



# Aufbau der Rückenmuskulatur durch Reiten über den Rücken und Seitengänge

2 tägiges Seminar  
mit Unterrichtseinheiten von  
**Silvia Mueller Dipl.Ing. (FH)**

**EQUIVENDI –**  
**Reiten mit Leichtigkeit/  
Führen mit Vertrauen**  
Seminar nach biomechanischen  
Grundsätzen entsprechend den klassischen Reitlehren  
für Reiter und passive Teilnehmer

**Datum der Veranstaltung:**  
**15./16.11.2014**

**Ort der Veranstaltung:**  
**RV Neckartailfingen**  
Pfarrboschen 1  
72622 Neckartailfingen

## Veranstaltungsinhalte

### Unterrichtseinheiten nach biomechanischen Grundsätzen

Samstag, 15.11.2014 ab 11.30 und Sonntag 16.11.2014 ab 08..00 Uhr. Schüler von EQUIVENDI unterschiedlicher Ausbildungsklassen vom Einsteiger (erlernen der exakten Dehnungshaltung/Reiten über den Rücken) bis zum Fortgeschrittenen (Seitengänge/Galopparbeit/Versammlung) oder neue, interessierte Kursteilnehmer. Vorstellung aller teilnehmenden Pferde und Reiter. Neue Kursteilnehmer stellen ihre bisherige Arbeitsweise vor und das Pferd wird analysiert (Vorhandene Rückenmuskulatur und Bewegungssystematik).



Reiter und Pferd erlernen eine korrekte Dehnungs- und Arbeitshaltung mit schwingendem Rücken und aktiver Hinterhand (Aufwölben nach oben). Zur Verbesserung der seitlichen Biegung Wirbelsäule und Aktivierung der

Bauchmuskulatur werden Grundsätze der Seitengänge erarbeitet. Zur weiteren Ausbildung von Pferd und Reiter wird ein gemeinsames Trainingskonzept mit entsprechenden Schwerpunkten erstellt.

Die entsprechenden Reitzeiten der einzelnen Teilnehmer werden nach Anmeldungen veröffentlicht.

### Vortrag: Biomechanik des Rückens/Reiten über den Rücken – warum und wie ?

Samstag 15.11.2014 von 09.00 – 10.45 Uhr mit gemeinsamen Brunch Erklärung biomechanischer Zusammenhänge der Hinterhand , des Pferderückens und der Bauchmuskulatur des Pferdes.

(nach Dres. med. Vet Gerd Heuschmann und Robert Stodulka). Korrekte und nicht korrekte Rückenmuskulatur anhand Von Beispielen und Bildern.

Maßnahmen zur Verbesserung der Rückenmuskulatur und deren gezielten Aufbau.



Am Abend gemeinsame Diskussion über Vortrag und Reiteinheiten

# Veranstaltungsdetails

## Anmeldung:

Anmeldungen für aktive Teilnehmer und Reiter bitte bis zum **01.11.2014**

Die Anmeldung ist verbindlich und somit kostenpflichtig sofern nicht bis zum **06.11.2014** eine Abmeldung erfolgt.

## **Achtung: Begrenzte Teilnehmerzahl!**

Sie erhalten bis zum **07.11.2014** eine Rückmeldung ob Sie einen aktiven Platz belegen können. Die Teilnahmegebühr für Reiter, die bereits Schüler sind, ist vor Beginn der Veranstaltung zu entrichten. Für neue Kursteilnehmer ist die Teilnahmegebühr vorab fällig. Infos erhalten Sie bei erfolgter Anmeldung per mail.

Bitte Formular auf der Rückseite ausfüllen, scannen und an [silvia.mueller@EQUIVENDI.com](mailto:silvia.mueller@EQUIVENDI.com) schicken oder mail mit den Teilnahmedetails. Das Formular ist auch auf [www.EQUIVENDI.com](http://www.EQUIVENDI.com) Rubrik Veranstaltungen/Events als PDF erhältlich.

## Kosten:

**Für aktive Teilnehmer/Reiter: Ganzer Kurs \* 145,- €**

Enthält: Unterrichtseinheiten (UE) Gesamtkurs 120 Minuten (2\*40,- €)

Theorie Vortrag mit Diskussion (25,- €)

Videoaufnahme der Unterrichtseinheiten als CD (20,- €)

Analyse der Videoaufnahmen und Erstellung Trainingskonzept (20,- €)

Zzgl. Anlagennutzungsgebühr für Fremdreiter 15,- €/Tag

Zzgl. Gastbox 20,- €/Tag

Zzgl. Verpflegungspauschale (Getränke/Kaffee/Kuchen/Mittagessen) 10,- €/Tag

## **Für passive Teilnehmer (Teilnehmer ohne Pferd)**

### **Unterrichtseinheiten/Vortrag**

Gebühr inkl. mit Fragen zur Methodik (je Tag): 15,- €

Vortrag (Ohne Brunch, Brunch 9,-€) 20,- €

Pauschale: Vortrag plus 2 Tage passive Teilnahme 40,- €

\*Es kann auch in Absprache mit dem Veranstalter ein ½ Kurs gebucht werden.

# Anmeldung:

## Aufbau der Rückenmuskulatur durch Reiten über den Rücken und Seitengänge

### Quartal III/2014

Name: .....

Vorname: .....

Wohnhaft in: .....

Straße/Hausnummer: .....

E-Mail: .....

### Teilnahme als:

**Aktiver Reiter voller Kurs**

**Aktiver Reiter ½ Kurs**      **Samstag**       **Sonntag**

**Gastbox**      **Samstag**       **Sonntag**

**Passiver Teilnehmer (ohne Pferd) UEs 1 Tag:**

**Passiver Teilnehmer (ohne Pferd) UEs 2 Tage:**

**Passiver Teilnehmer (ohne Pferd) nur Theorie**

**Passiver Teilnehmer (ohne Pferd) 2 Tage UEs + Theorie**

Teilnehmer als externe Reiter: Pferd muss gültigen und aktuellen  
Impfpass haben. Impfpass ist bei Veranstaltungsbeginn vorzulegen.

### **Nur als Reiter auszufüllen:**

Name des Pferdes: .....

Alter: .....

Rasse/Farbe: .....

Geschlecht: .....