



Intensivkurs "Erlebte Anatomie & Biomechanik von Pferd UND Mensch"

Biomechanisches Verständnis und anatomisch korrektes Pferdetraining sind aktueller denn je – zu Recht, weil sie unerlässlich sind für die Gesunderhaltung unserer Pferde. Trotzdem fehlt es vielen Reitern an einem soliden Basiswissen rund um die funktionelle Anatomie ihres geliebten Vierbeiners.

Mit diesem Lehrgang möchten wir diese Lücke schliessen und wichtiges theoretisches Wissen über Anatomie und Biomechanik des Pferdes praxisnah und spannend vermitteln. Mit dem Verständnis wie Muskeln, Gelenke und Faszien des Pferdes funktionieren, können eigene und fremde Trainingsmethoden reflektiert und verbessert werden. Wir schulen den Blick für Haltung und Bewegung ebenso wie unsere Hände, die ein Gefühl für wichtige Schlüsselstellen bekommen – allesamt Grundlagen für kompetentes, verantwortungsvolles und selbstständiges Pferdetraining. Dabei lassen wir auch den wichtigen Aspekt des Interieurs des Pferdes nicht ausser Acht.

Einzigartig: Wir machen nicht beim Pferd Halt! Wir befassen uns mit denselben anatomischen und biomechanischen Themen auch beim Menschen, aus folgenden Gründen:

- Funktionell korrekte Bewegung und Haltung ist auch für uns gesundheitlich relevant!
- Pferde reagieren hochsensibel auf unsere Körpersprache und unser Innenleben. Je differenzierter wir unseren Körper wahrnehmen und einsetzen können, umso feiner wird unsere Kommunikation – sowohl vom Boden wie im Sattel.
- Die Erfahrungen mit eigenen Lern- wie Trainingsprozessen erhöhen nicht nur die Selbstkompetenz, sondern auch das Verständnis und Einfühlungsvermögen für zwei- und vierbeinige Schüler.

Die funktionelle Anatomie des Menschen wird mithilfe der Franklin-Methode® unterrichtet, umfasst viel (Bewegungs-)Praxis und garantiert Aha-Momente im eigenen Körper.

Umfang: 5 Unterrichtstage à 6 Stunden (9:30-17:00 inkl. Pausen)

1. Tag: Basiswissen Strukturen (Muskeln, Faszien, Gelenke, Nervensystem)
- 2.-4. Tag: Die verschiedenen Körperregionen im Detail
5. Tag: Organe & Repetition

Methodik Pferd: Theorie mittels Vortrag, Knochenpräparaten, Arbeitsblättern, Videoanalysen. Praxis mit Demopferden zum Ertasten der Strukturen und Beobachtung in Bewegung (ungeritten)

Methodik Mensch: Erlebte Anatomie nach der Franklin-Methode®, kognitives Verständnis und Verkörpern der Funktionen, Modelle & mentale Bilder als Hilfsmittel, Übungen zur Mobilisation und sanften Kräftigung

Kursunterlagen (Handout und Online) inkl. Unterrichtsmaterial zur selbstständigen Vertiefung zwischen den Kurstagen.

Zusatzoptionen (exklusive, Anmeldung während des Kurses):

- Vertiefung Anatomie (1 Tag)
- Praxis mit eigenen Pferden inkl. Privatunterricht (1-2 Tage)

Daten: Standort **Safnern BE:** 30.08. / 19.09. / 18.10. / 14.11. / 06.12.2020
Standort **Niederrohrdorf AG:** 01.11. / 05.12.2020 / 10.01. / 13.02. / 14.03.2021
Die Kurse finden in deutscher Sprache statt.

Kosten: **1200 CHF**
Am Standort Niederrohrdorf erhalten Mitglieder des Reitvereins Reusstal 100.- Rabatt.

Anmeldung: Online unter www.losgelassenheit.ch/intensivkurs und www.bonavaletudine.ch
Die Anmeldung ist erst nach Zahlungseingang definitiv. Ratenzahlung auf Anfrage.
Für Auskünfte stehen die Kursleiterinnen jederzeit gerne zur Verfügung!

Kursleitung:

Sonja Bucher (Kursleiterin Teil Pferd)

Dozentin, selbstständige Reitlehrerin (u.a. nach Mark Rashid),
Diplomierte Pferde-Physiotherapeutin und –Osteopathin (ATM) mit
Schwerpunkt Biomechanik und Stoffwechsel.

*"Das Gefühl für das eigene Interieur und die eigene Harmonie
weiterzuentwickeln zum Wohle des Pferdes ist eine Lebensaufgabe"*

bonavaletudine.ch +41 (0)78 626 2146



Eliane Schütz (Kursleiterin Teil Mensch)

Selbstständige Reitlehrerin (u.a. Centered Riding®) und
Bewegungspädagogin (u.a. Franklin-Methode®), Kursleiterin

*"Losgelassenheit, Balance, mühelose Kraft – lernen wir erst, diese
Wünsche ans Pferd auch selbst zu verkörpern!"*

losgelassenheit.ch / bewegungsimpulse.ch +41 (0)79 722 82 22

