

## Bewegungstraining nach Eckart Meyners mit Martin Volesky

### Ziele des Trainings:

- ✦ 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- und Muskelverbindungen



Das Bewegungstraining ist geeignet für Reiter aller Leistungsstufen und Reitdisziplinen. Das **Bewegungstraining** wurde von dem deutschen Sportwissenschaftler und Sportpädagogen 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.

**Martin Volesky**, 38, 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 als selbstständiger Trainer tätig. Mehr über ihn: [www.reiten-verstehen.de](http://www.reiten-verstehen.de) und [www.bewegungstrainer.net](http://www.bewegungstrainer.net).

### Ablauf der EM Stunde:

- ☞ 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 Reiter die EM – Übungen absolviert, muss eine weitere Person das Pferd halten / führen. (Hilfsperson mitnehmen)
- ☞ In der Halle werden in einer Ecke die Matten für die EM Übungen gelegt.



“Die Harmonie zwischen Reiter und Pferd ist das Ziel,  
dass ich jeden Tag mit meinen Kunden angehe.  
Reiten – Verstehen.”

## ANMELDEFORMULAR

**Kursort:** Reitanlage Gestüt Rütimann, Schösslihof, Frümser-Sax (SG)

**Kurskosten:** 2 Kurstage CHF 280.00 bei 10 Teilnehmern  
2 Kurstage CHF 300.00 bei 9 Teilnehmern  
2 Kurstage CHF 330.00 bei 8 Teilnehmern  
total 2 Lektionen (bei weniger Teilnehmern bleibt mehr Zeit pro Person)

**Kursdatum** (bitte ankreuzen):

- 17. und 18. März 2012
- 2. und 3. Juni 2012
- 25. und 26. August 2012
- 27. und 28. Oktober 2012

Zuschauer sind herzlich willkommen.

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort: \_\_\_\_\_

E- Mail: \_\_\_\_\_ Tel. \_\_\_\_\_

Ort & Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

### **Teilnahmebedingungen:**

Die Kursanmeldung kann durch den Teilnehmer bis 3 Wochen vor Kursbeginn schriftlich annulliert werden. Befindet sich die Anmeldung ausserhalb dieser Frist vor Kursbeginn bei den Organisatoren, ist die Bearbeitungsgebühr von 100.- fällig. Bei späterer Abmeldung oder Nichterscheinen ohne Abmeldung werden die vollen Kurskosten verrechnet. Lediglich eine Bearbeitungsgebühr von 20.- wird verrechnet, wenn ein Ersatzteilnehmer gefunden werden kann. Der Veranstalter behält sich das Recht vor, den Kurs jederzeit vor Beginn abzusagen. Bei einer Absage durch den Veranstalter wird den Teilnehmern ein allfällig bereits bezahlter Kursbetrag zurück erstattet.

Die Haftung für jeglichen Schaden, Unfälle, Verletzungen usw. lehnt der Veranstalter ab. Die Haftpflicht-wie auch die Unfallversicherung ist Sache der Kursteilnehmer.

Die Anmeldung ist nur gültig mit Kopie der Einzahlungsquittung (auch E- Banking!)  
SAM's Heaven Ranch, Andrea Schneider, Bahnweg 1, 7324 Vilters, sam@samsheaven.com  
Einzahlungen auf Konto: IBAN CH49 0020 8208 9398 2040 V, lautend auf Andrea Schneider  
Die Teilnahmebedingungen sind Bestandteil der Anmeldung und werden mit der Unterzeichnung der Anmeldung akzeptiert.