



## Seminar 06.05.2023

Daniela Frühauf (Trainer A- Reiten / Leistungssport FN, Leiterin  
Rehazentrum Bertleinsbrücke) und Friedemann Burkhardt  
(Trainer Westernreitersport/ Schwerpunkt Reining)

Daniela Frühauf  
Bertleinsbrücke 6  
69469 Weinheim

Tel.: +49 (0)6201 494537  
Fax.: +49 (0)6201 494542  
Mobil: +49 (0)173 3037646

Mail: [info@reha-bertleinsbruecke.de](mailto:info@reha-bertleinsbruecke.de)

### „Das richtige Verhältnis von Stabilität und Dynamik“ Voneinander lernen: Reitweisenübergreifende Wege zu einem ausbalancierteren Sitz und verbesserter Hilfengebung

Diesmal steht der Reiter im Fokus unserer Veranstaltung, wobei wir natürlich immer wieder die Brücke zu den Bewegungsabläufen und der Ausbildungsskala des Pferdes schlagen werden.

Eingefahrene Bewegungsmuster/ Bewegungsreaktionen können einerseits helfen, da sie Stabilität und Sicherheit vermitteln, andererseits lassen sie bei eventuell fehlkoordinierten Zusammenhängen keine Weiterentwicklung zu einer feineren Einwirkung zu. Vor allem wenn die vermeintliche Stabilität die notwendige Dynamik für ein geschmeidiges Zulassen der Bewegung verhindert. Dem Begriff der Losgelassenheit in allen Bewegungsabläufen kommt hierbei eben auch für den Reiter eine wesentliche Bedeutung zu.

Doch wie findet man wieder zu „echter“ Stabilität ohne Kompensation und Verkrampfung? Bzw. wann muss man die Stabilität, wann die Dynamik/ Beweglichkeit schulen? Und vor allem: wie? Eine Vielzahl von Bewegungserfahrungen und unterschiedlichen koordinativen Zusammenhängen - eben auch über den Tellerrand hinaus - können hier ein Lösungsansatz sein, um das Gleichgewicht, die Balance und nicht zuletzt die Bewegungswahrnehmung zu schulen, woraus sich immer mehr ein bewusstere, kontrolliertere und feinere Hilfengebung und somit feinere Kommunikation mit dem Pferd entwickeln kann.

Das Seminar richtet sich an alle Reiter, Trainer, sowie alle Interessierten. Eigene Pferde können für eine Trainingseinheit mitgebracht werden.

- |        |   |
|--------|---|
| 45 min | <b>Die Ausbildungsskala des Reiters: Sitz und Hilfengebung in der Theorie</b><br>Wann ist eine Hilfe eine Hilfe? Was bedeutet überhaupt Einwirkung und wieviel ist davon nötig?<br><i>Daniela Frühauf</i> |
| 45 min | <b>„Reiter-Ralley“ für alle: Bewegungserfahrungen ohne Pferd</b><br><i>Friedemann Burkhardt und Daniela Frühauf</i>   |
| 45 min | <b>Lernen durch sehen: Übertragung auf die Bewegung auf dem Pferd anhand von 2 Pferd- Reiter Paaren aus unterschiedlichen Disziplinen</b><br><i>Friedemann Burkhardt und Daniela Frühauf</i>              |

Im Anschluss individueller Unterricht

**Die genaue Startzeit (ca. 12 bis 14 Uhr) richtet sich nach der Anzahl der Anmeldungen mit Pferd.**

**Veranstaltungsort:** RehaZentrum Bertleinsbrücke, Bertleinsbrücke 6, 69469 Weinheim

**Anmeldungen unter:** [info@reha-bertleinsbruecke.de](mailto:info@reha-bertleinsbruecke.de)

**Nähere Infos unter:** [www.reha-bertleinsbruecke.de](http://www.reha-bertleinsbruecke.de)

**Kosten:** 55 € ohne Pferd, 95 € mit Pferd