

## 30. und 31. Juli Wochenendkurs Equikinetic und Dualaktivierung Hof Wilke-Mühle in Usseln

Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger und Fortgeschrittene. Alle Reitweisen und Ausbildungsstände sind willkommen. Der Kurs ist für Jungpferde, Rehapferde, Freizeitpferde und Sportpferde gleichermaßen geeignet und effektiv.

Der Wochenendkurs besteht aus insgesamt zwei Trainingseinheiten (Einzelunterricht).

Eine Trainingseinheit dauert ca. 60 Minuten und besteht aus einer theoretischen Einführung und einer Praxiseinheit. Eine Vorbildung ist nicht nötig.

Für aktive Teilnehmer mit eigenem Pferd betragen die Kosten 100,00 €. Die eigenen Pferde müssen über Influenza-Impfschutz und eine gültige Haftpflicht-Versicherung verfügen, sowie frei von ansteckenden Krankheiten sein!!!

Es steht eine begrenzte Anzahl an Schulpferden für aktive Teilnehmer ohne eigenem Pferd zur Verfügung. Die Kosten hierfür (inkl. dem Wochenendkurs) betragen 120,00 €.

Übernachtungsmöglichkeiten sind auf dem Hof vorhanden.

Es ist auch möglich an nur einer Trainingseinheit teilzunehmen.

Lehrgangsleitung: **Ann-Katrin Göbel**

**Trainerin für Equikinetic® und Dualaktivierung® nach Michael Geitner,**

Veranstaltungsort: 34508 Willingen-Usseln, Mühlenweg 9

Bei Fragen und Anmeldung: [ann-katrin.goebel@gmx.net](mailto:ann-katrin.goebel@gmx.net) oder Tel. 0151-19022030

### Equikinetic

Das Longierprogramm Equikinetic® ist von jedem leicht umzusetzen und unglaublich effektiv. Der Longenführer longiert sein Pferd in Stellung nach einem festen Zeitintervall. Der Mix aus Intervalltraining und Longieren ist für Jungpferde, Rehapferde, Freizeitpferde und Sportpferde gleichermaßen geeignet und effektiv.

Ein Pferd braucht Kraft und Muskeln, um den Menschen zu tragen. Das Programm ermöglicht Ihnen, Ihr Pferd gesund zu erhalten, die Rittigkeit zu verbessern und die volle Aufmerksamkeit ihres Pferdes bei der Arbeit zu erreichen.

### Dualaktivierung

Mithilfe der blauen und gelben Trainingshilfen werden durch durchdachte Parcours bewährte Übungen der klassischen Dressur sichtbar gemacht und erleichtern so das Reiten und longieren.

Durch ständige Rechts-Links-Wechsel, Biegen, Geraderichten und volle Konzentration ermöglicht die Dual-Aktivierung den Pferden ein schnelleres Hin- und Herschalten der beiden Gehirnhälften. Das Pferd lernt selbstständig mitzuarbeiten. Die Ausgeglichenheit der beiden Hirnhemisphären ist die Voraussetzung für ein optimales Lernen und somit für ein optimal trainiertes Pferd.

Auch lernt das Pferd durch die ständigen Rechts-Links-Wechsel besser umzulasten, gewinnt so an Balance und bessere Koordination. Es nimmt mehr Last auf dem inneren Hinterbein auf. Das innere Hinterbein wird zum Lastbein und das äußere Hinterbein wird zum Schubbein. Die Hinterhand wird aktiviert. Dadurch richtet sich das Pferd auf gebogener Linie „in sich gerade“. Die natürlichen Bewegungsabläufe des Pferdes werden gefördert. Durch das gesteigerte Körperbewusstsein reagieren viele Pferde in Stresssituationen gelassener.