

Coaching with Connection: ISTUNNAN BIOMEKANIikkaa JA RATSUKON VUOROVAIKUTUSTA

Istunnan biomekaniikkaan ja ratsukon vuorovaikutukseen keskittyvällä **Coaching with Connection - osastolla** (E441) on ohjelmaa koko messujen ajan. Osastolla on paikalla useita ratsastajan istunnan asiantuntijoita, jotka neuvovat ja antavat käytännön vinkkejä messuvieraille. Istuntaopettajat analysoivat halukkaiden istuntaa myös valokuvan tai videon perusteella. Lisäksi osastolla on mahdollisuus istua satulaan ja saada konkreettisia ohjeita istuntansa korjaamiseen. Opettajat jakavat erilaisia oheisharjoitteita ratsastajan kehotietoisuuden ja –hallinnan harjoitteluun ilman hevosta

Katariina Alongin Coaching with Connection istuntademoa pääsee seuraamaan E-hallin Racing-areenalla molempina päivinä klo 11.30.

Herkät & Rohkeat – hevosihmisten tunneluennon Katariina Alongi pitää A-hallin KRAFT-ohjelmalavalla klo 13.30.

OSASTON OHJELMA LA ja SU:

Klo 10	Ratsastajan työkalupakki I: Hengityksen Voima
Klo 11	Ratsastajan työkalupakki II: Keskivartalon voiman säätely
Klo 13	Ratsastajan työkalupakki III: Istuinluiden käyttö
Klo 15	Ratsastajan työkalupakki IV: Hevosen liikkeen seuraaminen
Klo 16	Ratsastajan työkalupakki V: Istunta osana tuntumaa

Lisätietoja:

Katariina Alongi

045 227 4545

www.coachingwithconnection.com

coachingwithconnection@gmail.com