



**CARLITA PICARD**  
Trainerin für Mensch & Pferd

[www.Picard-Pferdetraining.de](http://www.Picard-Pferdetraining.de)

## **Wochenendkurs Connected Riding:**

### **Bodenarbeit und Reiten**

Dieser Kurs dreht sich um die Biomechanik von Pferd und Reiter. Im „Trockenen“ und in der Praxis werden wir unseren Reitsitz näher untersuchen. Was heißt es in die neutrale Beckenposition zu kommen und wie viel kraftvoller kann man in dieser Position sitzen und sich mit Leichtigkeit bewegen? Es wird eine selbsttragende Haltung bei Mensch und Pferd angestrebt.

Aufbauend auf die neutrale Beckenposition wird tiefer in die Materie eingestiegen. Was machen wir nun mit der gefundenen Freiheit in allen Gelenken? Acht Punkte die beim Reiten mit dem Pferd im Kontakt sind werden näher untersucht. Intensive Körperübungen bringen uns zu neuen Techniken und zu einem neuen Körpergefühl für die Hilfengebung.

Wir bieten dem Körper die Möglichkeit die Bewegungen die beim Reiten gefordert werden in Ruhe nachzuspüren, um zu einem effektiveren Reiten mit Leichtigkeit zu finden.

Das Sitzen in Balance bietet Sicherheit, das Pferd kann Sie leichter tragen und Ihr Rücken wird entlastet und das nicht nur beim Reiten.

In der Bodenarbeit werden die Pferde auf das Reiten so vorbereitet dass sie sich im Genick lösen, aktiv in der Hinterhand werden und ihre Oberlinie aufwölben. So vorbereitet lässt sich vieles leichter beim Reiten erarbeiten und die Pferde können uns besser tragen.

Der Lehrgang spannt seinen Bogen von der Theorie über die Bodenarbeit hin zum Reiten.

---

Bitte Isomatte oder Yogamatte mitbringen!

Das Tragen eines Reithelmes ist Pflicht bei dieser Veranstaltung.

---

Der Kurs wird von Carlita Picard geleitet. Sie lebte mehrere Monate in Amerika, um sich bei Peggy Cummings persönlich in der Connected Riding Methode wie auch bei Linda Tellington Jones in der Tellington Methode ausbilden zu lassen. Sie arbeitet nun als mobile Trainerin für Mensch und Pferd.



**CARLITA PICARD**  
Trainerin für Mensch & Pferd

[www.Picard-Pferdetraining.de](http://www.Picard-Pferdetraining.de)



**Wann :** 18.08. bis 20.08.2017

18.08.2017 von 18.00 bis 20.00 Uhr: Vortrag Theorie-Grundlagen und Biomechanik

19. 08.2017 von 09.00 Uhr bis 17.00 Uhr: Praxis: Übungen, Bodenarbeit und Reiten

20.08.2017 von 09.00 Uhr bis 16.00 Uhr : Praxis: Übungen, Bodenarbeit und Reiten

**Kosten:** 234 € für Reiter inkl. Unterbringung des Pferdes. Leihpferd auf Anfrage.

Aktive Zuschauer: 72 € inkl. Skript für den gesamten Kurs. Einzeltag 36 €, Vortrag Theorie-Grundlagen am Freitag Abend 25€.

Es sind 6 Teilnehmerplätze für Reiter verfügbar und 12 für aktive Zuschauer, beim Vortrag können 20 Personen teilnehmen.

**Wo:** Freude am Reiten, Freundorferstr.28, 84381 Johanniskirchen/Ndb.

**Die Anmeldung erfolgt schriftlich an :** Freude am Reiten, Beate Meyer

Freundorferstr. 28, D - 84381 Johanniskirchen

Tel: +49(0)8564 963447

Mail: [info@freude-am-reiten.de](mailto:info@freude-am-reiten.de)

Die Anmeldung ist gültig mit Eingang der schriftlichen Anmeldung - siehe Anmeldeformular - und Bezahlung der Kursgebühr.