FÖRDERKREIS DRESSUR NEUSS e.V.

Lehrgang Jägerhof

MIT

DANIELA RAHN

BIOMECHANISCH KORREKT REITEN

Wir stellen vor: Daniela Rahn

Daniela Rahn – erfolgreich bis zur schweren Klasse und Trainerin bis Grand Prix – steht **für ein modernes**, pferdegerechtes Reitkonzept: das **biomechanisch korrekte Reiten**.

Als Trainerin arbeitet sie mit internationalen **Grand-Prix- und Olympiareitern** zusammen und bringt dieses Wissen in ihre Lehrgänge ein. Die Teilnehmer nimmt sie sowohl theoretisch als auch praktisch mit in die Welt des biomechanisch korrekten Reitens, bei dem der Reitersitz im Mittelpunkt steht: Daniela Rahn analysiert individuelle Bewegungs- und Sitzmuster, macht unbewusste Gewohnheiten sichtbar und zeigt gezielte Lösungswege für Fehlhaltungen auf. Ziel ist es, das Reitgefühl und die Hilfengebung so zu verbessern, dass auch das Pferd sein volles Bewegungspotenzial entfalten kann.

Beim Reiten treffen die Bewegungen von Mensch und Pferd direkt aufeinander – sie müssen harmonieren. Doch genau das ist oft eine Herausforderung, denn jeder Reiter bringt unterschiedliche körperliche Voraussetzungen mit. Asymmetrien oder Spannungen führen häufig zu unbewussten Haltungsmustern, die sich unmittelbar auf das Pferd auswirken.

Hier setzt der Lehrgang an: Durch eine Kombination aus Theorie, interaktiven Übungen und Reiteinheiten erleben die Teilnehmer direkt, wie Veränderungen im eigenen Sitz die Losgelassenheit, Balance und Tragfähigkeit ihres Pferdes positiv beeinflussen.

Denn eines ist entscheidend: Sobald ein Mensch im Sattel sitzt, entstehen Kräfte. Druck, Spannung und Gewichtsverlagerung wirken unmittelbar auf den Pferdekörper. Viele Probleme entstehen daher nicht beim Pferd, sondern im Reiter. Erst eine gezielte, individuelle Sitzkorrektur schafft die Grundlage für feine, klare Hilfen und echtes Gleichgewicht.

Der Lehrgang richtet sich an...

TeilnehmerInnen aller Altersklassen, unabhängig von Disziplin und Leistungsstand.

Mehr Einblicke auf Instagram: @rahnridingrevolution

WO:
Reitanlage Jägerhof
JÜCHEN

WANN:
19./20.11.2026
(Achtung: Donnerstag/ Freitag!)

INFOS UNTER
www.foerderkreis-dressur-neuss.de/lehrgangs-programm
ODER PER E-MAIL AN
lehrgaenge@foerderkreis-dressur-neuss.de