



Mentales Reiten | KINETIC MIND COACHING

Online Seminar und Fortbildung für Sport- und Freizeitreiter/-innen, Reitlehrer/-innen und Ausbilder/-innen

mit Marion Hoffmann und Karin Müller

Kostenbeitrag: 315,-€ inkl. Teilnahmezertifikat

Dauer: 3 Monate

14 tägige Zusendung der Arbeitsmaterialien & Videos, persönliche Betreuung durch die Dozentinnen

Zielgruppe: Sport- und Freizeitreiter/-innen, Reitlehrer/-innen und Ausbilder/-innen, Kinesiologen/-innen und Interessierte
Teilnahmevoraussetzung ist ein Mindestalter von 17 Jahren

„Als Ausbilderin mit 25-jähriger Unterrichtserfahrung bin ich schon immer etwas „andere“ Wege gegangen - ich gehe den Dingen auf den Grund und versuche, auf ganz individuelle Art und Weise die Ursachen zu beseitigen und nicht nur die Symptome zu mildern. Der Dank waren immer sehr motivierte, freudig mitarbeitende (Sport- und Freizeit-)Pferde wie auch sehr zufriedene und glückliche Reiter. Bereits in den 90er Jahren habe ich begonnen, mentales Training erfolgreich in meinen Unterricht zu integrieren; auch kinesiologische Übungen waren Bestandteil meiner Arbeit. Der Kurs bei Marion Hoffmann hat mir allerdings nochmals neue Möglichkeiten eröffnet - mit verblüffendem Erfolg! Durch kinesiologische Übungen

Diese Seminarunterlagen sind ausschließlich für den privaten Gebrauch bestimmt.
Vervielfältigung, Weitergabe an Dritte und Veröffentlichung sind nicht gestattet.

©Karin Müller, Kösterweg 10, 30938 Burgwedel-Wettmar ©Marion Hoffmann, Schafstallweg 26, 29336 Nienhagen

gezielt umprogrammieren zu können und beides zu verbinden, bringt meinen Reitern nicht nur als Reiter sehr viel. Etliche Reiter berichten mir, dass sie im Alltag ganz „anders“ sind und sie diese Veränderungen für sich sehr positiv wahrnehmen. Sind es doch oft die Alltagsorgen, Probleme und oft auch persönliche Altlasten (die im Laufe des Lebens nun mal entstehen), die fast jeder mit in den Stall und damit aufs Pferd nimmt. Dass die Pferde diese Dinge spiegeln und letztendlich nur reagieren, wird vielen Pferdebesitzern nach unserem Coaching noch mehr bewusst."

Alexandra Paffhausen, Reitlehrerin

Hintergrund

Kinesiologie, die Lehre von der Bewegung, hat sich im Bereich des Sports schon seit langem einen Namen gemacht.

Neurowissenschaftliche Vorgänge und Erkenntnisse aus der Stressforschung liefern ein Verständnis darüber, wie körperliche und psychische Funktionen, durch das was wir denken und fühlen, sowohl positiv als auch negativ beeinflusst werden.

Die Kinesiologie zeigt Techniken und Wege auf, die blockierende Einstellungen und körperlich verankerte Blockaden, negative Einstellungen und Ängste lösen können.

Entsteht im Inneren ein kraftvolles Bild, werden sich Leistung, Wahrnehmung und Konzentrationsvermögen steigern, persönliche Ziele werden greifbarer, das Selbstbewusstsein steigt. Beste Voraussetzungen für Erfolg und Freude mit dem Partner Pferd.

Die Erfahrungen und Beobachtungen im Coaching von Reitern und Reiterinnen haben diesem System eine eigene Richtung gegeben. In der gemeinsamen Weiterentwicklung mit Karin Müller, Psychotherapeutin (HeilprG), Tierdolmetscherin und Autorin zahlreicher Tierratgeber (Was uns Pferde sagen; Wie Pferde ihre Menschen spiegeln; Der sechste Sinn ...) ist daraus die Kinetic Mind Coaching Methode entstanden und im Oktober 2015 mit dem ersten Durchgang des Online Kurses an den Start gegangen.

Sämtliche Seminarthemen sind so aufeinander aufgebaut, dass das Gehirn genügend Zeit, Aufgaben und Wiederholungen bekommt und so die Inhalte optimal verarbeiten und verankern kann.

Die Inhalte werden dich zu einem besseren Verständnis über die Zusammenhänge gegenwärtiger Probleme, alter Erfahrungen oder Stressoren in deiner gesamten Biographie führen. Du erhältst Kenntnisse darüber wie du auch alten, noch immer blockierenden Ereignissen den Stress nehmen kannst.

Am Ende wirst du mental freier und ausgeglichener sein und immer wieder auch leichter in diesen Zustand zurückfinden. Du wirst erfahren wie Visionen und positive innere Bilder das Gehirn und den Menschen formen. Positive innere Bilder besitzen eine Halt und Orientierung bietende, Ordnung stiftende und bewahrende Kraft. Wenn

deine inneren Bilder dich aber in eine Sackgasse führen oder in Selbstzweifeln münden, hilft nur, das Bild in Frage zu stellen und die neuronalen und synaptischen Verhaltensmuster neu zu ordnen. Das Unterbewusstsein kann nicht unterscheiden zwischen dem real Erlebten oder den inneren Vorstellungen, so dass uns reale Lernerfahrungen und innere Bilder gleichermaßen öffnen und erweitern oder uns eng und unbeweglich werden lassen. Du wirst lernen solche Bilder zu verändern.

Unter Anwendung von Kinesiologie, Emotionalen Stressreduktionstechniken und Neuro-Imaginativem Gestalten wird eine neue Verarbeitung von Sinneseindrücken und Gefühlen angeregt. Ein bewusster Umgang mit inneren Bildern kann deine Haltung ändern, lässt dich entspannter werden, freundlicher agieren und eigenverantwortlich handeln.

Zudem wirst du auch körperliche Verspannungen lösen und erfahren, wie du deinen persönlichen Zielen mit deinem Pferd immer näher kommst.



Seminarthemen

- Theoretische Kenntnisse über die Funktionen des Gehirns und Möglichkeiten der „Umprogrammierung“ beschränkender Glaubenssätze, blockierender Einstellungen und körperlich verankerter Blockaden
- Stressreduktionstechniken und Möglichkeiten der Steigerung von Leistung, Wahrnehmungs- und Konzentrationsvermögen
- Visualisierungsübungen, Kraft der inneren Bilder, wie kommt der Gedanke zum Pferd
- Umgang mit Ängsten oder verängstigenden Einstellungen, Selbstzweifeln, negativen Gedanken und Verspannungen
- Umgang mit Leistungsdruck, Stress, Nervosität, Lampenfieber
- Resonanz und Spiegelphänomene
- Entwicklung von Selbstbewusstsein und -vertrauen, Gelassenheit, innere Ruhe und mentale Kraft
- Life Balance – Wenn es mir gut geht, dann auch meinem Pferd. (Die Maslowsche Bedürfnishierarchie)
- GFK (Gewaltfreie Kommunikation) mit Pferden
- Persönlich definierte Ziele, Zielentwicklung, Visionen finden, Ziele erreichen ohne Stress
- Praktische Übungen

So geht´s:

Nach deiner verbindlichen Anmeldung per Email und Überweisung der Kursgebühr in Höhe von 315,-€, erhältst du nun über einen Zeitraum von 3 Monaten 14tägig Online – Arbeitsunterlagen zugesandt. Diese enthalten neben theoretischen Hintergründen und praktischen Anleitungen, Aufgaben und einen täglichen Trainingsplan. Während der Laufzeit des Kurses kannst du uns telefonisch oder per Mail kontaktieren und eventuelle Unklarheiten oder Probleme besprechen. Nach dem letzten Modul erhältst du einen Fragebogen, der die theoretisch vermittelten Inhalte abfragt und dich um die Beschreibung einer praktischen Anwendung durch dich bittet. Danach erhältst du auf dem Postweg ein Teilnahmezertifikat.

Für die Bearbeitung der Unterlagen solltest du an 5 Tagen die Woche ca. 45 Minuten tägliche Lernzeit einplanen, das sind über die gesamte Zeit 70 Unterrichtsstunden.

Der Einstieg ist jeweils zum Quartal möglich. Sollten wir unserer Verpflichtung nicht nachkommen, wird dir die Kursgebühr erstattet.

Kontoverbindung

Marion Hoffmann,
Volksbank Südheide,
IBAN: DE80 2579 1635 0200 9153 01
BIC: GENODEF1HMN

Teilnahmevoraussetzung

Du solltest mindestens 17 Jahre alt sein und dir vorab Gedanken über deine Haltung machen. Die meisten Menschen sind geneigt bei auftretenden Problemen zunächst einmal die Schuldfrage zu klären. Und die lässt sich dann in der Regel leicht beim Anderen dingfest machen. Das trifft auch nicht nur auf die Beziehung Mensch – Pferd zu. Am meisten wirst du von den Kursinhalten profitieren, wenn du diese Haltung mal probierst an den Nagel hängst und wirklich nur deinen Anteil betrachtest. Vermutlich wirst du staunen, wie die Dinge dann in Fluss kommen.

Die technischen Voraussetzungen sind ein PC und PC Grundlagen Kenntnisse, ein Internetzugang und ggf. ein Drucker.

Wir arbeiten mit MP3, MP4, und PDF.

Um die Inhalte auch praktisch umsetzen zu können, solltest du einen persönlichen Bezug zu einem Pferd haben. Eigenes Pferd, Pflegepferd oder Reitbeteiligung.

Und warum überhaupt ein Online Kurs?

Ganz einfach. Zunächst einmal weil wir diesen Kurs wichtig finden.

Seit 20 Jahren sind wir, Karin und ich als Kursleiterinnen tätig und bieten Kurse zu Themen wie Kinesiologie und ganzheitliche Gehirnfunktionen, emotionale Stressreduktion oder systemische Zusammenhänge, Tierkommunikation, Heilzeit, wie Tiere ihre Menschen spiegeln und Selbsterfahrung, an. Manchmal auch für Pferdemenschen.

Nach den Kursen können sich die Teilnehmer/-innen meist nur schwer lösen und auf den Heimweg begeben. Man hat zwei oder drei Tage zusammen verbracht, ist sich näher gekommen und findet sich nett. Es ist dann noch dies auszutauschen und das, das Büfett wird ein letztes Mal inspiziert und erst nach einem freundlichen Rauswurf machen sich die Kursteilnehmer/innen auf den Weg (oft noch gemeinsam in den nächsten Biergarten).

Nicht so die Pferdemenschen. Ab der Mittagspause rutschen sie unruhig auf ihren Stühlen herum und fragen im halbe Stunden Takt nach, ob wir denn auch wirklich pünktlich fertig werden. Das Pferd ist noch zu bewegen oder ein Stalldienst muss übernommen, eventuell auch noch ein Termin mit dem Tierarzt wahrgenommen werden und schon gestern hustete Max so komisch. Pferdemenschen haben ein sehr, sehr zeitaufwendiges Hobby und es ist nicht leicht, sich für zwei oder drei Tage aus dem Geschehen zu ziehen. Häufig investieren sie darüber hinaus wenig Geld in das eigene Fortkommen. Pferde sind riesige Sparsbüchsen und jeder übrige Cent wird hineingesteckt. Sie kosten quasi immer noch mal irgendwas extra.

Deshalb dieser Kurs.

Und nun wünschen wir dir viel Spaß dabei ...

Karin & Marion

