

Presseinformation

Eva Maria Sülzle

Warm-up and Cool-down

Pferde optimal trainieren

Runde um Runde reiten mit einem Pferd, das einfach nicht locker werden will und seinen Rücken festhält bringt weder uns, noch unserem Pferd Spaß. Das muss aber nicht sein: Dieses Buch zeigt verschiedene Lösungsmöglichkeiten, die dem Pferd helfen, die nötige Rückentätigkeit und Losgelassenheit zu entwickeln, um das Reitergewicht besser tragen zu können. Dabei, und das ist neu, richtet sich das Augenmerk auf die Prozesse des Körpers, die innerhalb der Aufwärm- und Abwärmphase ablaufen. Neben der verbesserten physischen Leistungsfähigkeit steigt auch die Motivation unseres Pferdes. Wie kann das gehen? Ganz einfach: im Wohlfühltempo. Wie eine Aufwärmphase im Wohlfühltempo aussieht und warum der Reiter nicht sofort aufsteigen sollte, beschreibt Eva Sülzle in ihrem Buch ausführlich. Sie gibt Hinweise und Tipps, wie die Leistungsfähigkeit und Gesundheit des Pferdes nachhaltig verbessert werden können. Dabei ist die Regenerationsphase nicht zu vergessen, um das Pferd vor Muskelkater und Rückenschmerzen zu schützen. Es liegt an uns, die Freude an der Zusammenarbeit zu erhalten. Dafür muss man kein Profi sein. Alle Übungen sind verständlich erklärt und von jedermann umsetzbar.

Aus dem Inhalt:

- Warm muss man systematisch auf- und abwärmen
- Was ist gutes Training? Und was nicht?
- Woran erkenne ich die Rückentätigkeit und Losegelassenheit beim Pferd
- Wie steigern ich die Motivation und Lernbereitschaft

Über die Autorin:

Eva Maria Sülzle lebt zusammen mit ihrer kleinen Familie am Rande des Sauerlandes in Nordrhein-Westfalen. Im Frühjahr 2013 beendete sie das Sportstudium. Bereits im Hörsaal fragte sie sich aber immer wieder, warum Reitpferde nicht wie „echte“ Sportler behandelt werden. Auf der Suche nach einer systematischen Trainingslehre für Pferde bildete sie sich neben dem Studium fort und absolvierte 2009 die Pferdetherapieprüfung am Deutschen Institut für Pferdeosteopathie (DIPO) als auch den Trainerschein B an der Westfälischen Reit- und Fahrschule Münster. Heute verknüpft sie das Wissen aus Studium und Praxis und hilft Pferden in ihrer „Rückenschule für Pferde“, die Rückentätigkeit zu verbessern.

Bibliographische Daten

Eva Maria Sülzle

Warm-up and Cool-down

80 Seiten, 17 x 24 cm, ca. 50 farbige Abbildungen, Softcover mit Klappe

ISBN: 978-3-8404-1509-8

Preis: EUR 12,95

Dieses Buch erhalten Ihre Leser besonders schnell über den Verlag:

Für Österreich: (0043) 01 982 33 44-491 oder www.avbuch.at

Für Deutschland und andere Länder: (0049) 04151 87 90 7-0 oder www.cadmos.de

CADMOS

Möllner Str. 47
21493 Schwarzenbek
Deutschland

Presse: Anke Werner
Tel.: +49 (0) 4151 87907 17
Fax: +49 (0) 4151 87907 12
Email: presse@cadmos.de
Rezensionen: presse@cadmos.de

av BUCH

Sturzgasse 1a
1141 Wien
Österreich
Presse: Martina Kiss
Tel.: +43 (0)1 982 3344-491
Fax: +43 (0) 1 982 3344-459
Email: m.kiss@avbuch.at
Rezensionen: presse@avbuch.at

