

# Kursausschreibung: Schritt-Training



Kurstitel:	Schritt-Training
Datum:	Sonntag, 24. März 2024 ( <i>Start morgens bis mittags / früher Nachmittag</i> )
Kursleitung:	Gwynneth Robbiani
Ort:	Raum Wil SG
Treffpunkt:	Zeit und genauer Treffpunkt wird den Teilnehmern mitgeteilt
Dauer:	ca. 3h; Schritt (5 bis 7km/h)
Strecke:	Flach bis Hügelig
Eignung:	Offen für alle Niveaus; auch für Anfänger & Jungpferde geeignet
Teilnehmer:	Max. 5
Mitbringen:	Helm, geeignetes Schuhwerk, Gerte ( <i>empfohlen</i> ), <u>keine</u> Sporen
Kosten:	20.- DvE-Mitglieder / 30.- nicht DvE-Mitglieder ( <i>per TWINT</i> )
Anmeldeschluss:	16. März 2024 ( <i>die Anmeldung ist Verbindlich</i> )
Anmeldung an:	<a href="mailto:gwynneth.robbiani@distanzreitverein.ch">gwynneth.robbiani@distanzreitverein.ch</a>

## Kursbeschreibung:

Ein optimales Training für die kühleren Jahreszeiten bei dem berg-ab die Bauchmuskulatur, berg-auf die Rücken- und Hinterhandmuskulatur der Pferde schonend gestärkt/aufgebaut wird.

Zu Beginn wird das korrekte Vortreiben an der Hand Thematisiert und der Plus der Pferde bestimmt. Nach dem Schritt-Training erwartet euch eine kleine Erfrischung und Energie-Booster.