

Kompetente und individuelle Ausbildung von Pferd und Reiter



© Advinova GmbH

- **Pferde- und Reitausbildung für Turnierreiter und ambitionierte Freizeitreiter jeden Alters und Ausbildungsstands in allen Sparten der Reiterei**
- **Individuell abgestimmter Unterricht und Lehrgänge**
- **Autorisierte Lehrgänge nach Eckart Meyners**
- **Entspannungsgymnastik, Atemtechnik, Mobilisation und Kräftigung für Reiter und Nichtreiter - Musiker, Vielsitzer ...**

Silvia Rall Pferdewirtschaftsmeisterin FN Bewegungstrainerin EM

Telefon: (0 71 21) 8 21 68

Mobil: (01 71) 8 52 77 07

E-Mail: silvia.rall@t-online.de

www.silvia-rall.de

Silvia Rall Pferdewirtschaftsmeisterin FN Bewegungstrainerin EM



- **Unterricht und Lehrgänge für Turnierreiter und ambitionierte Freizeitreiter**
- **Sitzschulung und Bewegungstraining nach Eckart Meyners**
- **Dressurausbildung bis Klasse M**
- **Spring- und Vielseitigkeitsausbildung bis Klasse L**

Pferd und Reiter in Harmonie

Meine Einstellung

Gutes Reiten beginnt im Kopf

Die innere Einstellung eines jeden Pferdemenschen muss von Achtung und Geduld sich selbst und dem Pferd gegenüber geprägt sein. Dann ist die Beschäftigung mit Pferden und schließlich das Reiten selbst Anlass zu großer Freude.

Sitz und Einwirkung

Der Sitz und die effektive Einwirkung hängen ursächlich zusammen. Sie sind die Grundvoraussetzungen für ein harmonisches Reiten.

In meinen Unterricht nach den Richtlinien der FN fließen daher Kenntnisse aus der Bewegungslehre und der Alexander-Technik ein. Sie helfen, Körper und Geist auf die Anforderungen des Reitens einzustellen.

Entspannt, losgelassen und vertrauensvoll kommt der Reiter zum harmonischen Sitz und zur störungsfreien Einwirkung. Daraus resultierend gelangt das Pferd zur Losgelassenheit.

Fortbildung

Um mich weiterzubilden, besuche ich regelmäßig Lehrgänge bei Michael Putz, Martin Plewa, Eckart Meyners und Guido Ingendaay. Diese Ausbilder haben mich entscheidend geprägt.

Neue Wege gehen ...

Alexander-Technik in der Reitausbildung

Die Alexander-Technik ist ein ganzheitliches Verfahren, mit dem wir lernen können, durch konstruktiven Einsatz unserer körperlichen und geistigen Fähigkeiten unser Handeln effektiver, gesünder und zufriedener zu gestalten.

*Guido Ingendaay,
Lehrer für Alexander-Technik*

Bewegungslehre nach Eckart Meyners

Korrekte Hilfengebung kann nur durch einen unabhängigen Sitz erfolgen. Die Bewegungslehre nach Eckart Meyners will durch gezielte Übungen neue Bewegungsmuster etablieren, mehr Muskeln werden dadurch an der Bewegung beteiligt – die „Arbeit“ wird leichter.

Verspannungen und Blockaden werden durch Mobilisierungsübungen und Auslösen von Muskelreflexen gelöst.

Flexibles Eingehen auf die Bewegungsabläufe des Pferdes werden sofort und nachhaltig verbessert.

Wenn der Reiter seine eigenen Bewegungen und die des Pferdes als leicht empfindet, ist größte Harmonie erreicht.

... mit Verstand und Gefühl

Ausbildung des Reiters

Michael Putz schreibt in seinem Buch „Reiten mit Verstand und Gefühl“:

Wer unseren wunderbaren Sport mit Pferden betreiben möchte, egal ob als Freizeitreiter oder Leistungssportler, hat die moralische Verpflichtung, sich und sein Pferd mindestens soweit einer Ausbildung zu unterziehen, dass beide Beteiligte möglichst lange mit Freude diesem Sport nachgehen können, ohne dass er zu Lasten des Pferdes geht.

Sitzen, Fühlen, Einwirken

Pferdegerechtes Reiten kann man lernen, indem man sein Körpergefühl und das Gefühl für das Pferd schult.

Dafür erscheint mir die klassische Lehre gemäß der Richtlinien der FN, die Bewegungslehre nach Eckart Meyners und die Ansätze der Alexander-Technik ideal geeignet.