

Themenvorschläge für Vorträge und Workshops

M-H-S Sport Mental Coaching 😊

- Mental Training für Reiter als Kurzreferat oder als 1-2 Tages WS
- Saisonplanung was ist das und was gehört dazu?
- Saison Ziele für Sportler/Reiter/Pferde/Team oder Individuell/Vereine/KMU
- Vergessene Ressource Atmung bewusst einsetzen
- Umgang mit Emotionen, Stress, Angst, Lampenfieber
- Was bewirkt Stress, Druck im Hinblick auf Leistung
- Raus aus dem Teufelskreis Frustration rein in die Motivation
- Zeit Management im Sport
- Karierende planen
- Umgang mit Verletzungen
- Umgang mit Angst oder Blockaden

M-H-S Tierphysiotherapie * 🧘

- Pferde Anatomie Basis, Aufbau1 + 2, Master
- Physiologie Pferd, Wie funktionier was im Pferd
- Trainingslehre, Muskel & Konditionsaufbau
- Ursache und Wirkung von Rittigkeitsproblemen
- So bleibt ihr Pferd Fit
- Winterarbeit mal ein wenig anders
- Bodenarbeit, Stangenstunde (Praktisch)
- Gesundheitsfördernde energetische Pferdepflege für Reiter
- Das älter Pferd, und seine Bedürfnisse
- Wann rufe ich wen an? Tierarzt, THP, Physiotherapeut, Osteopath, Kinesiologie, Ernährungsberater, Psychologen, Masseur, Sattler, Hufschmied, Zahnarzt usw.