

# Reiten mit Feldenkrais® und der Tellington TTouch® Methode



Daniel Schnell

Feldenkrais-Lehrer, Tellington TTouch® Lehrer

## Methodik und Philosophie

*„Selbstbewusst, ausgeglichen (körperliche und emotionale Balance) und gesund. So wünschen wir uns unsere Pferde. Technisch versiert (körperliche Koordination), einfühlsam, achtsam und klar. So wünschen wir uns ein Pferd reiten zu können“*

Um beiden Wünschen gerecht zu werden, bedeutet Reitunterricht aus meiner Sicht Balance (Gleichgewicht), Koordination und Beweglichkeit zu unterrichten. Dabei steht für mich individuelles Lernen des Menschen und des Tieres im Vordergrund. Ich verwende in meinem Unterricht Techniken und Bilder aus dem **Reiten aus der Körpermitte (nach Sally Swift)**, der **Feldenkrais-Methode (von Moshé Feldenkrais)** und ergänze dies mit der **Tellington TTouch® Methode (von Linda Tellington-Jones)**.

Die Kombination und Verbindung dieser Methoden ist für mich die schönste Form Reiten zu lehren und das Pferd in seiner Balance und Beweglichkeit zu unterstützen und weiterzuentwickeln. Es unterstützt gymnastizierendes Reiten in allen Reitarten, Reitstilen und auf allen Niveaus, denn im Vordergrund steht das Erlernen und Weiterentwickeln des eigenen Bewegungsgefühls und der Bewegungsqualität. Der Respekt gegenüber dem Pferd und dessen Anerkennung als lebendiges und fühlendes Wesen, sind für mich sehr entscheidende Bedingungen im Reitunterricht, in der Arbeit und Umgang mit dem Pferd.

## Mögliche Kurs-Themen und Inhalte:

- Sitzschulung
- klassische Arbeit an der Hand
- Longieren, Doppellonge, Langzügel
- Tellington TTouch® Methode: Körperarbeit, Bodenarbeit und Reiten (Balancezügel, Halsring usw.)
- Feldenkrais für Pferde (Körperarbeit)
- Feldenkrais für Reiter
- Anatomie und Biomechanik beim Pferd und Reiter
- Sattelbeurteilung
- Einführungsvorträge oder -abende zum Thema Tellington® TTouch und/oder Feldenkrais und Reiten
- Verladetraining
- Training mit schwierigen Pferden
- etc.

## Teilnahmebedingungen und Rahmenbedingungen

Die Rahmenbedingung können in bestimmten Teilen individuell an die Veranstaltung angepasst werden und auch Kursteile und ganze Kurse flexibel miteinander kombiniert werden.

### **Reitkurse:**

- **Es besteht Helmpflicht für alle Reiter\*innen!**
- max. 8 Teilnehmer+ bei 2 Kurstagen;
- Die Kursteilnahme ist für Jugendliche (ab 16 J) und Erwachsene möglich.
- Jeder Teilnehmer hat pro Kurstag 2 Reit- bzw. Pferdeeinheiten
- Einzelstunde 30 min. / Gruppe 60 min.
- Reitplatz oder Halle
- 9 Stangen o.ä., Hütchen usw. (oder nach Absprache und Kursthemen)
- Räumlichkeiten für Vortrag bzw. Theorieunterricht (falls vorhanden)
- **Empfehlung:** ein gemeinsamer Kursbeginn und ein gemeinsames Kursende für alle!
- **Zuschauer:** ab einem halben Tag = 20 €  
Zuschauer / Tag = 50 €  
(in Absprache besteht die Möglichkeit auch kostenlos zuzuschauen!)
- Es sind keine besonderen Vorkenntnisse aus der Centered-Riding-Methode (Reiten aus der Körpermitte), Feldenkrais-Methode Tellington TTouch® Methode notwendig.

### **Tellington TTouch® Kurse:**

- 12 Teilnehmer\*innen
- Die Kursteilnahme ist für Jugendliche (ab 16 J) und Erwachsene möglich.
- Kursschwerpunkte sind:
  - o Tellington TTouch® und Bodenarbeit im Lernparcours
  - o Bei 2Tageskursen kann auch geritten werden, z.B. Halsring
- Jeder Teilnehmer hat pro Kurstag 2 Pferdeeinheiten
- Reitplatz oder Halle
- 12 Stangen o.ä., Hütchen usw. (oder nach Absprache und Kursthemen)
- Räumlichkeiten für Vortrag bzw. Theorieunterricht (falls vorhanden)
- **Zuschauer:** ab einem halben Tag = 20 €  
Zuschauer / Tag = 50 €  
(in Absprache besteht die Möglichkeit auch kostenlos zuzuschauen!)
- Es sind keine besonderen Vorkenntnisse aus der Tellington TTouch®-Methode notwendig.

### **Feldenkrais-Kurse:**

- 20 Teilnehmer\*innen
- Die Kursteilnahme ist für Jugendliche (ab 16 J) und Erwachsene (auch für nicht-Reiter) möglich
- Raummindestgröße für 4 Personen, liegend auf einer Yoga- oder Isomatte; zusätzlich sollten sich die Personen etwas auf dem Boden bewegen können (Armeausstrecken etc.)
- Es sind keine besonderen Vorkenntnisse aus der Feldenkrais Methode notwendig.

### **Seminare und Vorträge:**

Mögliche Themen sind:

- Anatomie, Biomechanik und Biotensegrität
  - o z.B. Biegung und Stellung, Tragkraft und Vorwärts-Abwärts im Pferdetraining, Trageerschöpfung ...
- Sättel, Gebisse, etc.
- Feines Reiten mit Feinen Hilfen; welche Möglichkeiten bieten die Tellington, Feldenkrais und Centered Riding Methode
- Etc.

Für die Vorträge oder Seminare sollte ein entsprechender Raum zur Verfügung stehen.

**Kurshonorar: 880 € / Tag zusätzlich Kost, Logis und Fahrtkosten**

**Kursleitung: Daniel Schnell**

Dipl. Soz. Päd. (BA), Tierverhaltenstherapeut (ATN), Tellington TTouch® Lehrer und Instructor (zert. von Linda Tellington - Jones PhD (H)), FELDENKRAIS® Practitioner FVD (zertifiziert)

Anschrift: Luppmanns 2, 88279 Amtzell

Mobil: 0160/7202840

Mail: [info@luppmanns.de](mailto:info@luppmanns.de)

Home: [www.luppmanns.de](http://www.luppmanns.de)

Für jegliche Wünsche und Anregungen zu Kursinhalten und/oder Fragen zu den Rahmenbedingen (z.B. Ausstattung, Ausschreibung, Zuschauer etc. bin ich offen und helfe gerne weiter.