

"Sicherheit beim Fallen und Stürzen"

Samstag, 12. Januar 2019

Sporthalle Woldenhorn-Schule, Schulstraße 13, 22926 Ahrensburg

Heike Glogau (Ahrensburg) vereint fundiertes medizinisches und sportphysiologisches Wissen, eigene langjährige Erfahrungen als Reiterin und ein ganzheitlicher Blick auf die Individualität des Menschen und des Pferdes. Heike Glogau ist Heilpraktikerin und Bewegungstherapeutin seit 1998 sowie lizenzierte Trainerin C Reiten, Trainerin B Rückenschule und Trainerin B Cardiotraining.

- Ablauf:
- Die Veranstaltung dauert etwa 4 Stunden - ohne Pferd.
 - 1 h Theorie: sicherer Umgang mit dem Pferd, Sturzprophylaxe, Trainingslehre
 - 1,5 h Sportkurs: Gleichgewicht, Koordination, Kraft und Beweglichkeit
 - 1,5 h Falltraining

- Ausrüstung:
- bequeme Sportbekleidung
 - Hallenschuhe mit abriebfester heller Sohle (nicht außerhalb Halle getragen)

- Teilnehmer:
- Jugendliche des Perspektivkaders des KPSV Stormarn.
 - Jugendliche Mitglieder aus Reitvereinen des KPSV Stormarn
 - Erwachsene / Ausbilder aus Reitvereinen des KPSV Stormarn

Lizenzverlängerung: Teilnehmern können 4 Lerneinheiten (UE / LE) zur Verlängerung der DOSB-Ausbilderlizenz bescheinigt werden.

- Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Anmeldeschluss 04.01.2019.

- Kosten:
- | | |
|---|---------|
| • Lehrgangsgebühr Perspektivkader | 25,00 € |
| • Lehrgangsgebühr Reiterjugend | 30,00 € |
| • Lehrgangsgebühr Erwachsene/ Ausbilder | 35,00 € |

Die Anmeldung ist verbindlich und die Gebühren sind mit der Anmeldung zu zahlen. Bei Abmeldung bis 2 Wochen vor Veranstaltungsbeginn wird eine Pauschale von 15 € einbehalten. Bei späterer Abmeldung erfolgt keine Erstattung.

- Anmeldung: Online unter www.kpsv-stormarn.de und dann "Veranstaltungen / Lehrgänge".

