



Vi arrangerar kurser för ryttare, ridlärare och tränare

Hela Ekipaget -

en utbildningsdag med fokus på din egen sits, hur den påverkar din häst och vad du kan göra för att få en optimal kommunikation med din häst

Syftet är att ge dig verktyg att utifrån ett helhetsperspektiv arbeta med att förbättra din sits och inverkan för att få en ännu bättre kommunikation med din häst.

Utbildningsdagen ges i ett unikt samarbete mellan människor med kompetenser som ridlärare, tränare, sitsforskare och hästmassör.

Innehåll

Förmiddagen:

Övningar på tryckmätningsskiva där din sits och inverkan registreras och som ger dig ökad insikt om hur du påverkar din häst.

Avsuttna övningar där du får veta mer om hur ryttarens kropp fungerar och du får tips på praktiska övningar som du kan använda för att få en bättre sits.

Eftermiddagen:

Praktiska ridövningar där vi kopplar ihop övningarna på tryckmätningsskivan och på marken med din sits, inverkan och kommunikation med hästen.

Medverkande

Lena Lilja, B-tränare, dressyrdomare och sadeltekniker med erfarenhet av tävlingsridning upp till svår klass. Lena har lång erfarenhet av att arbeta med ryttarens sits bland annat med hjälp av tryckmätningsskivan.

Mari Zetterqvist Blokhuis, diplomerad ridlärare och pedagog som forskat om metoder för att förbättra ryttarens sits.

Pia Tillberg, leg. sjukgymnast med stor erfarenhet av att arbeta med ryttarens sits och inverkan bland annat inom rehabilitering.

Kjell Göranson, diplomerad hästmassör.

Förfrågan

Välkommen att kontakta någon av oss för kostnadsförslag:

Mari Zetterqvist Blokhuis tel 073-946 96 79

Lena Lilja tel 070-672 70 37

Pia Tillberg tel 070-403 71 09

Välkommen att kontakta oss!

Lena Lilja, Pia Tillberg, Mari Zetterqvist Blokhuis och Kjell Göransson