



Longieren als Dialog (LAD)

Beim Longieren als Dialog, entwickeln wir bei der Arbeit am Kappzaum, ohne Hilfszügel, einen Bewegungsdialo mit deinem Pferd. Dieses Trainingskonzept verhilft deinem Pferd zu mehr Gleichgewicht, Losgelassenheit und einer physiologischeren Bewegungsweise. Dabei soll das Pferd niemals in eine äußere Form gedrängt werden, sondern darf aktiv Bewegungsvorschläge einbringen, entwickeln und im Laufe dieses Prozesses selbst zur individuell richtigen Form finden. Longieren als Dialog bietet ein strukturiertes „Rücken-Aufbau-Training“ und einen für Dein Pferde nachvollziehbaren Weg zu losgelassener, freudiger Bewegung mit dem Mensch als Partner.

Verschleißarmes Ganzkörpertraining entsteht durch klug kombinierte, sinnvoll aufeinander aufbauende und genau erklärte Übungen. Das Training bewegt sich zwischen Biegung und Geradeaus, im Spannungsfeld zwischen ventraler und dorsaler Muskelkette, zwischen Beweglichkeit und Stabilität sowie zwischen Muskel- und Faszientraining.

Neben der bereits abwechslungsreichen Basisübung, bestehend aus Volten und Geraden, erarbeiten wir außerdem Übergänge, Tempounterschiede, nutzen im Aufbaukurs dann auch Cavaletti, Schlangenlinien, sowie seitwärts und rückwärts. Du wirst dabei immer besser begreifen, welchen Sinn die verschiedenen Übungen haben und lernen, diese für Dein individuelles Pferd, den derzeitigen Ausbildungs- und Trainingstand und deine Ziele zusammenzustellen

Longieren als Dialog ist genau das richtige für Dich wenn...

- ...dein Pferd mindestens 3 Jahre alt ist
- ...du deine Remonte auf das Anreiten vorbereiten möchtest
- ...du dein Reha-Pferd nach Trainingspausen und Verletzungen antrainierst
- ...du als ambitionierte Freizeitreiter*in selbständig mit deinem Pferd arbeitest
- ...du für deinen Sportpartner ein ergänzendes Kraftausdauer- und Koordinationstraining machen möchtest
- ...du Probleme wie Taktfehler, Klemmen, und Bocken zu lösen hast
- ...du ohne Hilfszügel longieren und dich dabei gemeinsam mit deinem Pferd als Team weiterentwickeln möchtest

Ablauf und Inhalt des Aufbaukurses:

Tag 1

- Vorstellungsrunden / Zielbesprechung:
- 30 Minuten LAD Einheit pro Teilnehmer, alle Teilnehmer können hierbei zuschauen und von den Einheiten der jeweils anderen profitieren
- Pause
- 30 Minuten LAD Einheit pro Teilnehmer, alle Teilnehmer können hierbei zuschauen und von den Einheiten der jeweils anderen profitieren

Tag 2:

- Vormittags jeweils eine 45-minütige LAD Einheit pro Teilnehmer
- Fragerunde und Abschlussbesprechung

Was du benötigst (aktiver Teilnehmer mit Pferd):

- (dünne) Handschuhe (z.B. Reithandschuhe)
- festes Schuhwerk

Kosten:

| | |
|---|------|
| Teilnahme mit Lehrpferd | 285€ |
| Teilnahme mit eigenem Pferd | 205€ |
| <i>(ohne Unterbringung; Unterbringung kann ggfs. Dazu gebucht werden)</i> | |
| Zuschauerplatz | 70€ |

Anfragen gerne direkt per Mail an: diefeineklassischeart@gmail.com

Ich freue mich auf euch und eure Pferde !