



### Mobiler Reitunterricht, Kurse und Workshops

#### Sitzschulung - Anatomie - Körperbewusstsein - Mentales Training

Hast du schonmal Knieschmerzen nach dem Reiten gehabt? Oder merkst du wie du schief im Sattel hängst oder immer wieder aus deiner Balance kommst?

Dein Pferd galoppiert nicht richtig an oder setzt seine Hinterhand nicht richtig ein?

Kannst du beim Reiten abschalten oder bist du in Gedanken noch bei deiner To Do Liste im Büro?

Dann helfen dir sicher die Elemente des **Centered Riding – Reiten aus der Körpermitte**.

Ich helfe dir mit praktischen Übungen, aus dem Centered Riding, der Franklin Methode und Atemtechniken, einen besseren **Sitz im Sattel** zu bekommen und eine harmonische Einheit mit deinem Pferd zu bilden. Außerdem bekommst du noch jede Menge hilfreiches theoretisches Wissen u.a. über Anatomie, unsere Wahrnehmung und Gehirnfunktionen.

Wir erarbeiten gemeinsam einen **Trainingsplan** mit dem DU mit DEINEM Pferd EURE Ziele erreichen kannst.

Hast du Lust? Mach doch gleich einen Termin zu einer ersten **Intensiv-Stunde** aus.

Kosten: Einstiegs-Intensivstunde (60 min) 52€ , danach Einzelstunde (45min) 40€, 2er Gruppe (60min)

je 26€, 3er Gruppe (60min) 22€,....

Fahrtkosten ab 91349 Egloffstein: bis 15km 5€, bis 25km 10€, bis 50km 25€

Julia Kellner - 0151-11116380 –

[info@juliasponyranch.de](mailto:info@juliasponyranch.de)

[www.juliasponyranch.de](http://www.juliasponyranch.de)

Centered Riding Instruktor Level I

