



KRV Lyssbachtal

Sitzkurs KRV Lyssbachtal mit Gaby Lütolf

Datum: Samstag, 15. April 2023

Ort: Reitbetrieb Rossihof, Christine Kiener, Rossiweg 28, 3250 Lyss

Kursleitung: **Gaby Lütolf:** lizenzierte **Bewegungspädagogin** der Franklin Methode® und **Sitztrainerin** der Sibylle Wiemer Akademie. **Yogalehrerin** 200h. In Ausbildung zur **Anatomy Trains in Motion Trainerin** (Thomas Myers Faszien Züge)

Ablauf: 8:00 – 17:00 Uhr (Die Kurszeiten können noch etwas verändert werden, je nach Teilnehmerzahl)

Am Morgen 1h Theorie, anschliessend Materialien kennenlernen und ausprobieren in Zweiergruppen auf dem Pferd, Mittagspause (1 Stunde), 30min Fragerunde/kurzer Theorieteil, anschliessend Einzelunterricht auf dem Pferd

Der Kurs ist auf max. 6 Teilnehmer mit Pferd beschränkt.

Kleine Festwirtschaft für Mittagessen, Kaffee und Kuchen vor Ort.

Kosten: Vereinsmitglieder des KRV Lyssbachtal: 140.- CHF
Nicht Vereinsmitglieder: 160.- CHF
Zuschauer/Theorie: 20.- CHF

Infos: **Reiten mit Franklin Materialien und Ideen aus der Sibylle Wiemer Akademie**
Diese kleinen Hilfsmittel haben einen tiefen und weitreichenden Einfluss auf den Körper, besonders in den Muskeln und Faszien des menschlichen Körpers. Sie verbessern den Sitz und das Mitgehen mit den Bewegungen des Pferdes. Der Gründer Eric Franklin verbindet seine Methode mit Imagination, geliebter Anatomie und neue Bewegungserfahrungen mit der Hilfe von Bällen, Bändern und Rollen. Eigenwahrnehmung in Ruhe aber auch in der Bewegung verspricht lebendiges Lernen. Beim Reiten ist diese Lernmethode noch weitreichender, da das Pferd sich und den Reiter bewegt. Der Reiter profitiert von dem passiven Bewegt werden. Es entsteht ein neues Körpergefühl und die Körperwahrnehmung wird geschult.

Ausrüstung: Normale Ausrüstung zum Reiten. Helm obligatorisch

Anmeldung: **bis Montag 3.April 2023**
An Fabienne Stebler, fabiennestebler@hotmail.com oder 0788245575

Einzahlen mit Vermerk `Sitzkurs und Name` auf: KRV-Lyssbachtal, 3250 Lyss, BEKB
CH10 0079 0042 9264 6377 0 (Kavallerie- Reitverein Lyssbachtal)



Bewegungstraining für Mensch & Pferd

