

**Reitkurs auf dem Reiterhof SPREEIDYLL,  
15528 Spreenhagen, Hauptstr.26  
Reiten aus der Körpermitte® und Tellington-TTouch®  
mit Centered Riding® Instructoren  
Stephanie Hornung und Ingvil-Ann Schirling  
am 12./13.05.2012**

---

Hallo Ihr,

wir haben für das Wochenende 12./13. Mai 2012 wieder einen Reitkurs mit Stephanie Hornung ([www.stephanie-hornung.de](http://www.stephanie-hornung.de) [www.centeredriding.org](http://www.centeredriding.org)) organisiert.

Geplant ist:

**Samstag:**

Thema für Fortgeschrittene: Flüssiges Reiten von Übergängen

Thema Einsteiger: Basisübungen für das Gleichgewicht von Reiter und Pferd

**Sonntag:**

Thema für die Fortgeschrittenen: Seitengänge - Travers und Renvers

Thema Einsteiger: Basisübungen für das Gleichgewicht von Reiter und Pferd

Beide Tage TTOUCH® als Ergänzung zum Reiten

**Termin:** Samstag/Sonntag, 12./13. Mai 2012, 9 bis 18 Uhr

**Teilnehmeranzahl:** 12 - 16

**Kosten:** 180 Euro ( ein Tag 95 €)

Nichtreitende Teilnehmer (Zuschauer) 40 Euro pro Tag.

Grundverpflegung für die Teilnehmer, Kosten für das Reitpferd bzw. Einstellung des eigenen Pferdes sind im Preis enthalten

**Anmeldungen per Mail:** [PfeifferVS@t-online.de](mailto:PfeifferVS@t-online.de) oder [friesen@spreeidyll.de](mailto:friesen@spreeidyll.de) oder

**Fax:** 033633/65017

**Der Teilnehmerbeitrag zwecks verbindlicher Anmeldung ist bis zum 20.04.2012 in bar bzw per Überweisung zu leisten an:**

**Spreeidyll - Andrea Pfeiffer**

**Kto:** 945335439

**BLZ:** 36010043

**Postbank Essen.**

Bei Abmeldung innerhalb von zwei Wochen vor Kursbeginn verfällt die Kursgebühr, falls kein Ersatzteilnehmer genannt wird.

**Viel Spaß wünscht Andrea Pfeiffer, 0173/6619899**

(Zitat aus Stephanies Kursankündigung :)

Reiten zu unterrichten, bedeutet für mich Gleichgewicht, Koordination und freie Beweglichkeit zu unterrichten. Im Vordergrund steht die Unterstützung des individuellen Lernprozesses von Mensch und Tier.

Im Reitunterricht verwende ich hauptsächlich Techniken aus dem Centered Riding und ergänze sie mit Elementen aus der TTEAM-Methode von Linda Tellington-Jones.

### **Reiten aus der Körpermitte / Centered Riding®:**

Centered Riding ist für mich die ideale Art, Reiten zu lehren, denn sie respektiert das Pferd als lebendiges und fühlendes Wesen und hilft sowohl dem Pferd als auch dem Menschen, sein vollständiges Potenzial zu entfalten.

Es unterstützt das gymnastizierende Reiten in allen Reitstilen auf allen Niveaus, denn das Erlernen des Bewegungsgefühls und der Bewegungsqualität stehen dabei im Vordergrund.

Mit Hilfe von inneren Bildern lernt der Mensch, sein eigenes Gleichgewicht sowie das Gleichgewicht des Pferdes und seine Bewegungsabläufe zu erspüren und zu verbessern.

Mit inneren Bildern findet auch die Kommunikation mit dem Pferd statt, denn die Vorstellung von Bewegungsabläufen bewirkt kleine Bewegungen im Körper, die von außen unsichtbar, vom Pferd jedoch gut zu spüren sind.

Während des Kurses kann auch auf Wunsch an individuellen Problemen gearbeitet werden: Flüssiges Angaloppieren, Aussitzen im Trab, Seitengänge, korrektes Biegen und Geraderichten, Übergänge richtig reiten, halbe Paraden

**Auf Wunsch unterrichte ich auch gerne gymnastizierendes Longieren ohne Hilfszügel, klassische Arbeit an der Hand, Langzügelarbeit, Clickertraining, Halsring-Reiten und Tellington-Bodenarbeit.**

**Der Kurs ist sowohl für Centered Riding Einsteiger, als auch für Centered Riding Fortgeschrittene geeignet.**

### **Tellington-TTouch® als Unterstützung der Gymnastizierung:**

Der TTouch besteht aus kreisenden, streichenden und hebenden Berührungen des Pferdekörpers.

Mit Hilfe der TTouches können der Muskeltonus ausgeglichen, Verspannungen gelöst und das Nervensystem beruhigt werden.

Das Pferd kann durch die TTouches Körperbewusstsein entwickeln für das Heben des Rückens, das Senken der Kruppe, das Weitwerden in den Schultern, das Anheben des Widerristes, die Beugung der Hanken und vieles mehr.

Wurden die TTouches in entspannten Situationen geübt, können sie auch zum Angst- und Stressabbau in schwierigen Situationen eingesetzt werden. Besonders hilfreich sind sie bei Tierarztbesuchen, in Verladesituationen und auf Turnieren.

### **Kursleitung:**

**Stephanie Hornung**, Tel.: 0170/2916191

TTEAM®-Practitioner 3

(v. Linda Tellington-Jones lizenzierte Lehrerin für die TTEAM®-Methode)

Centered Riding® Instructor Level 3

(Lehrerin für das Reiten aus der Körpermitte nach Sally Swift)

**Ingvil Ann Schirling**, Tel.: 0173/9887321

Systemischer Businesscoach (Freie Universität Berlin)

TTEAM®-Practitioner 1

(v. Linda Tellington-Jones lizenzierte Lehrerin für die TTEAM®-Methode)

Centered Riding® Instructor Level 1

(Lehrerin für das Reiten aus der Körpermitte nach Sally Swift)