

Falltraining Sturzprävention

mit **Manuka Schneider**
bekannt aus „Cavallo“



und **Dorothee Franke**
bekannt aus „Mein Pferd“



Samstag, 09.09.2017
12.30 h – 18.00 h
in 91484 Ullstadt bei Neustadt/Aisch

12.30 – 13.30 h



Warm-Up mit Dorothee Franke:

Locker, gelassen und beschwingt mit dem speziellen Warm-Up mit smovey-Vibrations-Schwingringen. Damit erhöht Ihr ganz einfach Euer Körperbewusstsein und regt die Koordinationsfähigkeit an. So wird Fallen lernen ganz einfach.

14.00 - 18.00 h



Sicherheit durch Fallübungen mit Manuka Schneider

Spielerisches Training am Boden, mit Airbag-Trainingsball, dicken Weichbodenmatten, wenn gewünscht auch am Pferd. Das liebevolle, in Teilschritten konsequente Heranführen bringt Euch so richtig wieder in Schwung und ist auch für Teilnehmer geeignet, die sich körperlich nicht fit genug fühlen.

Auch Nichtreiter sind herzlich willkommen!

Dieses Training ist auch eine Sturzprävention für den Alltag und für andere Sportarten geeignet

Kosten: 115,- Euro pro Person

Anmeldung: Dorothee Franke
Telefon: 0151 1243 8584
dorothee@spielenunderleben.de
www.wegbeReiten.jimdo.com

Infos Manuka: www.falltraining.org



FS Reit-Zentrum REKEN 2013