



Hof Armada

FASZIEN MASSAGETECHNIKEN AM PFERD

INDIVIDUELLER FASZIENKURS FÜR PFERD UND REITER IN 4 TEILEN

Frühlingsseminar: 05., 12., 19. und 26. Juni 2024



Was sind Faszien?

Faszien ziehen sich durch den gesamten Körper von Säugetieren und somit auch durch den Körper des Menschen sowie des Pferdes. Sie umhüllen Muskeln, Organe und Knochen und verbinden diese zu einer funktionierenden Einheit. Mit vielen Nervenendungen durchsetzt, ist das Bindegewebe auch Teil des Nervensystems.

Welche Rolle spielen Faszien für die Gesundheit meines Pferdes und auch für uns?

Ein gesundes Faszienetz erlaubt gelockertes Bewegen und Laufen und schützt durch seine Stoßdämpferfunktion vor Verletzungen. Ausgeglichene Spannungsmuster verbessern die Koordination und die Körperwahrnehmung des Pferdes.

Was lerne ich in diesem Kurs?

- Faszien-Massagetechniken am Pferd

In diesem Kurs lernt Ihr einfache Massage-Techniken zur Faszien-Mobilisation an Eurem Pferd anzuwenden. Die Techniken sind so sanft, dass Ihr nichts falsch machen könnt.



Hof Armada

Ideal ist es, wenn Ihr die gelernten Massage-Techniken jeweils in der Folgewoche an Eurem Pferd testet. So verbessert Ihr Euer Feingefühl und könnt gegebenenfalls in der nächsten Einheit Eure Eindrücke und Erkenntnisse mitteilen und Fragen stellen.

- Körpergefühlübungen für Dich:

Jeder Abend beginnt mit einer kleinen Achtsamkeitsübung. Ein gesteigertes Körpergefühl und Verständnis für die Biomechanik des Menschen erleichtern Euch die Faszienarbeit und kann sogar für das Reiten hilfreich sein. An jedem Kursabend erhaltet Ihr hierzu Hinweise/Übungen.

Zeitplan

1. Abend Mittwoch, 19:00 – 20:30 Uhr

Lösen der Oberflächenfaszien

Abend – Mittwoch, 19:00 – 20:30 Uhr

Arbeit an Schulter, Hals und Nackenband

Abend – Mittwoch, 19:00 – 20:30 Uhr

Arbeit an Kiefer, Zungenbein und Nacken

Abend – Mittwoch, 19:00 – 20:30 Uhr

Arbeit am Becken, den Lendenmuskeln und der Hinterhand

Wann & Wo:

Mittwoch, 05.06.2024, bis Mittwoch, 26.06.2024

Hof Armada Hof Armada 1 65201 Wiesbaden – Frauenstein

Kosten:

Aktive Teilnahme mit Pferd (maximal 6 Teilnehmer): Für Armadas: € 140,-

Armadas: € 180,-

Für Nicht-

Anmeldung unter :

<https://www.faszien-pferde.de/juni-faszien-kurs-hof-armada>