

Das ABC im Sattel

9 Vereinbarungen mit Deinem Pferd,
damit Lektionen leicht gelingen



SMART  reiten.de

9 Vereinbarungen mit Deinem Pferd,
damit Lektionen leicht gelingen!

DAS VIDEOSMINAR ZUM BUCH

Das ABC im Sattel
#1-#9 Vereinbarungen

DIE REISE BEGINNT

Mit diesem 9 „Buchstaben“ umfassenden ABC verstehst Du Dich blind mit Deinem Pferd, sodass Du im Sattel mit feinsten Signalen auskommst – und Dein Pferd tanzt wie von Zauberhand geführt.

– Programm-Fahrplan –



© s.1996 **SMARTreiten**® by Tuuli

– Programm-Fahrplan –

Die Reise beginnt

Dieses Trainings-Programm **mit über 9 h Videoanleitung** zum Nachreiten geleitet Dich zu einer gemeinsamen Sprache mit Deinem Pferd, sodass Dir jegliche Übungen und Lektionen im Sattel mühelos mit unsichtbaren Hilfen gelingen.

Dieses Programm für Leichtigkeit in Deinem Reiten umfasst 5 Module und mehrere BONUS-Zugaben. Auf diese Inhalte kannst Du Dich freuen:

• **BONUS vorab: Dein Kopfkino im Griff!**

(Für alle Teilnehmer: Standard, Premium, VIP)

Dieser BONUS wird direkt zu Beginn unserer Reise für Dich freigeschaltet.

Du kannst auf alle freigeschalteten Folgen weiterhin zugreifen.



SMART **Reiten** 9 Vereinbarungen mit Deinem Pferd, damit Lektionen leicht gelingen!
DAS VIDOSEMINAR ZUM BUCH

Das ABC im Sattel
BONUS: Kopfkino im Griff
ERFOLGSFÖRDERLICHE EINSTELLUNG

24 Min. Laufzeit

6-Punkte-Anleitung:

- Wie Du Dein Kopfkino in den Griff bekommst und hinderliche innere Überzeugungen für immer ablegst.
- Schluss mit jeglicher Selbstsabotage!
- Wie Du zu einer erfolgsförderlichen inneren Einstellung gelangst und Dein Ziel mit Deinem Pferd erreichst.



SMART **Reiten** 9 Vereinbarungen mit Deinem Pferd, damit Lektionen leicht gelingen!
DAS VIDOSEMINAR ZUM BUCH

Das ABC im Sattel
BONUS: Meditation
NUTZE DIE KRAFT DEINER GEDANKEN

Video & Audio, je 11,5 Min.

Geführte Ziel-Meditation – Nutze die Kraft Deiner Gedanken!

- Hab Mut zu großen Zielen!
- Lass Deine Gedanken in die Zukunft eilen, um Dir das zu holen, dessen Inhaltes sie sind!
- Mach diese Meditation zu Deinem täglichen Begleiter im Reitalltag.

• **MODUL I: Das ABC im Sattel in Theorie & Praxis**

(Für alle Teilnehmer: Standard, Premium, VIP)

Dieser Teil ist in 3 Parts aufgeteilt und wird an 3 Tagen in Folge freigeschaltet.



Deine Hilfen und Deine Botschaft:

- Die Endversion vor Augen:
So soll der jeweilige Buchstabe #1 - #9 geritten aussehen.
- Diese Hilfen gibst Du, um Deinem Pferd Deine „Botschaft“ mitzuteilen.
- Im Unterricht: So erklärst Du Deinem Pferd die Buchstaben des ABCs.

• **MODUL II: Das ABC im Sattel auf „Pferdisch“ erklärt – Damit packst Du jedes Problem an seiner Wurzel!**

(Für Premium- und VIP-Teilnehmer)

Dieser Teil erscheint am 4. Tag des Programms für Dich im Mitgliederbereich.



BONUS:

Tuulis T.E.A.M.-Trainingsformat

- Schule und trainiere Dein Pferd liebevoll konsequent – mit Tuulis T.E.A.M.-Trainingsformat ist das ein Kinderspiel!
- So lenkst Du den Eifer Deines Pferdes in die richtige Bahn und motivierst es.

Deine Hilfen verdeutlicht:

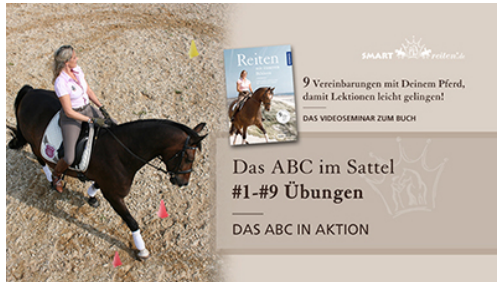
- Schau Tuuli über die Schulter: So eskalierst Du Deine Hilfen, damit Dein Pferd Dich auf Antrieb versteht.
- Ein klares Eskalationsset für jeden Buchstaben: Vorschlag → Bitte → Anordnung → Versprechen → Lob & neue Chance!



• **MODUL III: Das ABC im Sattel in Aktion:
Übungen zum 1:1-Nachreiten mit Deinem Pferd!**

(Für Premium- und VIP-Teilnehmer)

Zu diesem Teil erhältst Du am 5. Tag des Programms Zugang im Mitgliederbereich.



9 Videos, 1 Std. Laufzeit

Die Basis solide sichern!

- Übe jeden Buchstaben sicher ein, dabei helfen Dir diese 9 Übungen.
- Setze die Buchstaben Eures ABCs mit Hilfe dieser Übungen zu Worten zusammen, wie Schenkelweichen, Traversale oder Pirouette.
- Löse Problemen in Lektionen effektiv mit diesen Übungen!



19,5 Min. Laufzeit

BONUS: DressurCoach-Übung „Der Schlüssel“

- In dieser Übung setzt Du alle 9 Buchstaben zu einem wertvollen Ablauf zusammen.
- Wie jede DressurCoach-Übung reitet Tuuli sie Dir auf verschiedenen Leveln vor, sodass für jeden Könnensstand etwas dabei ist – und Du zugleich den nächsten Ausbildungsschritt erkennst.

• **MODUL IV: Das ABC angewandt in der I.F.I.-Formel:
Lektionen sinnig verbessern!**

(Für Premium- und VIP-Teilnehmer)

Dieser Teil erscheint für Dich am 6. Tag des Programms im Mitgliederbereich.

Hakt es in einer Lektion oder Übung? Dann finde den „Engpass-Buchstaben“, **I**.soliere ihn, **F**.okussiere ihn und **I**ntegriere

anschließend wieder in die Gesamtlektion oder -übung. So verbesserst Du diese auf sinnvolle Art und Weise, statt sie stupide „einzupauken“. 5 verschiedene Reiter-Pferd-Paare zeigen Dir praktische Handlungsanweisungen zum Nachmachen für diese 5 Herausforderungen:



23,5 Min. Laufzeit

1 – Reelle Dehnungshaltung

- Erkläre Deinem Pferd den Weg in die Tiefe, sodass es das Gebiss sucht und sich korrekt an Deine Hand heran dehnt. Nur dann kann es seine Muskulatur optimal einsetzen und bleibt auf Dauer gesund.
- Engpass-Elemente:
 - #7 – Die Genicklockerheit und
 - #8 – Die Silhouette.



25 Min. Laufzeit

2 – Wirklich runde Zirkel

- Hindere Dein Pferd daran, aus dem Zirkel auszubrechen, und lehre es, ihn wirklich kreisrund zu laufen.
- Engpass-Elemente:
 - #2 – Das „Hooo ...“,
 - #5 – Die Vorhandposition und
 - #9 – Der Rahmen.



14 Min. Laufzeit

3 – Flüssiges Schenkelweichen

- Schenkelweichen mobilisiert – korrekt ausgeführt – Hüfte und Becken und damit auch Hinterhand und Rücken Deines Pferdes. Lehre es dehsalb, nicht zu schummeln, sondern das Vorwärts-Seitwärts richtig anzunehmen.
- Engpass-Element:
 - #6 – Die Hinterhandposition.



19,5 Min. Laufzeit



18 Min. Laufzeit

4 – Lockere fliegende Wechsel

- Gerade, wenn Dein Pferd sich gern anbietet, fordere ihm nicht zu viel ab, sonst ist Hektik vorprogrammiert. Mit dem hier vorgestellten Prinzip bringst Du Gelassenheit und Zuhören in jede Lektion – wie den Fliegenden.
- Engpass-Element:
#2 – Das „Hooo ...“.

5 – Fließende Traversalen

- Biegende Seitengänge – im Fluss geritten – machen Dein Pferd besonders geschmeidig. Bring deshalb ausreichend Vorwärts in dieses versammelte Seitwärts!
- Engpass-Element:
#3 – Der „Go!“.

• MODUL V: Das ABC in Frage & Antwort – Konkrete Problemlösungen in der Praxis

(Für Premium- und VIP-Teilnehmer)

Dieser Teil erscheint für Dich schon am 1. Tag des Programms im Mitgliederbereich.

Du stößt mit Deinem Pferd auf ein Problem? Damit bist Du ganz sicher nicht allein: Tuuli hat zu den Fragen der bisherigen Seminarteilnehmer per Videopost erklärt, wie Du diese Herausforderungen ganz konkret löst: anschaulich erläutert und vorgeritten. Damit bekommst Du wertvolle Lösungsansätze direkt zum Nachreiten an die Hand!

• Zum Nachschlagen – Die 9 Buchstaben auf einen Blick

(Für Premium- und VIP-Teilnehmer)

Unter diesem Menüpunkt findest Du ab dem 6. Tag des Programms alle Videos zu jedem Buchstaben auf einer Seite zusammen gefasst, sodass Du sehr gezielt nachschlagen kannst, wie die Endversion geritten aussieht, welche Hilfen Du gibst, wie Du Deine Botschaft für Dein Pferd verdeutlichst, welche Übungen Dir helfen und wie Du diesen Buchstaben mittels der I.F.I.-Formel isoliert verbessern kannst.

– Buch und Pre-Training –

Reisevorbereitungen, bevor es los geht ...



Dieses Trainings-Programm beleuchtet sehr detailliert das sechste Kapitel meines bei Kosmos erschienenen Buches **„Reiten mit inneren Bildern – Lektionen verbessern mit mentaler Stärke“**.

In diesem Werk kannst Du das Wichtigste nachschlagen und findest darüber hinaus viele Ideen, Tipps und Gedankenbilder, um die Buchstaben des ABCs zu Worten, sprich: zu Lektionen wie Schulterherein oder Kurzkehrt, zusammenzusetzen.

Damit Du optimal für unsere gemeinsame Reise durch dieses Kapitel vorbereitet bist, schau Dir bitte auch das Pre-Training zu diesem Seminar an:



„Die 3 teuersten Fehler, die feines Reiten verhindern & wie Du sie vermeidest.“

Für dieses Vorbereitungs-Training bist Du vom ersten Tag dieses Programms freigeschaltet. Falls Du es noch nicht angesehen hast, hol das bitte nach, denn es beinhaltet wertvolle Informationen und Anleitungen für Dich!

Und nun wünsche ich Dir eine lehrreiche Reise voller Freude mit Deinem Pferd!

– Bereit? Dann lass uns starten! –

