



Teil 1

- Vorstellung des Rückenschulkonzeptes
- Kurzer Ausflug in die Anatomie
- Richtiges Sitzen (Sitzhaltung erarbeiten, Anpassung an den Arbeitsplatz, Hilfsmittel)

Pause

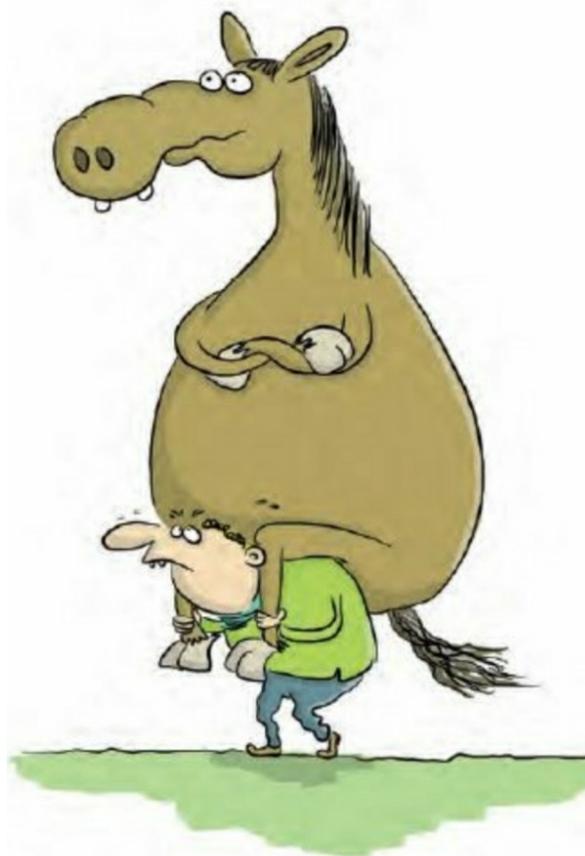
- Grundgedanken zum Reiten
- Rückenschule für das Pferd???
- Rückenschule am Pferd / Praxisbeispiel

Teil 2

- Kurze Wiederholung des Gelernten
- Bücken, Heben, Tragen
- Alltagssituationen besprechen

Pause

- Faszination Faszien
 - Übungen am Pferd (Koordination, Dynamik)
-



Termine: Freitag 10.08.2018
Freitag 17.08.2018
Jeweils 17-18 Uhr

Kosten: 3 € pro Person

Die Veranstaltung findet in Labientschach 21 statt!

Begrenzte Teilnehmeranzahl !

Anmeldung unter 0650/5102177 !

Martina Pipp (Physiotherapeutin)