

Programm 2021



Reiten & Yoga

Diese Woche verbindet Reitunterricht nach Natural Horsemanship Methode (NHS) und Yoga speziell für Reiter. Mit gesundem Essen, Sauna, Kaminabenden und Massage (vor Ort zubuchbar) wird es eine Rundum-Wohlfühl-Woche nur für dich! Unterricht in Kleingruppen bis max. 8 Pers..

Der Tag beginnt mit Yoga, Achtsamkeits- und Körperübungen, die uns wunderbar auf die Kommunikation mit dem Pferd einstimmen. Yoga hilft dir, deine Körperwahrnehmung zu schulen, Spannung/ Entspannung zu spüren und bewußter einzusetzen und dich mental besser aufs 'Hier und Jetzt' mit dem Pferd einzulassen. Im Reitunterricht übertragen wir die Yoga-Erfahrung und vermitteln euch in angenehmer Lernatmosphäre Grundlagen zum Horsemanship/ Westernreiten und einem achtsamen Miteinander mit dem Pferd. Je nach Absprache und individuellem Kenntnisstand geht es in den Unterrichtseinheiten weiter mit Sitzschulung an der Longe, Bodenarbeit/ Horsemanship, Reitunterricht auf dem Platz, Ausritten oder auch meditativen Pferde-Spaziergängen in der Natur.

Die Freizeit kann zum Relaxen, für Strandspaziergänge oder individuelle Massagetermine genutzt werden. Bei schönem Wetter erwartet euch abends Grillen am Lagerfeuer. Bei kühlem Wetter könnt ihr es euch abends in der Sauna oder am Kamin gemütlich machen.

Ankunft am Anreisetag: 16 bis 18 Uhr, 19 Uhr get-together mit Begrüßungsdrink,

Abreise: 10 Uhr

Alle weiteren Termine nach Absprache in der Gruppe und Wetterlage!

Reitprogramm :

5 x 2 UE Reiten (1 UE= 45 Min: Reitunterricht Reitplatz/ Theorie/ Bodenarbeit/ Ausritt oder 15 Min. Longe Einzelunterricht/ Ausritt Handpferd), 5 x 60 Min. Yoga/ Entspannungs- und Körperübungen

Leistung: 7 Tage/ 6 Nächte/ 5 Tage Reitprogramm im Doppelzimmer, Begrüßungsdrink, 3 x Sauna oder Lagerfeuer, individuelle Massagetermine mit Zuzahlung mögl. Reitprogramm

Frühstück (auch vegetarisch), mittags & abends kann in den Küchen selbständig in Gruppen gekocht werden.

PKW Transfer zum nächsten Bahnhof (Velgast), Lebensmittel-Einkauf per PKW nach Absprache möglich

Termine:

12.02. – 18.02.2021

05.03. – 11.03.2021

09.04. – 15.04.2021

23.04. – 29.04.2021

07.05. – 13.05.2021

05.06. – 11.06.2021

22.08. – 28.08.2021

10.09. – 16.09.2021

23.10. – 29.10.2021

Preis: 735,-€

Einzelzimmerzuschlag: 150,-€

Pack-Liste für den Kurs:

Wetterfeste Kleidung und feste Schuhe, Yoga- Kleidung (bequeme Hose, dicke Socken), Yoga-Matte (wer hat, sonst auch vor Ort vorhanden), Handtuch für Yoga-Matte, Saunahandtuch, Bademantel, Schuhe zum Reinschlüpfen, um zwischen Haus und Sauna hin und her zu gehen, Reithose, Reithelm