltungsmustern unserer Pferde. Zu erkennen, wie sie sich im Detail bewegen, eröffnet ganz neue Möglichkeiten, mit Schwierigkeiten in der Ausbildung umzugehen.

Dazu nutzen wir den Lernparcours aus der Tellington Methode.

Im zweiten Teil besteht die Möglichkeit, Inhalte aufzufrischen und zu vertiefen. Wir werden die vielfältigen Möglichkeiten der Tellington Touches sowie die Arbeit mit den Körperbändern sowohl an uns als auch an den Pferden ausprobieren und auch hier wieder sehr fein auf die Kleinigkeiten achten.

Natürlich ist zwar auch in diesem Kurs Raum für spezielle Wünsche, bitte spricht mich aber vorher darauf an, eventuell sind sie in einem anderen Kurs besser aufgehoben.

## Allgemeine Ziele des Kurses sind:

- Wache Wahrnehmung für die eigene Körpersprache und Muster entwickeln
- Verfeinerung der eigenen Kommunikation
- Schulen des Auges für Balanceschwierigkeiten des Partners Pferd
- Vertiefung des Verständnisses für die eigene Einwirkung
- 
- ...und natürlich eine grosse Portion Spass

## Ablauf:

Vormittags Theorie und Arbeit in der Gruppe ohne Pferde.

Nachmittags dann Arbeit mit den Pferden jeweils in 2er oder 3er Gruppen.

## Termin:

Modul 1 15.06.2019 10.00 bis ca 17.00

Modul 2 13.07.2019 10.00 bis ca 17.00

**Teilnehmerzahl:**

sechs bis acht aktive Teilnehmer

**Veranstaltungsort:**

Glindower Chausseestrasse 75, 14542 Werder (Havel)

**Kosten:**

180 Euro für beide Tage, 100 Euro bei einzelner Buchung

**Kursleitung:**

Yvonne Ernst, Lehrerin für das Reiten aus der Körpermitte®, Tellington Practitioner in Ausbildung ,  
Pferdeosteopathin

Anmeldung und Informationen unter [www.ernst-yvonne.de](http://www.ernst-yvonne.de) oder 0163 6986663