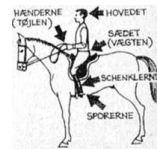




Personlig udvikling som Rytter



I foråret 2009 - efter 6 år med det succesfulde kursus: "Lær at Ride på en Weekend" tilbyder Anne Kühnell nu: "**Personlig udvikling som Rytter**" ude i rideklubberne for mænd og kvinder, der:

- "Har ramt muren" med hensyn til ridningen føler, de ikke kan komme videre – måske på grund af angst og følelsen af utilstrækkelighed!
- Har fået undervisning af flere forskellige beridere og ridelærere – men savner en forklaring på hvorfor de skal gøre, som de bliver bedt om!
- Har gået på rideskole i mange år, men har et ønske om at få en solid teoretisk og praktisk forståelse for ridningen!

Anne Kühnell siger: "Efterhånden som tiden går, bliver jeg mere og mere bevidst om hvor mange fejl jeg har begået i min ridetid, og også hvor svært det har været for mig at forstå, hvad ridelæreren ville have mig og min hest til at gøre. Jeg har også oplevet, at jeg brugte utrolig meget energi, kraft – og meget temperament – på at få hesten til at "makke ret"! – Nu er det rytteren, der "makker ret".

På dette kursus finder du svar og får nogle værktøjer, som kan gøre ridningen positivt spændende, afslappet, afbalanceret, smuk, meget givende og udviklende for både hest og rytter.

Kurset er delt op i 3 moduler:

- Kursus 1: 5 timer fra kl. 08.00 – 13.00. Inden kurset løses en hjemmeopgave på papir.
På kurset er der fokus på: Hvem er hesten mentalt og fysisk. Hvem er rytteren mentalt og fysisk? Masser af praktiske og lærerige øvelser – uden hest. Samarbejde og rollefordelingen mellem hest og rytter.
- Kursus 2: 5 timer fra kl. 08.00 – 13.00. Hvad er der sket siden sidst? Teorien i praksis sammen med hesten - fra mødet i boksen til samarbejde i ridehuset. Rytteren træder i karakter – hesten samarbejder. Der er 1 hest for hver 2 deltagere.
- Kursus 3: 5 timer fra kl. 08.00 – 13.00. Rideøvelser i skridt, trav og galop. Ridebanematematik og figurer. Rytme, samling og bæring. Det perfekte samarbejde.

Pris pr. kursus mellem kr. 500,- og kr. 600,- afhængig af pris for leje af faciliteter. Kurserne afholdes for 10 til 20 ryttere. Tal med din klub – og kontakt mig for en aftale.

Med venlig hilsen Anne Kühnell

