



**RATSUTALLI
UUSMATTILA**
Tallitie 18
15560 Nastola

Sunnuntaina
14.1.2018 Klo 16-19

SUSKI SUOMELA

Mind Riders® -kurssi

TIETOISELLA LÄSNÄOLOLLA TULOOKSIIN

- Haluatko lisää varmuutta, itsetuntemusta ja rohkeutta?
- Miten ajatuksemme, tunteemme ja mielialamme vaikuttavat hevoseen?
- Miten stressi tai kiire vaikuttaa hevosen kanssa toimimiseen?
- Miten hallitsen omaa jännittämistäni tai pelkoa eri tilanteissa?

Mind Riders® -kurssilla opit ymmärtämään kuinka mielialasi vaikuttaa yhteistyöhön hevosen kanssa. Saat konkreettisia käytännön eväitä varmuuden ja itsetuntemuksen kasvattamiseen sekä mielen ja stressitason hallintaan eri tilanteissa. Luennon painotus voidaan tehdä osallistujien etukäteistoiveiden mukaisesti keskittyen esimerkiksi kisajännitykseen, pelkoon tai stressinhallintaan.

Kurssi sopii kaikille hevosharrastajille, olitpa sitten aivan vasta-alkaja, uudelleen aloittanut ratsastaja tai pitkälle edistynyt kilparatsastaja, sillä sisältö räätälöidään osallistujien tason ja tavoitteiden mukaiseksi. Paikkoja rajoitetusti/ ilm.jestyksessä

Luento
40 €
/hlö

Nastolan
Urheilurat
sastajat

30 €

SUSKI SUOMELA

Mind Riders® -kurssin pitää Master-ratsastuksenopettaja ja MB Master Life Coach -valmentaja Suski Suomela.

Ilmoittautumiset:
Ilmoittautumislomake www.naura.fi



**Sitovat
ilmoittautumiset
viimeistään
2.1.2018**