



# Sturztraining

## mit Pieter van Pletzen

### Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen – vom Pferd jedoch schon.

Reiten ist ein Risikosport und niemand ist vor Stürzen gefeit! Pferde sind unberechenbar, können plötzlich buckeln, steigen, scheuen, durchgehen oder zu Fall kommen. So mancher Ritt endet mit einem Sturz, und nicht jeder verläuft glimpflich.

Beugen Sie vor - lernen Sie beim professionellen Stuntrider Pieter van Pletzen:

- Erprobte Falltechniken
- Verletzungsrisiko vermindern
- Angst vor Stürzen verlieren
- Blockaden überwinden
- Mehr Handlungsfähigkeit
- Selbstvertrauen und Gelassenheit
- Tipps für Notfallsituationen

### Warum ein Sturztraining?

Ein Sturztraining für Reiter ist wie ein Schleuderkurs für Autofahrer: Sie lernen in Notsituationen richtig zu handeln, denn instinktiv reagiert man meist falsch. Durch Verinnerlichen und Automatisieren der richtigen Bewegungsabläufe sind Sie für den Ernstfall gewappnet. Sie erlangen mehr Handlungsfähigkeit, Gelassenheit und Mut.

### Für wen ist dieser Kurs?

Ob Anfänger, Profi, Kinder oder Senioren – jeder Reiter sollte in ein professionelles Sturztraining investieren, um Verletzungsrisiken zu minimieren. Das Sturztraining richtet sich an Reiter aller Disziplinen und Ausbildungsgrade und sollte regelmässig wiederholt werden, um die Bewegungsabläufe zu festigen.

<b>Datum:</b>	Sonntag, 24. März 2024
<b>Uhrzeit:</b>	13:30 – 16:30 Uhr
<b>Ort:</b>	Reithalle von Rico Röthlisberger, Hegenstrasse 25, 3360 Herzogenbuchsee
<b>Kosten:</b>	130 CHF inkl. Hallenbenutzungsgebühr Einzuzahlen auf PC-Konto 49-3272-9, IBAN CH90 0900 0000 4900 3272 9 bis zum <b>11. März 2024</b>
<b>Anderes:</b>	ohne Pferd
<b>Anmeldung:</b>	bis zum <b>11. März</b> an Sara Schindler 076 386 22 09 / <a href="mailto:sara.schindler@besonet.ch">sara.schindler@besonet.ch</a>
<b>Mehr Informationen:</b>	<a href="https://learntofall.ch/">https://learntofall.ch/</a>

