

7-8 november 2020

Ridkurs med fokus på corestabilitet med Katrin Wallberg

Katrin Wallberg tillämpar ett unikt koncept i träningen. Det går ut på att träna upp corestabiliteten hos ryttare och häst. Resultatet av detta blir hästar som lyfter bröstkorgen mer, får ökad lätthet i frambdelen och blir stabila och följsamma på samma gång. Detta är inte kopplat till någon särskild disciplin, utan det ger en bra grund för såväl fritidsryttaren som tävlingsryttare på alla nivåer. Det går att göra genom arbete från marken och ridning. Max 8 deltagare med häst men flera deltagare utan häst.



Läs mer om Katrin på hennes hemsida www.ridkonst.nu

- Plats:** Gården Ängen, 1,5 mil utanför Gnesta längs med väg 223 mellan Björnlunda och Laxne. Ca 1 timme från Stockholm. www.stall-angen.se
- Ridplats:** 4.100 kr paketpris då ingår:
3 privata lektioner, 2 st teorilektioner a´ 1 timme
2 st luncher, anmäl veg.kost eller andra allergier
ridhus hyra ingår
Box eller hage- lördag och söndag ingår, 100 kr extra för att komma fredag kväll
- Tid:** lördag kl.9.00- 19.45 och söndag kl.9.00-14.00
- Hyra skolhäst från gården:** möjligt att delta med en häst från Ängen, hyra 500 kr
- Logi:** 200 kr/ natt inkl. frukost, (delad stuga, eget sänglinne/handduk medtages)
- Fotfolk-**
(åskådare): 400 kr/ 1 dag, 500 kr/ 2 dagar
lunch kan förbokas för 150 kr/dag
- Ridschema:** kommer veckan innan kurshelgen
- Anmälan:** Vid en bekräftad plats på kursen, sätt in betalningen på bg: 5893-1452 eller pg: 11 68 93-9.

Arrangör: Camilla Paraniak, Hästen är PoÄngen
Frågor och bokning görs via camilla@stall-angen.se, 0707 620 626