

Foredrag om rytteren og hestens krop

23. oktober 2024



Vi mødes i Rueriet kl. 18:30, hvor Daniella fra Rønnows Hestefys vil give os viden om:

Hvilke krav stilles der til din krop som rytter?

Hvordan påvirker din krop, din hests krop?

Påvirker din sadel din opstilling?

Hvorfor skal du træne ved siden af din ridning?

Praktisk øvelse af rytterkroppen!

Opbygning af hestens krop.

Hvorfor er det vigtigt at have en træningsplan til vores hest og hvordan lægger vi en?

Hvorfor skal vi behandle vores heste?

Praktisk øvelse, hvor du lærer selv at tjekke din hest for skævheder og ubehag i kroppen.

Daniella vil gennemgå en af hestene i stalden, hvor hun i praksis viser hvordan hun ser på hestene med sine fysioterapi-øjne. Og hun vil vise nogle ting, man selv kan kigge efter på hestene og se, om de har det godt med hele kroppen.

Der vil være kaffe/kage/?? til at holde os friske med. Det vil vare ca. 2,5 time.

Pris for medlemmer 100,- kr.

Pris for ikke medlemmer 150,- kr.



Tilmelding [Sporti.dk](https://sporti.dk)

Velkommen Laxi Islandshesteklub