



Sitzschulung PLUS **Körpertraining für Reiter und Pferd**



Aus meiner ganzheitlichen Sicht als Körpertrainerin für bewusstes Reiten ist es sehr sinnvoll, den Blick in einer Sitzschulung nicht nur auf den Reiter, sondern auch auf das Pferd zu richten. Schließlich beeinflussen sich Pferd und Reiter gegenseitig. Im Vordergrund dieses Seminars stehen für Reiter und Pferd, daher eine Verbesserung der Körperwahrnehmung und der Bewegungsabläufe.

Ziel ist es, zu mehr innerer Balance und Körperkontrolle zu finden, um mit mehr Freiheit, Sicherheit und Koordination zu reiten.

Seminarinhalte bilden verständliche und erfühlbare Theorie, Körperübungen am Boden und auf dem geführten Pferd. Voraussetzung für die Teilnahme an Übungen auf dem Pferd ist das Tragen eines Reithelms.

Ich freue mich auf Sie!
Ihre Manuka Schneider

Kurz-Vita Ihrer Trainerin Manuka Schneider: langjährige Weiterbildungen in Feldenkrais, Tai Chi, Qi-Gong, Tanz, Yoga und Meditation, unterstützt Reiter, Sitz und Fitness zu verbessern, gibt seit 15 Jahren Seminare und Unterricht für alle Reitweisen. Für eine gesunde und erfolgreiche Beziehung zwischen Reiter und Pferd entwickelte Sie die neue Coaching Methode MANUKA CLEAR-UP®. Sie bietet energetische Behandlungen mit R.E.S.E.T. balancierter Kiefer - balancierter Körper und als Tellington- und Centered Riding Trainerin lehrt Sie einen respekt- und liebevollen Umgang zwischen Mensch und Pferd.

