

# Sitzschulungskurs

## Bewusst sitzen - besser reiten !

Ziel dieses Kurses ist es, den eigenen Körper bewusster wahrzunehmen und so einen ausbalancierten, geschmeidigen Sitz zu entwickeln.  
Denn nur ein ausbalancierter Reiter kann sich mit seinem Pferd in Harmonie bewegen.

Wir werden in diesem Kurs den eigenen Sitz in Bodenarbeitsübungen und bei der praktischen Arbeit auf dem Pferd Stück für Stück auseinander nehmen, so dass Sie feinste Veränderungen spüren und wahrnehmen können. Jeder Teilnehmer wird dort abgeholt, wo er gerade steht.

Für die praktische Arbeit auf dem Pferd werden ich Ihnen zusätzlich die verschiedenen Hilfsmittel aus der Tellington® Methode (Reiten mit Bewusstheit) näher bringen.



**Unterrichtende: AnnA Sellmeier, Tellington® TTouch Practitioner P2 f. Pferde,  
zert.v.Linda Tellington-Jones, Centered Riding Lev. I Instruc.**

**Datum: 20.05.2017**

**Dauer:** 9.00 - ca. 17.00 Uhr, inkl. Mittagspause (ca. 30 Min.)

**Kosten:** 100 €/ aktive Teilnehmer, 35 €/Zuschauer, inkl. Getränke/Snacks, zzgl.  
36 € Fahrtkosten (diese werden auf alle Teilnehmer umgelegt)

**Max.aktive Teilnehmer:** 4

**Anmeldeschluss ist der 06.05.2017**

Bei diesem Kurs besteht für die Reiter Helmpflicht.

[www.vertrauen-nichtdominanz.de](http://www.vertrauen-nichtdominanz.de)