

Wil je ook zo graag bewust worden van je eigen houding en zit op je paard? Sta je er voor open om deze te verbeteren? Dan hebben wij de juiste workshop voor je georganiseerd!

Workshop Flexchair-Ruitertraining

Naast het inzichtelijk maken van beperkingen, balans of coördinatieproblemen van de ruiter werken we heel veel met het ontwikkelen van het juiste zit- en bewegingsgevoel. Hoe meer je je bewust bent van de oorzaak van je zit- of rijprobleem, hoe doelgerichter je aan een oplossing kunt werken.

Vaak hebben ruiters nog steeds een compleet verkeerd beeld van zichzelf wb. hun balans en de inwerking hiervan die ze op hun paard hebben, dit geldt niet alleen voor de B-ruiters en recreitieruiters maar ook voor de ruiters op landelijk niveau.

De Workshop Flexchair is geen wondermiddel, maar wel een eye-opener voor jezelf en als je hier voor open staat dan is er nog een weg te gaan om met de juiste balans op je paard te gaan zitten en jezelf te verbeteren, dus ook je paard! Paardrijden blijft moeilijk, maar iedereen kan door een bewuste training zichzelf verbeteren!

We beginnen met een algemene inleiding voor de hele groep van een half uur, gevolgd door een individuele sessie van een half uur. Elke ruiter krijgt dan de gelegenheid om op de stoel te zitten en door een flexchair-ruitertrainer beoordeeld te worden. Let op, dit is geen meet- en trainingstest waarbij de resultaten opgeslagen worden. Wel krijg je een eerste indruk en advies mee.

De clinic wordt gegeven door Ada Wouters-Brongers en Saskia Heijkants, zij zijn fysiotherapeuten en manueeltherapeuten met een grote affiniteit met paarden buiten hun werk om. Ze komt ook regelmatig op stal Bartels en helpen daar ook de ruiters en amazones om bewust te worden van hun eigen balans en inwerking die ze hebben met hun houding en zit op het paard.

Graag horen we van je of je mee wil doen met deze clinic, hij zal plaats vinden op een zaterdagavond 19 november vanaf 18.00 uur. De kosten komen op €55,00 voor leden en voor niet leden op € 60,00.



