

## 2-TAGES SEMINAR

# DAS GESUNDE (REIT-)PFERD

Das Seminar zum Wohle Deines Pferdes!

## INTENTION

In meiner täglichen Arbeit erlebe ich immer wieder bemühte Pferdebesitzer, deren Pferde körperlich dennoch aus der Balance geraten. Oftmals reicht es einfach nicht aus, sich blind auf Fachpersonen zu verlassen - auch der Pferdebesitzer selbst braucht ein fundiertes Fachwissen, um Dinge bewerten und richtig einordnen zu können.

Hier möchte ich ansetzen und an diesem Seminartag die wichtigsten Themen in den Fokus rücken, die Dir dabei helfen, Dein Pferd langfristig gesund zu halten.

## VORAUSSETZUNGEN

Wenn du dich für **gesunderhaltendes Training** interessierst und selbst kompetenter werden möchtest, statt dich nur auf "Fachpersonen" zu verlassen, dann ist das genau der richtige Kurs für dich! Du benötigst kein anatomisches Vorwissen und wirst als **PferdebesitzerIn** oder engagierte **Reitbeteiligung** dort abgeholt, wo du stehst. Gleichzeitig besprechen wir viele spannende Zusammenhänge, von denen du auch als **TherapeutIn** mit Vorwissen absolut profitieren wirst.

Das Seminar ist komplett **reitweisenunabhängig** und für das Training vom Boden genau so relevant wie für das Training im Sattel.

## ORT & DATUM

**4. und 5. April 2024**

Zollhof  
Zollstrasse 18  
9464 Lienz

## ANMELDUNG

Sichere dir jetzt Deinen Platz im Kurs - Deinem Pferd zuliebe!  
Anmeldung ganz einfach per Mail oder WhatsApp an:

[fuerpferdegedacht@gmail.com](mailto:fuerpferdegedacht@gmail.com)  
+41 78 247 9848

Begrenzte Platzzahl - die Plätze werden fair gemäss dem Datum der Anmeldung vergeben.



## Alexa Widmer

Pferdetraining und -therapie  
Für Pferde gedacht GmbH

- Vollberufliche Pferdetrainerin mit Fokus auf gesundheitsförderndem Training
- Humanphysiotherapeutin BSc
- DIPO Pferdephysio- und -osteotherapeutin

# SAMSTAG

## Theorietag

Den Samstag verbringen wir *ohne Pferd* gemütlich im Theorieraum, wo wir uns die Zeit nehmen, uns richtig intensiv mit der Theorie auseinanderzusetzen.

Wie kann ein Pferd den Menschen gesund tragen - und wie kann ich erkennen, ob es das tut? Welche Strukturen sind hier relevant und wie hängen sie mit häufig auftretenden gesundheitlichen Problemen wie Magengeschwüren, Sehnenschäden, Husten und Trageerschöpfung zusammen? Konkret besprechen wir die Themen:

1. **Die Strukturen und ihre Eigenschaften:** Grundwissen der Physiologie
2. **Funktionale Bewegung:** Wie sieht sie für das (Reit-)Pferd aus?
3. **Myofasziale Funktionsketten:** Was das ist und weshalb diese so wichtig sind
4. **Blickschulung:** (Un-)Gesunde Bewegung erkennen können
5. **Der Rumpfrageapparat:** Anatomie und Biomechanik, sowie Trageerschöpfung
6. **CTÜ:** Der Übergang der Hals- in die Brustwirbelsäule: & wieso dieser so häufig Probleme bereitet
7. **Anlehnung:** Biomechanischer Hintergrund & korrekte Anlehnung erkennen
8. **Tensegrität:** Ein neuer Blickwinkel auf die Biomechanik
9. **Natürliche Schiefe:** Wie du sie erkennst und korrigierst
10. **Stress:** Seine Auswirkungen auf den Bewegungsapparat und wie du Stress & Schmerz erkennst
11. **Ausrüstungskunde:** Wie du erkennst, ob Sattel, Zaumzeug und Gebiss passen
12. **Hufkunde:** Welche Auswirkungen verschiedene Hufformen auf den Bewegungsapparat haben
13. **Osteopathische Zusammenhänge:** Wie diese verschiedenen Themen sich aufeinander auswirken

## AUF EINEN BLICK

### DAUER

Ca. 8.00 - 18.00 Uhr

### INHALTE

- Intensives Auseinandersetzen mit der Theorie
- Teilnahme ohne Pferd

## AUF EINEN BLICK

### DAUER

Ca. 8.00 - 18.00 Uhr

### JEDER PRAXISTEILNEHMER ERHÄLT

- 20min individuelle Analyse
- 2 Gruppenlektionen à 30min
- 20min Individualunterricht

Teilnahme auch als Zuschauer ohne Pferd möglich.

# SONNTAG

## Praxistag

Am Sonntag zeige ich Dir, wie Du das besprochene in die Praxis umsetzen kannst. Wir analysieren jedes Pferd zunächst individuell in seinem Körperbau, seiner Bewegung und Ausrüstung. In zwei Gruppenlektionen zeige ich Dir dann die wichtigsten Grundübungen vom Boden aus, die jedem Pferd helfen, sich gesünder zu bewegen. Zum Abschluss erhältst Du eine Einzellektion, in der wir nochmals individuell auf Dich & Dein Pferd, Deine Wünsche und Fragen eingehen können.

Hinweis: Der Kurs kann auch komplett vom Boden aus absolviert werden.

### Teilnahmemöglichkeiten & Preise

- Praxisteilnehmer (mit Pferd): 450 CHF
- Theorietag + Zuschauen am Praxistag: 350 CHF
- Nur Theorietag: 250 CHF

Inkl. Script, Mittagessen, Getränke und Zwischenverpflegung

Exkl. Tagesboxe für das Pferd am Sonntag (begrenzt verfügbar)