

Der heilsame Rhythmus des Reitens

Auf dem Linnenhof bei Ramsau entsteht ein engagiertes und vielseitiges Konzept für eine ganzheitliche und individuelle Entwicklung von Reiter und Pferd. Aber auch die Pferdehaltung im Einklang mit der Natur wird an diesem Hof durch verschiedene ökologische Projekte unterstützt. Vorträge und Seminare rund ums Pferd, den Menschen und die Gesundheit ergänzen das Programm. Denn der Umgang mit den Pferden und das Reiten haben eine überaus heilsame Wirkung auf Körper und Seele.

Bereits der griechische Arzt Hippokrates beschrieb den »heilsamen Rhythmus« des Reitens: »...denn es fördert die Verdauung und den Schlaf, es fördert die Geistesmunterkeit, die Lebens- und Nervenkraft, die Herz- und Kreislauf-tätigkeit, die Haltung, bessert Leiden der inneren Organe.«

Aber auch viele moderne Studien, belegen, dass Reiten gesund ist und Körper, Geist und Seele stärkt.

Reiten ist nicht nur Bewegung

Sitzt der Reiter auf dem Pferd, versucht er in den Gleichklang mit der Rückenbewegung des Tieres zu kommen. Die dreidimensionale Bewegung des Pferderückens – links und rechts, auf und ab, vor und zurück – spricht die Muskulatur im ganzen Körper auf vielfältige Weise an. Vor allem die Bauchmuskeln werden aktiviert und die Wirbelsäule kommt durch die richtige Sitzposition in eine optimale Aufrichtung und wird entlastet – ein idealer Ausgleich für Menschen, die berufsbedingt viel sitzen müssen. Reiten schult außerdem den Gleichgewichtssinn und die Koordinationsfähigkeit und verbessert das Körperbewusstsein. Der ruhige und bedachte Umgang mit dem Pferd entspannt und lässt den Alltagsstress schnell vergessen.



Die dreidimensionale Bewegung des Pferderückens spricht die Muskulatur des Reiters im ganzen Körper auf vielfältige Weise an



AUSBILDUNG VON PFERD UND REITER unter Einbeziehung von „Körper, Geist und Seele“. Für Erwachsene, die als Neu- oder Wiedereinsteiger einen einfühlsamen Weg mit dem Pferd finden wollen. Pädagogisch individuell aufgebaute Unterricht für Kinder und Jugendliche mit und ohne Förderbedarf.



LINNENHOF
Annette Richter und Team
Linner 1
84437 Reichertsheim
Tel.: 0176 201 599 57
www.linnenhof.de 

VERANSTALTUNGEN
Kurse, Seminare und Workshops
Kreativangebote
Verkauf von handwerklichen, nachhaltigen Produkten






FELLPONIES
Zucht, Ausbildung und Verkauf
Naturnahe Pferdehaltung

P.S.: Man kann einen Menschen nichts lehren, man kann ihm nur helfen es in sich selbst zu entdecken.
(Galileo Galilei)



InnSport & Freizeit

»Für uns stehen immer die Persönlichkeiten der Pferde und Menschen im Mittelpunkt, denn jeder findet seinen eigenen Weg zu Harmonie und Balance in dem ihm eigenen Zeitraum.«



Das Pferd spiegelt jede Bewegung und Emotion des Menschen wider – so kann er ein besseres Gefühl für die gemeinsame Verständigung entwickeln



Der idyllische Innenhof und ein gemütliches Stüberl stehen für Seminare und Vorträge zur Verfügung

Ganzheitlicher Reitunterricht mit Herz und Leidenschaft

Wir, das Team vom Linnenhof, möchten zusammen mit unseren Pferden Menschen auf ihrem individuellen Weg zu einem besseren körperlichen und seelischen Wohlbefinden begleiten. Menschen, die einen einfühlsamen Umgang mit dem Pferd und eine feine Ausbildung suchen – sehr gerne auch Spät- oder Wiedereinsteiger – finden hier ein vielfältiges Angebot.

Körpersprache für die gemeinsame Verständigung

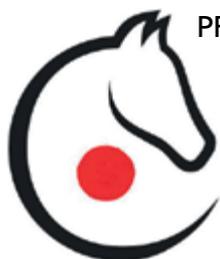
Ein respektvolles Miteinander ist die Basis für eine freundschaftliche Verbindung zwischen Mensch und Tier. In einzelnen Unterrichtsstunden oder in einem aufeinander aufbauenden Kurssystem beschäftigen wir uns mit der Körpersprache von Mensch und Pferd, die die Grundlage für eine klare Kommunikation und einen verständnisvollen Umgang miteinander bildet.

Dabei integrieren wir in den Unterricht »Techniken« aus den verschiedensten Bereichen wie Yoga, Feldenkrais, und Life Kinetik. Bei der Bodenarbeit mit dem Pferd – Führübungen, Longieren, Handarbeit an der Trense oder mit Kappzaum – lernt der Mensch die Körpersprache des Pferdes kennen. Jede Bewegung und Emotion des Menschen wird durch das Pferd widergespiegelt und so kann er ein immer besseres Gefühl für die gemeinsame Verständigung entwickeln.

Gefühlvoller Reiten

Auch beim Weg in den Sattel wollen wir den Reiter dabei unterstützen, durch abgestimmte, sanfte Übungen mehr Gefühl für den eigenen Körper zu entwickeln und Verspannungen zu lösen. So kann er sich in die Bewegungen des Pferderückens

Ich nehme mir Zeit für Sie und Ihr Pferd!



PFERDEPRAXIS DR. ZIERMANN

Albaching

Dr. Sandra Ziermann

Fachtierärztin für Pferde

Schulmedizin & Alternative Medizin

24 Stunden Notdienst:

0152/59 50 51 64

www.pferdepraxis-ziermann.de

Schutz und Sicherheit für Ihr Tier.

Selbst die beste Fürsorge kann nicht verhindern, dass Ihr Haustier mal krank oder bei einem Unfall verletzt wird. Die Allianz Tierkrankenversicherung schützt Sie vor dem finanziellen Risiko bei Krankheit oder Unfall Ihres Tieres. Ich berate Sie gerne.



AllianzAgentur HOLZHAMMER

Heuwinkl 2
83559 Mittergars

agentur.holzhammer@allianz.de
www.allianz-holzhammer.de

Tel. 0 80 73.30 33

Allianz

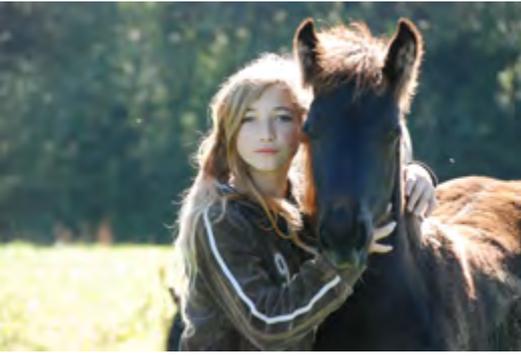
Carina's Haarstudio **Haare wie sie sein sollen.**

Eure Carina

Wir sind für Sie da:
Mo, Di, Fr 9-18 Uhr
Mi 9-13 Uhr, Do 11-20 Uhr

Termine unter 08073 - 734 98 45 oder
Online: www.carinas-haarstudio.de

Inh. Carina Köck, Marktplatz 18, 83536 Gars am Inn



Im Umgang mit dem Pferd schulen Kinder ihre motorischen Fähigkeiten

entspannt einfühlen, denn dies ist Voraussetzung für eine feine Hilfengebung. Gerne begleiten wir auch Menschen mit Unsicherheiten, Angst oder körperlichen Schwierigkeiten dabei, das Vertrauen zu sich und dem Pferd (wieder) aufzubauen und zu vertiefen.

Gymnastizierung des Pferdes

Natürlich liegt uns auch die Gesundheit unseres Partners Pferd am Herzen. Bei der Ausbildung achten wir darauf, die Tiere so zu gymnastizieren, dass sie ihre eigene körperliche und mentale Balance finden. Ein gut bemuskeltes und entspanntes Pferd wird seinen Reiter bis ins hohe Alter unbeschadet tragen können.

Reitpädagogik für Kinder

Das Angebot richtet sich an Kinder und Jugendliche ohne und mit Förderbedarf ab 7 Jahren. Unser Konzept beruht auf einem ganzheitlichen, kreativen und vielseitig gestalteten Unterricht, in dem nicht nur die motorischen Fähigkeiten, sondern auch das Wissen im Umgang mit dem

Pferd gefördert werden. Die Unterrichtseinheiten werden von erfahrenen Reitpädagogen begleitet und finden in kleinen Gruppen oder Einzelstunden statt.

Erfahrenes Team

Wir sind ein erfahrenes und sehr engagiertes Team von Reitausbildern mit unterschiedlichen Schwerpunkten: Reitpädagogik, VFD Wanderreitführer, Trainer C, Centered Riding, französisch-iberische Bodenarbeit und Reitunterricht. Unsere Erfahrungen aus den Bereichen Yogatherapie, Qi Gong und Energiearbeit für Pferde lassen wir in den Unterricht mit einfließen.

Fellponys sind ideale Partner

Bei unserer Arbeit unterstützen uns unsere Fellponys, die wir seit Jahren selber züchten und ausbilden. Ihr ausgeglichener Charakter und ihre Lernwilligkeit machen sie zu idealen Partnern. Aufgewachsen zum Teil noch halbwild im Norden Englands, geben sie durch ihre Größe und Trittsicherheit gerade Anfängern und älteren Erwachsenen ein sicheres Sitzgefühl.

Pferde und Umweltschutz

In der Pferdehaltung gibt es viel Potential für den Natur- und Klimaschutz. Wir wollen uns dieser Verantwortung stellen und sind dabei, zusätzliche Lebensräume für die Artenvielfalt zu schaffen – beispielsweise durch Pflanzung von Bäumen, Hecken und Blühstreifen. Auch die Nachhaltigkeit in der Pferdeausrüstung ist uns ein Anliegen. Dazu sind



Ausgeglichener Charakter und Lernwilligkeit machen die Fellponys zu idealen Partnern für die Arbeit am Linnenhof

verschiedene Projekte in Planung. Jeder kann etwas tun! Deshalb wird es am 28. September eine Wanderung mit Pferden unter dem Motto »clean the planet« geben.

Angebot in der Übersicht:

- Kurse für Körperarbeit in Kombination mit Handarbeit, Longieren und Reiten
- Individueller Reitunterricht in Einzelstunden mit eigenem Pferd oder Schulpferd
- Körperarbeit mit und ohne Pferd (Yoga, Qi Gong, Pilates)
- Vorträge/Seminare zu Themen wie Fütterung, alternative Heilmethoden etc.
- Waldspaziergang geführt auf dem Pferd (auch für Anfänger, ängstliche Menschen)
- Kreative Kurse (Drucktechnik, Arbeiten mit Wolle)

Neben einer hellen Reithalle (20 x 40 m), Offenställen und Paddockboxen stehen für Seminare unser Stüberl mit einem böhmischen Gewölbe sowie ein idyllischer Innenhof zur Verfügung.

Text & Fotos: Linnenhof Annette Richter