



# ISTUNTA TYÖPAJA

**Vartalonhallinta harjoitusravissa su 13.1.2018  
klo 16-19.30. Hinta 85 €**

Työpajassa perehdytään vartalonhallintaan ja harjoitusravin ratsastamiseen sekä teorian avulla, kuivaharjoittelulla (ilman hevosia tehtävillä harjoituksilla) että ratsain. Tavoitteena on harjoitusravin tekniikan ymmärtäminen ja harjoittelu sekä oman istunnan vahvuuksien ja heikkouksien tiedostaminen. Näillä eväillä otat ison harppauksen eteenpäin ratsastuksessasi!

Työpajaan mahtuu 6 osallistujaa, ratsastus 3 hengen pienryhmässä. Opettajana Lina Nyberg, ratsastuksenohjaaja, Centered Riding ohjaaja, RWYM-menetelmän opiskelija.

Ilmoittaudu mukaan; Enjalan Talli 0405143545.

**Pompitko ja  
jännitytkö  
harjoitusravissa?**

**Mietitkö, miten  
harjoitusravissa  
pysytään rentona  
ja jäntevänä?**

**Haluatko oppia  
vaikuttamaan  
hevoseen  
paremmin  
harjoitusravissa?**

**Et ole yksin.  
Useimmat  
ratsastajat  
kokevat  
harjoitusravin  
vaikeaksi.**

**Täsmä-  
harjoituksilla se  
voi kuitenkin  
muuttua  
helpommaksi!**