

Gesunde Wege für Pferd UND Mensch

Seminar-Termine 2023

in der Nordheide

Lernen von und mit Exmoor Pony-Wildpferden

immer mit dem Blick auf' s Ganze:

Fitness für Reiter „Fit für Ihr/Dein Pferd!“

...um es Pferden und Reitern leichter zu machen,
die Bewegungen aufeinander abzustimmen.

- Welche Gelenke und Muskelbereiche werden beim Reiten besonders gefordert?
 - Wie kann man sich sinnvoll darauf vorbereiten?
- > Instruktionen für Übungen.

Sa., 15. **April** 2023, 12 bis ca. 17 Uhr,

„Gesunde Hufe für fitte Pferde!“

HUFE lesen lernen. Hilfe zur Selbsthilfe.
Hufgesundheits - Einführung für Pferdefreunde

So., 19. **März** 2023. Sa., 24. **Juni**, je 12 bis ca. 17 Uhr

>> Infos siehe auch Seite 3 >>



Vertrauens-Sache und Körpersprache: „Wer, wie,...?“
Pferde **und** sich selbst - beobachten, erleben, erspüren und - besser verstehen!

Sa., 13. **Mai** 2023, 12 bis ca. 17 Uhr
Pferde kennen lernen und begreifen – AUCH
für Kinder, Reit-Anfänger und Wiedereinsteiger
- Anatomische und psychische Zusammenhänge zwischen Pferd und Mensch/Reiter

„Der Natur auf der Spur!“
Ein Weidespaziergang mit Biss

Sa., 10. **Juni** 2023, 12 bis ca. 17 Uhr
Hilfreiche Kräuter- und Pflanzenkunde für Pferde und Pferdefreunde
Wissenswertes über Gesundes und Ungesundes.
... und dann kreieren wir einen leckeren Wildkräuter-Salat.

„Für faire Reiter, fitte Pferde und mehr Verbindung!“
Anatomie für sich und sein Pferd verstehen

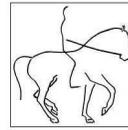
Sa., 08. **Juli** 2023, 12 bis ca. 17 Uhr
Es wird grundlegendes Wissen über Anatomie, Muskelfunktionen und reiterliche Einwirkung vermittelt,
welches für die Ausbildung von Reiter und Pferd wichtig ist.
Muskeln/Muskelbereiche, die jeder Reiter kennen sollte,
um mögliche Probleme frühzeitig zu erkennen und zu handeln.

> http://www.physio-riding-coach.de/Termine_2023_Gesunde_Wege_1_w.pdf >





CORNELIA HÖGER • Harmstorfer Strasse 4 • 21220 Seevetal /HH



Gesunde Wege: **Physio-Riding® Coach + Huforthopädie**



„Moment MAL!“
Pferde als Inspiration - malen und zeichnen!

- **Farbe und Funktion** -

Lernen von und mit **Exmoor Pony**-Wildpferden

Sa., 05. **August** 2023, 12 bis ca. 17 Uhr
Open-Air-Kurs in malerischer Landschaft
Vorkenntnisse **nicht** erforderlich – aber willkommen!
Der Termin zum **Beobachten, Sinne schärfen und Entspannen**
auf der Pferdeweide. Für Reiter und Nichtreiter.
Hier werden **künstlerische Fähigkeiten entdeckt, entwickelt**
und auch **Anatomie-Kenntnisse** geschult, die für die **Kunst**
des gesunden Reitens wichtig sind.



„Fit für angstfreies Reiten
und gesunde Pferde!“
Einführung in die Anatomie,
Muskelpflege/Pferdemassage



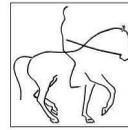
Sa., 26. **August** 2023, 12 bis ca. 17 Uhr
> **Wie erhalte ich die Muskeln meines Pferdes
gesund und leistungsfähig?**
> Erklärungen und Anleitungen für die regelmäßigen Massagen
s-/eines Pferdes, Wellnessmassagen, Prävention
> Anatomie, Muskelfunktion, Massage für mehr Wohlbefinden,
"Losgelassenheit" und Leistungsfähigkeit
> **Knochen und Muskeln fühlen und deren Arbeit verstehen.**
Muskeln/Muskelbereiche, die jeder Reiter kennen sollte, um
mögliche Probleme frühzeitig zu erkennen und zu handeln.

„Vorbeugen ist besser als...!“
Step-by-Step:
Einführung „Stärkende Bodenarbeit“

Sa., 09. **September** 2023, 12 bis ca. 17 Uhr
> **Erklärungen und Anleitungen für die sinnvolle Arbeit
am Boden zur Vorbereitung der Muskeln
auf das Tragen des Reitergewichtes.**
> Muskelfunktion und Mobilisation, Bodenarbeits-Lektionen

Seite 3 und Rahmenbedingungen finden Sie hier:

> http://www.physio-riding-coach.de/Termine_2023_Gesunde_Wege_1_w.pdf >



Gesunde Hufe für fitte Pferde! EisenLos? - „Läuft's rund und gesund?“ Hufgesundheits – Einführung für Pferdefreunde

Lernen von und mit **Exmoor Pony**-Wildpferden

Sa., 21. **Oktober** 2023, 12 bis ca. 17 Uhr

Hufe lesen lernen: Huforthopädie (DHG) > Einblick in die Anatomie, Befundung, alltägliche Problematiken, Werkzeuge, die schonende Hufbearbeitung. **Hilfe zur Selbsthilfe.**
Zusammenhänge von Hufen und Pferdeanatomie, besser verstehen. Mehr Hintergrundwissen als Entscheidungshilfe für die passende Hufbearbeitung seines Pferdes und ggf. Therapien.

Rahmenbedingungen für die Veranstaltungen:

- Theorie und Praxis oder Demonstration am Pferd
- Pausen nach Absprache (Restaurant/Hotel um die Ecke)
- Zeitplan und Inhalt können je nach Gruppenzusammensetzung, Arbeitstempo und Pausen variieren.
- In Seevetal bleiben wir am Boden der Tatsachen ;-)
- Veranstaltung hier **OHNE EIGENE** Pferde! > Möchten Sie diese oder andere Termine individuell mit Ihren Pferden auf Ihrem Hof organisieren - melden Sie sich gerne!

Ort: 21220 Seevetal/Hamburg bei „Gesunde Wege für Pferd und Mensch“ im Studio Wirkungskreis – Für Wandel und Wirkung und gegebenenfalls open-air im „Exmoor Pony-Valley“

Dozentin: Cornelia Höger – Ihre Impuls-Geberin/Über 50 Jahre Leben mit Pferden und bildender Kunst (PHYSIO-RIDING® Coach, Huforthopädin (DHGeV), Organetikerin (Gesundheits-Optimierung, Energiearbeit), Dipl.-Designerin und Coach von Malerei bis Mode

www.physio-riding-coach.de + Huforthopädie (DHGeV.de)

Investition: Pro Termin 125 Euro inkl. gesetzlicher. Usst.
Die verbindliche Vergabe der 6 (Pflanzenkunde max. 12)
- Teilnehmerplätze richtet sich nach dem Eingang der Gebühr.
- Getränke und Snacks vor Ort.

* Hunde bleiben bitte zu Hause - Dankeschön!

Aus Sicherheitsgründen bringt bitte jeder Teilnehmer wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk & Handschuhe mit.



> **Weiter Termine und Themen** auf Anfrage und auf der Webseite unter „Leistungskatalog“ und „Bausteine“.

Die Anmeldung / Buchung erfolgt bitte schriftlich oder per Email.
Wichtig: Bitte bei der Anmeldung angeben: Name, Adresse, Telefonnummer, Email-Adresse

Mit der Buchung bietet der Teilnehmer dem Veranstalter den Abschluss des Vertrages verbindlich an. Der Vertrag kommt mit dem Zugang der Buchungsbestätigung durch den Veranstalter zustande.

> **Mehr unter „Termine 2023“**
auf www.Physio-Riding-Coach.de

Weitere Infos, Anmeldung oder Terminabsprachen

bitte nur per Email/Telefon.

Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt.

Änderungen vorbehalten.

Angebot freibleibend.

info@Cornelia-Hoeger.de • Fon 04185 2448 • Mobil 0172 45 41 088

