

DIE KRAFT DER GEDANKEN – **DER EINFLUSS INNERER BILDER BEIM REITEN, DER UMGANG MIT DER ANGST**



Am Samstag und Sonntag, den 31.08.2019 und den 01.09.2019 von 10.00 Uhr – ca 17.00 Uhr mit Doreen Wolanke-Weber

Seminarinhalt:

Innere Bilder können uns helfen, uns vor und während der Arbeit mit dem Pferd auf das Training zu fokussieren und die anstehenden Übungen zielgenauer umzusetzen. Gute Erfahrungen und Erlebnisse können dabei positiv bestärken. Negative Eindrücke oder gar Unfälle hingegen, können Angst auslösen und die Freude am Umgang mit dem Pferd trüben. In diesem Seminar wird aufgezeigt, wann und wie uns unsere Gedanken beeinflussen und wie wir sie bewusst einsetzen können, um harmonisch mit unserem Pferd zu kommunizieren.

Themenschwerpunkte dieses Seminars sind u.a.:

- Grundsätzliches:
 - ❖ Wie beeinflussen mich meine Gedanken?
 - ❖ Was ist ein inneres Bild und wie entsteht es?
 - ❖ Wie kann ich ein inneres Bild „überschreiben“?
 - ❖ Welche Lerntypen gibt es?
- Besseres Reiten durch innere Bilder:
 - ❖ Wie können innere Bilder helfen ein guter Reiter zu werden?
 - ❖ Welche Vorstellung hilft wem?
- Umgang mit der Angst:
 - ❖ Wodurch wurde ich zum Angstreiter?
 - ❖ Wie kann ich das Problem lösen?

Gern können vorab Fragen gestellt und/oder Problematiken aufgezeigt werden, für die der Teilnehmer mit seinem Pferd aktuell eine Lösung sucht. Informationen unter: www.akademisch-reiten.de

Zusammenfassung:

Datum: Samstag und Sonntag, den 31.08. und 01.09.2019

Zeiten: 10.00 – ca. 17.00 Uhr

Teilnahme-Voraussetzung: keine

Mindestanzahl / Höchstens Teilnehmer: 8-12

Meldeschluss 1: 3 Wochen vorher zur Feststellung

Meldeschluss 2: 1 Woche vorher (wenn zum 1. Termin genug Teilnehmer)

Kosten: 199,00 € Inclusive unserem "Rundum sorglos Paket"

Eventuelle nachträgliche Kosten: Nein

steuerliche Rechnung: Ja

Verpflegung Essen: Hausgemachtes Essen oder Bestellung nach eigenen Wünschen im Steakhouse

Verpflegung Trinken: warme und kalte Getränke ohne Limit

Dozent/in Doreen Wolanke-Weber

Mehr dazu auf unserer Website www.western-stable-ranch.de

Hier findet ihr auch alle Informationen zu unserer Dozentin.