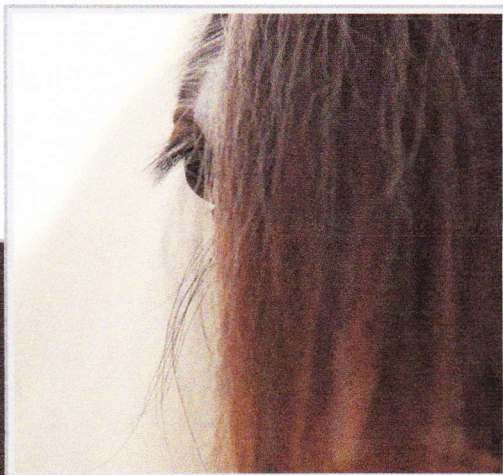


MENTAL REITEN II

von 18.-19.06.2016 in Attendorn-Ennest

Zwei Tage *Aufbauworkshop* für... Reiter | Trainer | Reitlehrer



Im Aufbauworkshop arbeiten wir gemeinsam mit den Pferden! In unterstützender und wertschätzender

Atmosphäre arbeiten wir mit mentalen Techniken und konkreten Strategien, die dem alltäglichen Umgang, Problembewältigung und auch der gezielten Leistungsförderung zu Gute kommen.

Inhalte Tag 1 [14.00-ca. 17.30 Uhr]:

- Zielarbeit und Glaubenssätze
- Mentale Techniken im Test
- Live – Demo mit Pferd
- Analyse und Besprechung

Inhalte Tag 2 [9.30 – ca. 16.00 Uhr]:

- Mentales Training – Verinnerlichen der individuellen Trainingsstrategie
- Praktisches Training mit den Pferden in Kleingruppen
- Coaching von Trainer, Betreuer und Reitlehrer
(wird in den praktischen Ablauf bei Bedarf integriert)

Die zwei intensiven Tage im Workshop helfen den Reitern und Pferdemenschen neue mentale Ansätze in bisher schwierigen und problematischen Situationen im Umgang mit dem Pferd zu verinnerlichen. Und selbst Pferdemenschen, welche keine „echten“ Probleme mit dem tierischen Partner haben, profitieren durch neue Impulse und den betreuten Trainingseinheiten.

Praxisarbeit begleitet uns durch die beiden Tage und ein Miteinander–Voneinander-Lernen steht im Vordergrund. Die Teilnahme kann **mit eigenem Pferd, Leihpferd** oder nach vorheriger Absprache ohne Pferd erfolgen [jeweils begrenzt möglich].

Voraussetzung: Vorherige Teilnahme an „Mental Reiten I“ - Basisseminar

Dauer: 1,5 Tage | Teilnahme ab 16 J. | Seminargebühr: 200,-- € zzgl. Pferd und Verpflegung | Leitung: Regina Horn

Ort: **Mountain Hill Farm**, Hülschotter Str. 37, 57439 Attendorn-Ennest, www.mountain-hill-farm.de

Infos: www.mind-way.de | 0171 4056441 | Anmeldung: mh-mountain-hill-farm.de



Training und Coaching | Regina Horn

MENTAL REITEN

Basisseminar am **05.03.2016** in Attendorn-Ennest

Ein Tag für „Pferdemenschen“... Reiter | Trainer | Reitlehrer | Betreuer aus dem Reitsport



Zuhause im Training funktioniert eine Lektion nahezu in Perfektion - doch im entscheidenden Moment klappt nichts mehr, wie es soll.

Ob auf einem Turnier, in einer Prüfung, beim Ausritt oder nach einem traumatischen Erlebnis – innere Blockaden nehmen [oft unbewusst] Einfluss auf uns und unser Pferd – und schon laufen die Dinge anders als geplant! Viele Reiter und Trainer kennen das Problem.

Das 1-tägige Basisseminar gibt Ihnen erste Einblicke in die Welt des Mentaltrainings. Sie werden für eigene Denk- und Verhaltensmuster sensibilisiert, die Sie alltäglich, bewusst und unbewusst, beeinflussen.

Inhalte:

- Möglichkeiten und Grenzen des Mentaltrainings
- Der Einfluss des Unterbewusstseins auf Erfolg und Misserfolg
- Eigene [Leistungs-] Blockaden erkennen
- Methoden des mentalen Trainings
- Die Rolle des Pferdes im Mentaltraining
- Arbeit an Praxisbeispielen der Teilnehmer

Praxisbeispiele begleiten uns durch den Tag und geben Ihnen eine neue Richtung für mehr Erfolg und Leichtigkeit im Umgang mit dem Partner Pferd. [Das Seminar findet ohne Pferde statt]

Dauer: 1 Tag | Teilnahme ab 16 J. | Seminargebühr: 80,-- € / EWU Mitglieder: 75,-- € | Leitung: Regina Horn

Ort: **Mountain Hill Farm**, Hülshotter Str. 37, 57439 Attendorn-Ennest, www.mountain-hill-farm.de

Infos: www.mind-way.de | 0171 4056441 | Anmeldung: mh-mountain-hill-farm.de



Mentalcoaching | Einzelcoaching
mit Pferd am 04.03. möglich!
60,- € | Dauer: 90 – 120 Min. nach Bedarf