



# Bewegungslehrgang mit Martin Volesky

Samstag/Sonntag, 19./20. Juni 2010

Bewegungstraining nach Eckart Meyners für besseres Reiten:  
Mit gutem Sitz und richtiger Hilfengebung

**Kursort** Reitanlage Buchholz, 8610 Uster

**Kursleitung** **Martin Volesky**, 38, ist zweifacher Pferdewirtschaftsmeister:  
Reiten und Zucht/Haltung.

Martin Volesky 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)

**Kurszeiten** Lektionen à 45min. gemäss separatem Kursplan  
Theorieabend: 19 Uhr in der Reithalle

**Nennschluss** 19. April 2010 (A- Post)  
Sollten zu viele Anmeldungen eintreffen, werden wir nach folgenden Kriterien auswählen resp. zurückweisen:

1. RVU-Mitglieder haben Vorrang (Aktiv vor Passiv)
2. Helfer der RVU-Anlässe werden bevorzugt
3. Restliche Teilnehmer nach Eingang der Anmeldungen

**Kurskosten** 2 Lektionen und Theorieabend:

Aktiv-/Frei-/Ehrenmitglieder	Fr. 220.–
Passivmitglieder	Fr. 270.–
Nichtmitglieder	Fr. 320.–

Nur Theorieabend am 19. Juni:

Mitglieder	Fr. 20.–
Nichtmitglieder	Fr. 30.–

**Einzahlung** Einzahlung bis 19. April 2010: PC 80-22397-7 oder IBAN CH15  
0900 0000 8002 2397 7 ltd. auf Reitverein Uster, 8610 Uster  
Vermerk: Bewegungslehrgang

Bei Abmeldung nach Nennschluss werden CHF 100.- verrechnet. Bei Abmeldung am Kurstag oder Nichterscheinen wird das Kursgeld nicht zurück bezahlt. Ein Ersatzteilnehmer kann gestellt werden. Die Haftung des Veranstalters und seines Personals für die Beschädigung, Vernichtung oder Entwendung des teilnehmenden Pferdes (bei Gespannen inklusive Wagen) wird, soweit gesetzlich zulässig, wegbedungen. Dieser Haftungsausschluss gilt für die vertragliche wie gesetzliche Haftung. Der Teilnehmer/die Teilnehmerin anerkennt mit seiner/ihrer Anmeldung/Nennung die Gültigkeit dieses Haftungsausschlusses.



### Beispiele, ob Sie von dem Bewegungstraining profitieren:

- Das Pferd ist faul oder rennt weg und entzieht sich den Hilfen.
- In Wendungen erreicht das Pferd keine optimale Biegung oder geht über die Schulter weg.
- Sie haben im Galopp das Gefühl, dass es auf einer Hand wesentlich einfacher ist die Hilfen zu geben. Schon beim Angaloppieren ist es auf einer Hand einfacher.
- Der fliegende Wechsel oder die Traversale klappt auf einer Hand deutlich besser.
- Die Hand ist nicht unabhängig vom Sitz.

### Ziel der EM-Übungen:

- 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- Muskelverbindungen

Teilnehmer: Das Bewegungstraining ist geeignet für Reiter aller Leistungsstufen und Reitdisziplinen.

### Ablauf:

- Jeder Reiter reitet in einer Einzelstunde à 45 min.
- Wenn die Stunde beginnt ist das Pferd bereits im Schritt und Trab aufgewärmt.
- 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 Übungen, die oft auf dem Boden stattfinden, ist ein Helfer anwesend, um das Pferd zu halten.

### Inhalt Theorieabend



Das **Bewegungstraining** wurde von dem deutschen Sportwissenschaftler 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.



## Anmeldung Bewegungslehrgang 2010

per Post an Eva Schanz, Riedwiesenstrasse 10, 8602 Wangen b. Dübendorf  
oder online unter [www.reitverein-uster.ch](http://www.reitverein-uster.ch) Telefon: 079 607 61 39

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Telefon und E-Mail \_\_\_\_\_

Strasse/Ort \_\_\_\_\_

Pferdenname \_\_\_\_\_

Alter/Geschlecht \_\_\_\_\_

Rasse \_\_\_\_\_

Anmeldung  Gesamter Kurs  
 Nur Theorieabend (Bezahlung bar vor Ort)

Mitgliedschaft  Aktiv-/Frei-/Ehrenmitglied  
 Passiv  
 Nicht-Mitglied

Bevorzugte Zeit  am frühen Morgen  
 am späten Morgen  
 am frühen Nachmittag  
 am späten Nachmittag

## Zusätzlich für Reitverein Uster-Mitglieder

Bitte trage ein, an welchem Anlass du geholfen hast:

- Pferdesporttage Ressort: \_\_\_\_\_
- Dressurprüfungen
- Reitpferdeprüfung
- Andere: \_\_\_\_\_