



Online-Kurs „Seitengänge“ (Nachbucher)

„Seitwärts“ ist nicht nur in, sondern auch sinnvoll. Wer sein Pferd geraderichten und geschmeidig machen möchte, kommt kaum daran vorbei. Andererseits schaden falsch ausgeführte, zu oft oder zu früh verwendete Seitengänge dem Pferdekörper und können den Trainings- und Gesundheitszustand sogar verschlechtern statt verbessern. Dieser Onlinekurs erklärt in Theorie und Praxis das Schenkelweichen und die klassischen Seitengänge Schulterherein, Travers und Renvers. Katharina Möller, klassische Dressurausbildlerin, demonstriert in den Praxisvideos die Hilfengebung und Erarbeitung der verschiedenen Seitengänge beim Reiten, in der Handarbeit und am langen Zügel. Claudia Weingand, osteopathische Pferdetherapeutin, erklärt was in den Seitengängen im Pferdekörper passiert und wie sie einen gesunden Trainingsplan perfekt ergänzen ohne dass das Pferd verschleißt.

Mit Hilfe dieses Online-Kurses könnt ihr euch die Seitengänge unterm Reiter, aber auch an der Hand mit eurem Pferd Schritt für Schritt erarbeiten. Ihr erfahrt zu jedem Lernschritt, welche Voraussetzungen erfüllt sein müssen und welche Anforderungen er an den Körper stellt und somit auch, was genau man damit eigentlich trainiert und bezwecken kann.

Ziele des Kurses sind:

- dass ihr die technisch korrekte Ausführung der Seitengänge erkennen lernt,
- die korrekte Auswahl und Anwendung der Seitengänge für den jeweiligen Ausbildungsstand und spezifische „Problemzonen“ eures Pferdes versteht,
- eure Hilfengebung verbessert und euch von Unterrichtseinheit zu Unterrichtseinheit weitere Seitwärtsbewegungen mit uns erarbeitet.

Inhalte:

- 1) Basis: Das Schenkelweichen: Lösende Lektion und Erarbeitung der seitwärtstreibenden Hilfen
- 2) Das Schulterherein: Die „Mutter aller Seitengänge“
- 3) Travers und Renvers: erhöhte koordinative und gymnastische Anforderungen für Pferd und Reiter auf kreativen Linien
- 4) Seitengänge im Galopp: Voraussetzungen, Anwendungsbeispiele und Gefahren

Der Kurs ist geeignet für Reiter auf jedem Ausbildungsstand:

- für Besitzer von jungen/noch nicht so weit ausgebildeten Pferden und Reiter in der Grundausbildung: Zur Erarbeitung von ersten Seitwärtsbewegungen und als Ausblick auf die weitere Ausbildung ihres Pferdes.
- für Reiter von fortgeschrittenen Pferden: Zur Überprüfung ihrer Grundlagen und darauf aufbauend zu neuen Seitengangvariationen, einem tieferen Verständnis und mehr Geraderichtung.
- für Menschen und Pferde mit Problemen in den Seitengängen: Um herauszufinden und aufzuarbeiten, wo es bisher hapert.
- für Reitlehrer/Trainer/Psychotherapeuten/Osteopathen: Um Seitengänge ihren Kunden und Schülern besser erklären zu können und noch sicherer in der Auswahl und Anwendung der verschiedenen Seitengänge zu werden.

Die Kursteilnahme ist möglich am Kappzaum, an der Trense (klassische Handarbeit), natürlich unterm Sattel oder bei entsprechender Vorbildung am Langzügel. Wir zeigen und begründen im Kurs die Seitengänge in allen klassischen Varianten vom Kappzaum ans Gebiss, von der Hand in den Sattel an den langen Zügel.

Teilnehmende Pferde müssen mindestens vier Jahre alt und soweit gesund sein. Wenn du dir nicht sicher bist, ob und wie viel du mit deinem Pferd bereits an Seitengängen arbeiten kannst, frage bitte vorab deinen Tierarzt oder Osteopathen vor Ort und sende uns bei gesundheitlichen Einschränkungen deines Pferdes vorab eine Email, damit wir schauen können, ob der Kurs für dein Pferd passt.

Wie funktioniert der Online-Praxiskurs?

Du erhältst vier Unterrichtseinheiten in Form einer Videoanleitung und eines Pdf-Dokuments. Die Inhalte bauen Schritt für Schritt aufeinander auf. Dabei wird dir der jeweilige Seitengang in mit seinen Nutzen, Gefahren und möglichen Problemen erklärt und die Erarbeitung an der Hand/unterm Sattel/am langen Zügel erläutert und vorgemacht. Du bekommst Hintergründe und mögliche Fehler aufgezeigt.

Du bearbeitest die Einheiten dann und in der Geschwindigkeit, wie es für dich passt. Die Videos können unbegrenzt oft angeschaut werden und stehen bis mindestens Dezember 2020 zur Verfügung. So bist du zeitlich flexibel und kannst den Kurs machen, wann es für dich passt. Anschließend machst du die Übungen mit deinem Pferd nach und bist auch dabei völlig flexibel. Falls du zwischendurch aussetzen musst, kannst du die Unterrichtseinheiten entsprechend schieben. Wichtig ist nur, dass du die Reihenfolge einhältst, die Angaben zu den Voraussetzungen ernstnimmst und keine Einheiten auslässt, denn die sind ja exakt auf deinen Lernerfolg zugeschnitten.

Von Einheit zu Einheit steigern wir die koordinativen Fähigkeiten deines Pferdes, deine Hilfengebung und euer beider Gymnastizierung ☺.

Die einzelnen Übungen des Kurses mit ihren verschiedenen Varianten können dein Pferd und du dann in eurer Arbeitsrepertoire aufnehmen und weiterhin anwenden.

Technik

Die Kursvideos stellen wir über die Plattform vimeo zur Verfügung. Dazu musst du dich bei www.vimeo.com anmelden (Benutzernamen auf der Kursanmeldung vermerken!).

Probleme und Fragen

Gerne kannst du Fragen zum Kurs in der geschlossenen facebook-Gruppe stellen oder bei Bedarf auch ein persönliches Coaching mit Katharina und Claudia buchen.

Kosten: 99 EUR inkl. MwSt.

ANMELDUNG ZUM OSTEODRESSAGE ONLINEKURS

SEITENGÄNGE (99 EUR inkl. MwSt.)

Name _____

Anschrift _____

Telefon/Handy _____

Email Adresse _____

Vimeo Nutzername _____

Hiermit melde ich mich verbindlich zum oben genannten Kurs zum Preis von 99 EUR inkl. 19% MwSt. an.

Die Rechnung sowie die pdf Dokumente zum Kurs werden an oben genannte mail-Adresse verschickt.

Die Videos werden auf vimeo freigegeben. Dazu bitte jetzt auf www.vimeo.com registrieren und Nutzernamen oben angeben.

Ort, Datum und Unterschrift des Teilnehmers oder ggf. des Erziehungsberechtigten