



Optimal sits för ryttare

21-22 januari 2012

Clinic med sjukgymnasten och författaren

Birthe Vogelius



Det är inte bara hästen behöver vara mjuk och jämn om ridningen ska fungera. Sjukgymnasten Birthe Vogelius har specialiserat sig på att hjälpa ryttare till den perfekta sitsen. Birthe använder en tryckmatta för att analysera ryttarens sits. Tryckmattan är kopplad till en dator som visar hur ryttarens vikt är fördelad. Mer info www.levad.se Det var en lång artikel om Birthe i tidskriften "Ryttare Häst", nr 9-10 2011.

Passa på att delta i en faktaspäckad och inspirerande clinic om den optimala sitsen! Birthe föreläser om ryttarens sits och går igenom olika övningar och hjälpmedel för att förbättra sitsen. Du får också se ryttaranalys med tryckmatta genomföras på ett antal personer. Några av dem kommer Birthe att hjälpa med att åtgärda spänningar och snedheter, därefter görs en ny kontroll för att se om sitsen har blivit bättre. Om du själv vill göra en ryttaranalys kan du skriva upp dig på reservlistan.

Plats: Ridakademi Norr (2,5 mil v. om Umeå) www.ridkonst.nu

Tid: Lördag 21/1 ca kl. 12.00-19.00
Söndag 22/1 ca kl. 09.00-17.00

Pris: 600 kr för att delta i clinicen hela helgen

Mat: Middag på lördag kväll 175 kr, lunch söndag 75 kr
Fika ingår i priset

Övernattning: Ridakademi Norr www.ridkonst.nu 250 kr per natt, lakan och frukost ingår
Vandrarhem 2 km från anläggningen www.bytheriver.se
190 kr per natt (medtag egna lakan), frukost serveras på Ridakademi Norr för 50 kr

Anmälan: Anmälan och info, katrin.wallberg@ridkonst.nu tel: 070-282 29 56

Betala till PG 459 36 25-9

Ange namn, mobilnummer, e-postadress, önskemål om ryttaranalys, boende, mat
Antalet platser är begränsat. Din plats är garanterad först när du har betalat. Sista betalningsdag är 5/1.



Birthe är författare till boken "Spänst & harmoni i ryttarens sits"