



Equi-Coaching

Samanta Schäfer
7165 Brigels
www.equi-coaching.ch
info@equi-coaching.ch
079 904 99 90

Kursausschreibung

Halb-Tageskurs CVALETTI-FITNESS

7165 Brigels

Teilnehmerzahl: max. 3 Teilnehmer

Kurszeiten: ca. 11.00 – 14.30 Uhr

Ablauf:

Start mit Theorie
Pferd aufwärmen & Taktübungen mit Bodenstangen
individuelle Einzeltrainings Cavaletti-Fitness

WICHTIG: Da wir keine Reithalle zur Verfügung haben, bitte dem Wetter entsprechende Kleidung mitbringen!

Info

KRAFT - AUSDAUER – BEWEGLICHKEIT

Mit dem Ziel vor Augen ein gesundes, fittes Pferd zu haben, setzt dieses Training an genau diesen drei Punkten an.

Vom Boden aus longieren wir unser Pferd effektiv im Intervall über Cavaletti um die Muskulatur im gesamten Pferd zu stärken, seine Ausdauer zu verbessern und die Beweglichkeit der Vor- und Hinterhand, des Rumpfrägers sowie des Rückens zu fördern.

Kursgebühr: CHF 90,- p.P