

Martina Bürkle
Trainer A Westernreiten

Hohenackerstr. 38, 71334 Waiblingen
Tel. 0177 / 78 42 807
mary@westernjoyride.de
www.western-joyride.de



Sitzschulung nach dem 6-Punkte-Programm von Eckart Meyners
Trainerfortbildung 7 LE im Profil 3

Termin: 01.09.2024
Kursleiter: Martina Bürkle, Trainer A Westernreiten, Bewegungstrainerin E.M.,
Pferdewirt Spezialreitweisen
Kursort: Theorie: Gemeindehaus Kleinheppach, Großheppacher Str. 5, 71404 Korb
Praxis: Aktivstall Illg, Seltenbachstr. 20, 71404 Korb

Kursbeschreibung:

Reiten ist eine koordinative Sportart. Für ein feines Zusammenspiel zwischen Reiter und Pferd spielen Bewegungsgefühl und Körperbewusstsein eine zentrale Rolle. Grundlage für einen harmonischen Dialog mit dem Pferd ist ein ausbalancierter und losgelassener Sitz, wofür unter anderem elastische Muskeln, mobile Gelenke, Gleichgewicht und Rhythmus sowie ein gutes Körpergefühl nötig sind.

Mit dem von Eckart Meyners auf sportwissenschaftlicher Grundlage entwickelten 6-Punkte-Programm kann der Reiter die oben genannten Punkte verbessern und verfeinern. Das Programm kann entweder ohne Pferd oder auch als Übungsreihe im Sattel durchgeführt werden.

In dieser Fortbildung erlernen die Teilnehmer zunächst die Theorie hinter dem 6-Punkte-Programm und dann exemplarische Übungen zur Durchführung auf dem Pferd und am Boden. Im Anschluss daran haben die Teilnehmer die Möglichkeit, ihr erlerntes Wissen unter Anleitung an Reitschülern zu testen und sich im Anschluss daran über ihre Vorgehensweisen und Erkenntnisse auszutauschen.

Der Kurs richtet sich an Trainer aller Reitweisen sowie alle interessierten Reiter.

Martina Bürkle
Trainer A Westernreiten

Hohenackerstr. 38, 71334 Waiblingen
Tel. 0177 / 78 42 807
mary@westernjoyride.de
www.western-joyride.de



Ablaufplan:

- 09:00-09:30 Uhr Begrüßung, Vorstellungsrunde, Besprechung der Agenda
- 09:30-11:30 Uhr Einführung in die Sitzschulung nach dem 6-Punkte-Programm
Seminarraum von Eckart Meyners
Das 6-Punkte-System am Boden und auf dem Pferd
Praktische Übungen zum 6-Punkte-System am Boden
- 11:30-12:00 Uhr Einführung in die Arbeit mit dem Bewegungsstuhl BALIMO
Seminarraum
- 12:00-13:00 Uhr Praktische Übungen auf dem Pferd
Reithalle
- 13:00-14:00 Uhr Mittagspause
- 14:00-16:00 Uhr Arbeit in Kleingruppen (3-4 Personen) an Reitschülern
Reithalle
-Analyse der Stärken und Schwächen auf dem Pferd
-Entwicklung von Lösungsansätzen durch Anwendung des
6-Punkte-Systems / Anleitung praktischer Übungen
-Vergleich Vorher-Nachher auf dem Pferd
- 16:00-17:00 Uhr Präsentation und Besprechung der Ergebnisse aus den Gruppen
Seminarraum Klärung offener Fragen
Feedback und Abschlussrunde