

# Workshop

## "Werken aan de hand" Basis

In balans vanaf de grond

- Wie: iedereen die zijn paard vanaf de grond wil verbeteren
- Waarom:
  - aanleren hulpen bij jonge paarden
  - aanleren of verbeteren zijwaartse hulp
  - gymnastiseren en rechtrichten van het paard
  - rij-problemen vanaf de grond oplossen
  - trainen als revalidatie
- Duur: 2 uur
- Locatie: bij Equi Libra met schoolpaarden of bij jou op stal
- Kosten: afhankelijk van locatie, voor meer informatie kunt u contact opnemen
- Deelnemers : minimaal 3

Werken aan de hand heeft als voordeel dat het paard onbelast getraind kan worden. Daarnaast heeft de ruiter vanaf de grond een betere controle. Werken aan de hand is voor alle niveaus, disciplines en leeftijden.

Inhoud:

- We beginnen met de basisposities en uitleg hoe je hulpen geeft.
- Al tijdens rechttuit lopen en bochten links en rechts om merk je welke zijde makkelijker gaat. Hier wordt in de workshop aan gewerkt.
- Je leert je paard voorwaarts-neerwaarts stellen.
- Op de volte leer je het paard buigen en het binnenachterbeen stimuleren.
- Vanuit deze positie kan je het paard verzamelen en de zijgangen inzetten.

Het is afhankelijk van het persoonlijk niveau hoe ver je komt vanuit de basisposities. De basis wordt klassikaal uitgelegd, maar iedereen wordt individueel begeleid en daarmee op zijn eigen niveau geholpen. In de twee uur ben je niet alleen bezig met je eigen paard, maar heb je ook de ruimte om van anderen te leren. Aan het eind van de workshop ben je altijd een stap verder gekomen en heb je nieuwe kennis om verder te komen.

Voor individuele basis kunt u contact opnemen.

Equi Libra 06-19.02.55.35 of [librabalans@gmail.com](mailto:librabalans@gmail.com)