

# Dressurseminar: Harmonie zwischen Mensch und Pferd

## Kursinhalte:

- Verbesserung und Förderung der Kommunikation
- Pferde korrekt über den Rücken reiten lernen
- Erlernen der Abkau- und Biegeübungen an der Hand vom Boden und unter dem Sattel
- Sinnvolle Longiertechniken, Arbeit an der Hand
- Schulung von Pferd und Reiter zur Verbesserung der Schenkelgehorsamkeit
- Erarbeiten der korrekten Dehnungshaltung
- Übungen zur Kontrolle und Verschiebung der Schultern des Pferdes
- Geraderichtung, Bearbeitung der natürlichen Schiefe
- Erarbeitung / Verfeinerung der Seitengänge
- Vorbereitung und Erarbeitung der weiterführenden Lektionen
- Sitzkorrektur der Reiter, Schulung der eigenen Wahrnehmung
- Theorieunterricht, die Légèreté Ausbildungsskala, Physiologie und Biomechanik des Pferdes, Gleichgewichtslehre, Systematik der Hilfengebung

## Kursablauf:

### 1. Tag

- Begrüßung und Kennenlernrunde, Besprechung der Kursziels jedes einzelnen
- Reiteinheit 30 Minuten einzeln mit Videoaufzeichnung zur Analyse des ist-Zustandes
- Mittagspause ca.90 Min.
- Theorieeinheit zur Analyse und Besprechung der Videoaufzeichnungen
- 2. Praktischer Teil, Reiteinheit ca. 30 Minuten Einzelunterricht
- Theorieabend, System Ecole de Légèreté, Fragen und Antworten, Diskussionsforum

### 2. Tag

- Reiteinheiten ca. 30-45 Minuten (Einzelunterricht) - Intensivierung der am Vortag erarbeiteten Inhalte
- Mittagspause
- Zweite Reiteinheit 30-45 (Minuten 8 Einzelunterricht)
- Abschlussbesprechung, Reflektion des Seminares, Erstellung eines Individuellen Trainingsplans für jeden Teilnehmer (Mensch und Pferd)

Die Kurse finden immer Samstag und Sonntag statt und sind auf maximal acht TeilnehmerInnen beschränkt. Der Kurs beginnt je nach TeilnehmerInnen-Anzahl spätestens um 9 Uhr. Der Kursablauf kann sich je nach TeilnehmerInnen-Zahl geringfügig verändern. Die Reiteinheiten sind deshalb mit ungefähren Zeiten versehen. Ich möchte noch darauf hinweisen, dass das ganze Seminar davon genährt wird, dass jeder bei jedem anderen zuschaut und zuhört. Jeder lernt auch beim Zusehen sehr viel dazu. Auch beantworte ich zwischendurch gerne mal eine Frage von den ZuschauerInnen. Ich erkläre jeden Schritt im Unterricht so, dass auch alle TeilnehmerInnen und ZuschauerInnen gut nachvollziehen können, was ich warum mache.

Insofern ist es ratsam am Freitagabend anzureisen. Es besteht die Möglichkeit, den Pferden die Halle und Reitplatz zu zeigen und sie an die ganze Atmosphäre zu gewöhnen.