



Formació

Escoles Agràries

Biomecànica de l'equitació

Bellestar, 18,19 i 20 de juny de 2021

Presentació i objectius

Trobar el moviment comú del binomi.

Un curs on treballarem l'equitació des del coneixement de la biomecànica del cavall i del genet.

Aprendrem a compenetrar seient i posició amb el moviment real del cavall. Avui per avui genet i entrenador ens centrem bàsicament en el cavall i poc en el genet, qui sovint bloqueja els moviments naturals del cavall muntant amb una posició no correcta. Mirar l'equitació des d'una millora de la posició i de l'equilibri del genet li facilita molt al cavall el treball amb nosaltres. Aquesta manera d'entendre l'equitació ajuda a reduir lesions tant pel genet com pel cavall.

El curs està destinat a tot usuari que vulgui tenir els coneixements biomecànics suficients per una equitació sana amb el seu cavall, una millora en l'aplicació dels ajuts i posició en els tres aires independentment del seu nivell d'equitació (iniciació o avançat).

Professorat

Paula Ohlin, Instructora d'Equitació Centrada Nivell 2 i Tècnica Esportiu d'hípica Nivel 1, especialitzada en biomecànica, equilibri i posició en l'equitació. Precursora del seu concepte "Ride with feeling" amb el qual transmet una equitació i un entrenament sa i en equilibri. Consciència corporal i mental a través de la comunicació, el treball peu a terra i l'equitació conscient. És també gerent del Centre Equestre Cal Gaudí.

Realització

Lloc:

Escola Agrària del Pirineu

Calendari:

Dies 18, 19 i 20 de juny de 2021

Horari:

9:00 a 18:30 h

Durada del curs:

24 h

Inscripcions

Podeu inscriure-us-hi a l'**Escola Agrària del Pirineu**

Contacte:


Marta Belmonte, telèfon 973 352 358

a/e: marta.belmontec@gencat.cat

Cost del curs:

Dret d'inscripció: 53,50 €

Per més informació sobre les modalitats de matrícula, els drets i el període d'inscripció o el programa complet del curs podeu consultar www.ruralcat.cat

Mascareta obligatòria i declaració responsable 

La realització de les sessions presencials al calendari del curs, queda condicionada a les mesures establertes en matèria de salut pública per la COVID-19.

Més informació: agricultura.gencat.cat

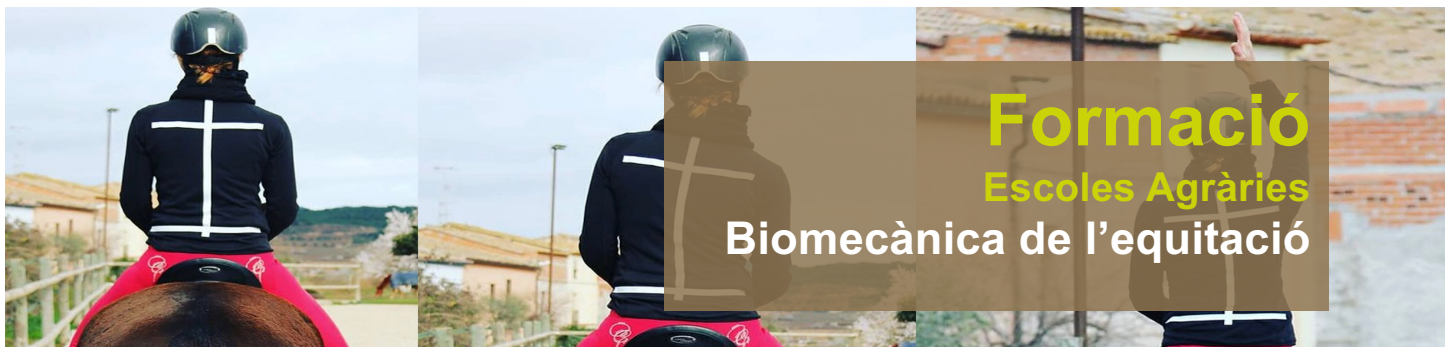


Generalitat de Catalunya
Departament d'Agricultura,
Ramaderia, Pesca i Alimentació



Fons Europeu Agrícola
de Desenvolupament Rural:
Europa inverteix en les zones rurals

Pla Anual de
formació agrària



Continguts

1. LA CADENA DE MOVIMENT DEL CAVALL I DEL GENET.
2. L'EQUILIBRI REAL DEL GENET I DEL CAVALL.
3. ESTRATÈGIES DE TREBALL PER A UNA EQUITACIÓ CONSCIENT I EFECTIVA AMB EL MOVIMENT DEL CAVALL.

Objectius

1. Entendre el moviment del cavall i com adaptar-nos.
2. Conèixer les teves asimetries i entendre com afecten al cavall.
3. Augmentar la teva consciència de quines respostes et dona el cavall.
4. Saber quan el cavall no es capaç de fer el que demanes, i quan es capaç.
5. Entendre la diferència entre tensió i to muscular.
6. Amb consciència i coherència començar a guiar el cavall.

Programa

SESSIÓ 1, dv. 18 juny

9:00 a 10:00 h Benvinguda i reunió. Presentació dels objectius curs

10:00 a 11:00 h Teoria

11:00 a 11:30 h **Café i pausa**

11:30 a 13:30 h Teoricpràctic. Exercicis de biomecànica del genet a l'exterior

13:30 a 15:00 h **Dinar**

15:00 a 15:30 h Repassar la cadena de moviment cavall i preparació classes peu a terra a l'exterior

15.30 a 18:30 h Classe 1, 2, 3 peu a terra, cavall per persona

SESSIÓ 2, ds. 19 juny

9:00 a 10:00 h Benvinguda i reunió. Teoria

10:00 a 11:00 h Teoricpràctic - Exercicis de biomecànica del genet a l'exterior

11:00 a 11:30 h **Café i pausa**

11:00 a 13:00 h Teoricpràctic

13:00 a 13:30 h Classe d'equitació 1, 4 cavalls i 4 persones

13:30 a 15:30 h **Dinar**

15:30 a 18:30 h Classe d'equitació 2 i 3, cavall per persona

SESSIÓ 3, dg. 20 juny

9:00 a 10:00 h Benvinguda i reunió. Teoria

10:00 a 11:00 h Teoricpràctic - Exercicis de biomecànica del genet a l'exterior

11:00 a 11:30 h **Café i pausa**

11:30 a 13:00 h Teoricpràctic

13:00 a 13:30 h Classe d'equitació 1, 4 cavall i 4 persones

13:30 a 15:30 h **Dinar**

15:30 a 17:30 h Classe d'equitació 2 i 3 cavall per persona

17:30 a 18:30 h Resum del curs

