



10. Januar 2026

Sitzschulung mit Christiane Daniel

Das Bewegungstraining nach Meyners beinhaltet gymnastische Übungen am Boden, mit dem Balimo oder auch auf dem Pferd, die den Reiter sofort spüren lassen, was er tun kann, um seinen Sitz spürbar zu verbessern. Hierbei geht es darum Lösungsmöglichkeiten anzubieten, um Sitzproblematiken nachhaltig verändern zu können.

Christiane Daniel

Ablauf:

Jeder Teilnehmer hat eine Stunde (60 Minuten) Bewegungstraining.

Das Bewegungstraining läuft folgendermaßen ab:

Jeder Teilnehmer reitet sein Pferd vor Beginn seiner Stunde so ab, dass beide wirklich warm sind, und reitet dann am Beginn der Stunde kurz vor.

Dann wird der Istzustand des Sitzes besprochen.

Anschließend steigt der Reiter ab, macht eine Übung auf dem Boden, steigt wieder auf, reitet und erföhlt, was die Übung verändert hat.

Dann steigt der Reiter wieder ab, macht die nächste Übung usw.

Jeder Teilnehmer erhält außerdem ein Protokoll der Trainingseinheit mit auf ihn abgestimmte Übungen

Kosten: 65 € pro Person

zzgl. 10 € Nutzungsgebühr für Nicht-Vereinsmitglieder / passive Vereinsmitglieder

Die Anzahl der Teilnehmer ist auf 8 begrenzt.

Bei Bedarf stehen, gegen Gebühr, bis zu 4 Gastboxen zur Verfügung

Reitanlage des RZuFV Jagdfalke Brünen E.V. - Bergstraße 39 - 46499 Hamminkeln

Anmeldung: Whatsapp an: Katrin v.d.Linde 0160.9242.905