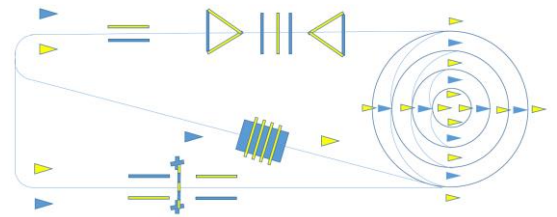


# Hallen-Kurse/Trainings Winter 2025 (Jan-April)

## Reitanlage Steinlera, Düdingen Berger Thomas / dein-pferd-dein-freund.ch

### Fitness und Gymnastik für das Pferd (4-er Gruppen 60 Min.)

Abwechslungsreiches, motivierendes Stangen-Training mit Dualgassen und Pylonen. Koordinations- und Konzentrations-Training für Pferd und Reiter. Entspannende, gymnastizierende Übungen für das Pferd verbessern die Durchlässigkeit, den Schwung und den Takt. Fitness-Training für das Pferd, Muskelaufbau und Konditions-Training.



**Daten:** 08.01. / 05.02. / 05.03. / 02.04.

**Zeiten:** 1. Gruppe 17.00 Uhr / 2 Gruppe 18.00 Uhr / 3. Gruppe 19.00 Uhr / 4. Gruppe 20.00 Uhr

**Kosten:** Fr. 70.00 pro Teiln. (60 Min.) inkl. Halle

### Freispringen (Einzeltraining 30 Min)

Warm up: 10 Min. Longieren im Schritt und Trab in aufgestellten Parcours mit Dualgassen, Stangen, Cavaletti.

Training: 20 Min. Freispringen in abgesperrter Bahn, Höhe nach Wunsch der Teilnehmer und Pferd

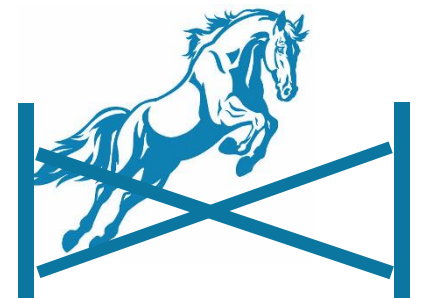
Cool down: 10 Min. entspannen, Puls senken

Gymnastik und Fitness für das Pferd, stärkt das Selbstvertrauen und den Mut.

**Daten:** 15.01. / 12.02. / 12.03. / 09.04.

**Zeiten:** 17.00 Uhr / 17.30 Uhr / 18.00 Uhr / 18.30 Uhr / 19.00 Uhr / 19.30 Uhr / 20.00 Uhr

**Kosten:** Fr. 60.—pro Teiln. Inkl. Halle



### Kurzzügel Bodenarbeit (2-Gruppen 60 Min.)

Verbessert die Kommunikation und die Beziehung zwischen ReiterIn und Pferd. Alles was wir mit dem Pferd reiten möchten, müssen wir dem Pferd zuerst an der Hand erklären, ohne Reitergewicht ist es für das Pferd viel einfacher neue Bewegungsabläufe zu lernen. Über die Seitengänge und viele andere Lektionen wird das Pferd von der Gymnastizierung bis zur Versammlung trainiert.

**Daten:** 22.01. / 19.02. / 19.03. / 16.04.

**Zeiten:** 1. Gruppe 17.00 Uhr / 2 Gruppe 18.00 Uhr / 3. Gruppe 19.00 Uhr / 4. Gruppe 20.00 Uhr

**Kosten:** Fr. 80.—pro Teiln. Inkl. Halle



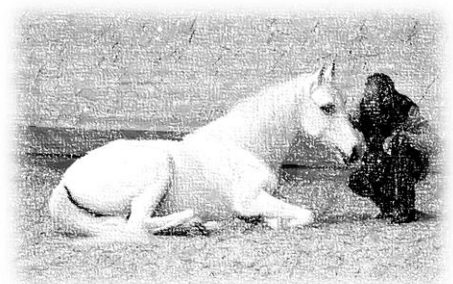
### Freies Arbeiten am Boden /Halsring-Reiten (2-Gruppen 60 Min.)

Die Beziehung zu deinem Pferd vertiefen, werde «Eins» mit deinem Pferd. Die Gestik, die Mimik und das Verhalten deines Pferdes verstehen, Pferde kommunizieren mit der Körpersprache mit uns, wir müssen lernen sie wahrzunehmen und zu interpretieren. Nimm dem ReiterIn den Strick oder die Zügel weg, dann kommt die wirkliche Wahrheit zu Vorschein, wie ist die Beziehung, die Kommunikation mit dem Pferd, vertraut es dir, respektiert es dich als Leader und Freund.

**Daten:** 29.01. / 26.02. / 26.03. / 23.04.

**Zeiten:** 1. Gruppe 17.00 Uhr / 2 Gruppe 18.00 Uhr / 3. Gruppe 19.00 Uhr / 4. Gruppe 20.00 Uhr

**Kosten:** Fr. 80.—pro Teiln. inkl. Halle



**Anmeldung:** [berger.thomas@bluewin.ch](mailto:berger.thomas@bluewin.ch) / 079 910 24 71 (Kurzfristige Annullationen Kosten Fr. 30.--)

**Bedingungen:** siehe allg. Informationen u. Teilnahmebedingungen [www.dein-pferd-dein-freund.ch](http://www.dein-pferd-dein-freund.ch)