



## Bewegungslehrgang nach Eckart Meyners mit Martin Volesky

Für besseres Reiten: Mit gutem Sitz und richtiger Hilfengebung

Leitung:	Martin Volesky für weitere Informationen siehe auch <a href="http://www.bewegungstrainer.net/">http://www.bewegungstrainer.net/</a>
Ort:	Reithalle Rörswil, Bolligen
Daten:	<b>Samstag / Sonntag, 02. / 03. März 2019</b>
Teilnehmerzahl:	Der Kurs wird mit mind. 8, maximal 12 Teilnehmenden durchgeführt. <i>Zuschauer auf der Tribüne (NICHT in der Halle) sind herzlich willkommen.</i>
Kosten:	Kosten <b>pro Kurs</b> 2 Kurstage (total 2 Lektionen ): RVB-Mitglieder / KRV-Bolligen- Mitglieder: CHF 210.- RVB-Junioren CHF 170.- Nichtmitglieder CHF 250.-

**Die Anmeldung ist nur gültig mit Kopie der Einzahlungsquittung (auch E-Banking!)**

Einzahlungen auf Konto: PC-Konto 30-2308-3, IBAN CH81 0900 0000 3000 2308 3  
lautend auf RV Bern, 3178 Bösingen  
Vermerk: Bewegungstraining EM 2017  
Überweisen bis spätestens **31. Januar 2019**

**Die Anmeldung gilt nur als definitiv, wenn die Kursgebühr vollständig im Voraus bezahlt ist, ansonsten besteht keine Berechtigung den Kurs zu besuchen.**

Teilnahmebedingungen:	Die Kursanmeldung kann durch den Teilnehmer <b>bis 1 Woche vor Kursbeginn schriftlich</b> bei der Kursverantwortlichen (E. Streit) annulliert werden.  Bei <b>Abmeldung nach Nennschluss</b> werden 100.- CHF verrechnet. Bei <b>Abmelden oder Nichterscheinen am Kurstag</b> werden die vollen Kurskosten verrechnet.  Ein Ersatzteilnehmer kann gestellt werden.  Wird der Kurs vorzeitig abgebrochen, besteht kein Anrecht auf Rückerstattung der Restsumme.  Die Haftung für jeglichen Schaden, Unfälle, Verletzungen usw. lehnt der Veranstalter ab. Die Haftpflicht- wie auch die Unfallversicherung ist Sache der Kursteilnehmenden.
Nennschluss:	<b>31. Januar 2019</b> (Einteilung wird am per E-Mail versendet)
Anmeldung:	Elisabeth Streit, 079 637 03 49, <a href="mailto:liz.streit@gmail.com">liz.streit@gmail.com</a> (Reservation nach Eingangsdatum, es wird eine Warteliste geführt)



## Bewegungslehrgang nach Eckart Meyners mit Martin Volesky

Für besseres Reiten: Mit gutem Sitz und richtiger Hilfengebung

### Anmeldetalon

#### Bewegungslehrgang nach Eckart Meyners mit Martin Volesky 2019

- Ja, ich melde mich zum Kurs Bewegungstraining nach Eckart Meyners mit Martin Volesky am **02. / 03. März 2019** in Rörswil an.
- Ja, ich bin mit den Teilnahmebedingungen einverstanden.

Name: .....

Vorname: .....

Adresse: .....

PLZ, Ort: .....

Telefon: .....

Mailadresse: .....

Pferd: ..... Alter: .....

Bemerkungen: .....



## Bewegungslehrgang nach Eckart Meyners mit Martin Volesky

Für besseres Reiten: Mit gutem Sitz und richtiger Hilfengebung

### Über das Bewegungstraining nach Eckart Meyners

Das Bewegungstraining wurde von dem deutschen Sportwissenschaftler Eckart Meyners entwickelt. Inzwischen ist er international mit seiner Methode anerkannt. Mit gezielten Übungen, Griffen und dem Einsatz des BALIMO-Hockers wird die Beweglichkeit wieder hergestellt und losgelassenes Reiten ermöglicht. Meyners hat zur Sicherung dieses Wissens wenige „Bewegungstrainer EM“ selbst ausgebildet. Einer seiner ersten Schüler ist Martin Volesky.

### Wie weiss ich, ob ich vom Kurs profitieren kann?

Beispiele:

- Das Pferd ist faul oder rennt weg und entzieht sich den Hilfen.
- In Wendungen erreicht das Pferd keine optimale Biegung oder geht über die Schulter weg
- Du hast im Galopp das Gefühl, dass auf einer Hand es wesentlich einfacher ist die Hilfen zu geben. Schon beim Angaloppieren ist es auf einer Hand einfacher.
- Der fliegende Wechsel oder die Traversale klappt auf einer Hand deutlich besser.
- Die Hand ist nicht unabhängig vom Sitz

### Kursziele:

- Unabhängiger und losgelassener Sitz als Grundlage für korrektes Reiten von Lektionen
- Korrekte Hilfengebung
- Neues Bewegungsgefühl und verbesserte Beweglichkeit
- Verbesserung der Koordination
- Verbesserung des Gleichgewichts
- Steigerung der Konzentrationsfähigkeit
- Aktivierung gestörter Nerv- Muskelverbindungen
- Das Bewegungstraining von Eckart Meyners ist nach neuesten Erkenntnissen der Sportwissenschaft entwickelt. Mit gezielten Übungen, Griffen und dem Einsatz des BALIMO-Hockers wird die Beweglichkeit wieder hergestellt und losgelassenes Reiten ermöglicht

### Ablauf der Bewegungstraining-Lektion:

- Die Trainingseinheit wird mit jeweils einem Reiter durchgeführt.
- Die EM Stunde dauert erfahrungsgemäss ca. 45 Min.
- Die Stunde ist erst beendet, wenn das Ergebnis für den Tag als maximal ist. D.h. die Stunde kann auch 60 Min. dauern. (Sicht Kursleitung)
- Die Reiter machen ihr Pferd selbständig vor der Stunde warm, damit sofort mit der Stunde begonnen werden kann. (Einfindungszeit 10 Min. vor Reit-Termin.)
- Der Reiter reitet sein Pferd vor und der Trainer erkennt durch das Vorreiten die Verbesserungsmöglichkeiten, die der Reihe nach bearbeitet werden. Dies wird durch spezielle Übungen gemacht.
- Viele Übungen finden ohne Pferd statt. Während der Übungen, die oft auf dem Boden stattfinden, ist ein Helfer mitzunehmen oder anwesend, um das Pferd zu halten.
- In der Halle werden in einer Ecke die Matten für die EM Übungen gelegt.

### Teilnehmer:

Das Bewegungstraining ist geeignet für Reiter aller Leistungsstufen und Reitdisziplinen.

### Über den Kursleiter:

Martin Volesky, 42, ist zweifacher Pferdewirtschaftsmeister: Reiten und Zucht/Haltung. Er hat bei namhaften Ausbildern in Deutschland gelernt, wie z.B. Otto Pläge (Dressur), Paul Beck (Dressur) und Hardy Diemer (Springen/Vielseitigkeit). Er war lange Jahre Betriebsleiter des Gutes Petersau der Familie von Opel. In seiner Turnierkarriere ritt er Vielseitigkeit bis zum internationalen Weltcupniveau und war Landesausbilder in Rheinland-Pfalz. Als Ausbilder legt er Wert auf feine Hilfengebung, die richtige Technik, um dem Pferd das korrekte Ausführen der Lektionen zu ermöglichen. Heute ist er international als selbstständiger Trainer tätig.

Mehr über ihn:

[www.bewegungstrainer.net](http://www.bewegungstrainer.net)

