



Kursausschreibung

Bewegungslehrgang nach Eckart Meyners mit Martin Volesky

Das Bewegungstraining wurde vom deutschen Sportwissenschaftler Eckart Meyners entwickelt. Inzwischen ist er international mit seiner Methode anerkannt. Mit gezielten Übungen, Griffen und dem Einsatz des BALIMO-Hockers wird die Beweglichkeit wieder hergestellt und losgelassenes Reiten ermöglicht. Meyners hat zur Sicherung dieses Wissens wenige „Bewegungstrainer EM“ selbst ausgebildet. Einer seiner ersten Schüler ist Martin Volesky.

Leitung: Martin Volesky, Bewegungstrainer nach Eckart Meyners EM

Martin Volesky, ist zweifacher Pferdewirtschaftsmeister, Reiten und Zucht/Haltung. Er hat bei namhaften Ausbildern wie z.B. Otto Pläge (Dressur), Paul Beck (Dressur) und Hardy Diemer (Springen / Vielseitigkeit) gelernt. In seiner Turnierkarriere ritt er Vielseitigkeit bis zum internationalen Weltcupniveau. Heute ist er als selbstständiger Trainer tätig. Mehr über ihn: www.bewegungstrainer.net

Kursort: Reithalle Brugg

Daten: **Samstag, 30. November 2024 & Sonntag, 1. Dezember 2024**

Teilnehmer: Jeder Reiter reitet je eine Einzelstunde à 45 Minuten am Samstag und Sonntag. Das Bewegungstraining ist geeignet für Reiter aller Reitweisen & Leistungsstufen. Der Kurs ist auf 10 Teilnehmer beschränkt.

Kosten: **für Aktivmitglieder:** ca. CHF 200.00
Das Kursgeld ist nach Anmeldeschuss auf das Konto des KRVB zu überweisen.

Für Passiv oder Nichtmitglieder kostet es **zusätzlich CHF 20.00** welche direkt bei Anmeldeschluss auf das Konto des KRV Brugg zu überweisen sind.
IBAN: CH43 0900 0000 5000 3883 4, Vermerk «Bewegungslehrgang»

Die Kurskosten werden der Anzahl Teilnehmer angepasst. Mit der Einteilung werden die definitiven Kosten mitgeteilt.

Anmeldung bis 15. November 2024 an Tamara Laube (baumanntamara@bluewin.ch) oder 079 750 94 48 (Whatsapp)

Ablauf der Lektion:

Jeder Reiter reitet in einer Einzelstunde. Wenn die Stunde beginnt, ist das Pferd bereits im Schritt und Trab aufgewärmt. Der Reiter reitet sein Pferd vor und der Trainer erkennt durch das Vorreiten die Verbesserungsmöglichkeiten, die der Reihe nach bearbeitet werden. Dies wird durch spezielle Übungen gemacht. Viele Übungen finden ohne Pferd statt. Während der Übungen, die oft auf dem Boden stattfinden, ist ein Helfer mitzunehmen, der das Pferd hält.

Beispiele von Problemen, die mit dem Bewegungstraining deutlich verbessert werden können:

- Das richtige Treiben lernen
- Angaloppieren auf einer Hand einfacher
- Galoppwechsel funktionieren auf einer Seite besser als auf der anderen
- Traversalen in eine Richtung einfacher
- Ausreiten auf schwungvollen Pferden problematisch
- Hand wird von der Körperbewegung beeinflusst, unabhängiger Sitz
- "Faule Pferde": Schenkelhilfe kommt nicht durch, Schenkellage

Ziel der Übungen:

- Unabhängiger und losgelassener Sitz als Grundlage für korrektes Reiten von Lektionen
- Korrekte Hilfengebung
- Neues Bewegungsgefühl und verbesserte Beweglichkeit
- Verbesserung der Koordination
- Verbesserung des Gleichgewichts
- Steigerung der Konzentrationsfähigkeit
- Aktivierung gestörter Nerv- Muskelverbindungen

Bedingungen

- Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Der Veranstalter und der Kursleiter lehnen jede Haftung ab. Die teilnehmenden Pferde müssen frei von ansteckenden Krankheiten sein.
- Reithelm ist obligatorisch.
- **Die Kursanmeldung ist verbindlich und der Kurs muss bezahlt werden. Dies gilt auch bei Unfall / Verletzung von Pferd oder Reiter. Es kann ein Ersatzreiter gesucht werden.**
- Mitglieder des KRV Brugg haben Vorrang. Die Einteilung der Gruppen erfolgt durch den Kursorganisator. Wünsche können angebracht werden, jedoch wird nicht garantiert, dass sie erfüllt werden können.
- Im Weiteren verweisen wir auf die Regeln für Hallenbenützer und Kursteilnehmer:
http://www.krvbrugg.ch/uploads/7/3/8/7/7387458/hallenregeln_krvb.pdf