

Istuntakurssi 18.-19.8.2012



Tervalammen Ratsastajat ry järjestää yhdessä Vihdin Ratsutallin kanssa kaksipäiväisen istuntakurssin. Kurssin tulee pitämään Centered Riding (R) II-tason ohjaaja Tanja Kortelainen. Häneen voit etukäteen tutustua osoitteessa www.tanjakortelainen.com.

Istuntakurssi pidetään 18-19.8.2012. Kurssi kestää koko päivän, klo 9-17. Siihen sisältyy 2 tuntia teoriaa/pv ja tunnin ratsastusta/hlö, 2 henkilön ryhmissä. (eli ratsastukset kestävät 4 tuntia/pv). Kurssille otetaan 8 ensimmäisenä ilmoittautunutta.

Kurssi alkaa klo 9.00 teoriolla Vihdin Ratsutallin kafeteriassa. Teoria sisältää Centered Ridingin perusteista luennon sekä käytännön harjoituksia maastakäsin. Ensimmäisenä päivänä ratsastukset sisältää myös Centered Riding ratsastusdemon. Teorian ja ratsastuksien välissä pidetään tunnin tauko, jolloin lounastamismahdollisuus (omat eväät) ja aikaa laittaa hevoset kuntoon ratsastusta varten. Kaikkien osallistujien on suositeltavaa katsoa muiden tunnit, sillä tunnit täydentävät toisiaan.

Kurssin hinta on 150 euroa / henkilö (mikäli ratsastajia on 8 henkilöä), josta seuraa tukee 15 euroa, mikäli osallistuja on Tervalammen Ratsastajat ry:n jäsen. Tukiosuuden saa, kun toimittaa kopion kurssin maksukuitista seuralle ja oman tilinumeron.

Ilmoittautumiset viimeistään 30.6. Tervalammen Ratsastajat / 040-540 0857 / Taru. **Kurssin varausmaksu on 90 euroa**, jota ei palauteta peruutuksen sattuessa. Loppuosan kurssimaksusta 60 euroa voi maksaa kurssin alkaessa käteisellä tallille tai pankkisiirrolla.

Kurssin käyneet voivat osallistua syksyllä jatkuviin cr-valmennuksiin/tunteihin.

Kurssille on myös mahdollista tulla kuunteluoppilaaksi 5 euroa/pvä, joka sisältää teorian ja ratsastustuntien katselun. Molempien päivien teorioiden ja ratsastuksien seuraaminen ja 2 yksityistuntia myöhemmin oikeuttaa myös osallistumaan jatkossa cr-valmennuksiin.

Tervetuloa kurssille toivottavat TLR ja Vihdin Ratsutalli

Centered Riding

Centered Riding on menetelmä, jolla yritetään parantaa ratsastajan istuntaa ja apujenkäyttöä. Se ei ole varsinaisesti mikään ratsastustyyli, vaan sen oppeja voidaan soveltaa kaikkeen ratsastamiseen. Menetelmä pohjautuu Alexander-tekniikkaan ja siinä on kyse oman kehon hallinnan parantamisesta. Centered Riding -tekniikan avulla ratsastaja tulee tietoiseksi omasta kehostaan ja siitä, mitä signaaleja se hevoselle antaa.