

Neurozentriert besser reiten mit Michaela Kronenberger

Zahlen, Daten, Fakten zu einem Workshop mit Michaela Kronenberger als Referentin zum Thema

Neuroathletik für Reiter auf Ihrer Reitanlage

Was ist Neuroathletik und warum sollten Sie einen Workshop veranstalten?

Neuroathletik Training für Reiter basiert auf den neuesten Erkenntnissen der Neurowissenschaften. Es optimiert die zentralen motorischen Steuerungsprozesse und verbessert gezielt Gehirn, Nervensystem, Koordination, Propriozeption, Balance, visuelles System, kognitive Verarbeitung und mentale Prozesse beim Reiten.

Neurozentriertes Training nutzt neurowissenschaftlich fundierte Prinzipien der Gehirn- und Bewegungssteuerung, um die Interaktion zwischen Reiter und Pferd zu präzisieren, das Gleichgewicht zu stabilisieren und eine feinere Hilfengebung zu ermöglichen.

Neuroathletik für Reiter ist essenziell, sobald schnellere Ergebnisse gewollt sind oder noch keine Lösung für fehlerhafte Bewegungsmuster in der Ansteuerung der Sitzstabilität, Körperkontrolle und Leistungsfähigkeit gefunden wurde.



1-2 Tage Workshop Neuroathletik für Reiter

Ein intensiver Praxisworkshop zur gezielten Verbesserung von Bewegungssteuerung, Stabilität und mentaler Belastbarkeit im Reitsport.
Entdecken Sie, wie neurozentriertes Training Ihren Sitz, Ihre Koordination und Ihre Wettkampfleistung nachhaltig optimiert.

Inhalt und Ziel

Der Workshop vertieft die neuroathletischen Grundlagen und fokussiert auf individuelle Umsetzung. Sie lernen, wie das Nervensystem Bewegung steuert und wie Sie durch gezielte Reizverarbeitung Ihre reiterliche Performance steigern können. Neuroathletik wird nicht nur erklärt, sondern praktisch angewendet, analysiert und auf die typischen Reiterprobleme angepasst. Der Workshop ist prozessorientiert, trainingsnah und praxisorientiert gestaltet.

Dauer Workshop: Ab 6 Stunden (max. 12 Std. inkl. Pausen)

Zielgruppe

- Leistungsorientierte Reiter, Turnierreiter, Kaderreiter
- Interessierte und ambitionierte Freizeitreiter
- Trainer und Ausbilder im Reitsport
- Mindestalter: 18 Jahre
- Empfehlung: Homogene Altersstruktur z.B. 40+; U25; Ü30

Vorausgesetzt werden gute Körperwahrnehmung, Bewegungsbereitschaft und Offenheit für aktive Mitarbeit.

Nicht geeignet bei akuten neurologischen Einschränkungen ohne ärztliche Abklärung.

Lerninhalte



Bewegungssteuerung

Optimierung der neuronalen Ansteuerung für präzisere Hilfengebung, Entwicklung reitsportlicher Leistung zur Verbesserung von Sitz und Einwirkung



Eigenanwendbarkeit

Verbesserung von Sitz, Gleichgewicht, Koordination, Konzentration durch interozeptives, visuelles und vestibuläres Training.



Reaktionsschnelligkeit

Schnellere Verarbeitung und Anpassung in dynamischen Situationen. Relevante Tests und Übungen für bewegungssteuernde Systeme



Prinzipien und Arbeitsweise des Gehirns

Theoretischer Rahmen des Neuroathletik Trainings

Ablauf und Qualifikation

Kurzvortrag Neuroathletik

Grundlagen des Nervensystems und neurozentriertes Training im Reitsport

Flexibles Eingehen auf die Gruppe

Bewegungs- und Wahrnehmungsmuster werden erfasst und als Gruppenarbeit ausgewertet. (1:1 Coaching ist ausgeschlossen und erfordert ein Einzeltraining)

Gezielte Bewegungssteuerung über spezifische Gehirnareale

Arbeit mit visuellen, vestibulären und propriozeptiven Systemen. Verbesserung der Interozeption. Sensorische Techniken zur mentalen Belastbarkeit im Bewegungskontext. Atemmuster regulieren.

ab 6 - max. 12 Stunden

Workshop-Dauer

inkl. Pausen

70 %

Praxisanteil

Gruppenarbeit und Selbsterfahrung

ab 10 TN

Weniger als 10 TN bitte anfragen



Foto: © Hubert Fischer

Qualifikation der Referentin

- Pferdewirtschaftsmeisterin Reiten – Erfolge bis GP
- Neuroathletiktrainerin mit Spezialisierung Reitsport und Neuro Rider® Trainerin
- 30-jährige Erfahrung im Leistungs- und Spitzensport
- Psychologische Beraterin: Coaching- und Trainingsfokus, *keine Therapie*
- Autorin der Bestseller Selbstbewusst Reiten, Mindset wie ein Champion, Angstgefühle und Nervosität überwinden, Die 7 Schlüssel zum emotionalen Erfolg

KONTAKT

- info@michaela-kronenberger.de
- <https://michaela-kronenberger.de/neuroathletik-fuer-reiter>
- +49 (0) 176 824 68 305

Organisation und Kosten

Buchung und Organisation

Die Buchung erfolgt flexibel über Veranstalter, Ihren Stall oder direkt bei der Dozentin: info@michaela-kronenberger.de oder +49 (0) 176 824 68 305.

Die Terminplanung wird individuell nach Ihren Bedürfnissen abgestimmt. Um eine optimale Vorbereitung und Organisation zu gewährleisten, ist ein **Buchungsvorlauf von mindestens 6 Wochen** erforderlich.

Vor dem Workshop findet eine klare organisatorische Abstimmung statt, um alle Rahmenbedingungen zu klären. Stornierungsbedingungen werden transparent und vertraglich festgelegt, sodass alle Beteiligten Planungssicherheit haben.

Wichtiger Hinweis

Frühzeitige Buchung sichert Ihren Wunschtermin und ermöglicht eine optimale inhaltliche Vorbereitung auf Ihre spezifischen Bedürfnisse.

Flexible Buchung

Über Veranstalter, Stall oder direkt – Sie wählen den für Sie passenden Weg

Individuelle Termine

Terminplanung nach Ihren Bedürfnissen und meinen Verfügbarkeiten

Transparente Konditionen

Klare Preisgestaltung

Kosten und Leistungen

Teilnahmegebühr Workshop pro Person: 150-320 €

Alternativ Tagespauschale: 1.500-3.000 €

(Preise zzgl. 19 % MwSt, zzgl. An- und Abreisekosten)

Im Preis enthalten:

- Vollständige Workshopteilnahme (6 – max. 12 Stunden inkl. Pausen)
- Individuelle Übungsanleitung im Rahmen der Gruppenarbeit
- Optional: PDF-Unterlagen zum Nachlesen
- Direkte Betreuung durch qualifizierte Referentin

Optional buchbar:

Follow-up-Angebot: Der nächste Tag kann eine Workshop-Erweiterung mit Reitunterricht mit eigenem Pferd zur Vertiefung der Inhalte sein.

Praktische Hinweise und Rechtliches

Rahmenbedingungen Präsenzworkshop

Kleidung und Ausrüstung

Bitte erscheinen Sie in legerer oder reitsportlicher Kleidung, die Bewegungsfreiheit ermöglicht.

Räumlichkeiten & Equipment

Der Workshop benötigt einen Raum mit ausreichend **Bewegungsfreiheit** für praktische Übungen. Ideal sind Hallen, Studios oder große Seminarräume mit mindestens 2 qm pro Person. Flipchart (Papier oder elektronisch), Leinwand oder Präsentations-TV mit HDMI Kabel oder Bluetoothfähigkeit mit Mac Book.

Optional: Reitanlagen

Für den praktischen Transfer können Reithalle oder Stallanlage einbezogen werden. Dies ermöglicht die direkte Anwendung der Übungen im reiterlichen Kontext und verstärkt den Lerneffekt erheblich.

Optional: Mit eigenem Pferd

Bei Buchung eines 2-Tages-Workshops kann der zweite Tag Unterricht mit eigenem Pferd sein, bei dem das Gelernte überprüft und neurozentriert vertieft wird.

Verpflegung

Die Verpflegung während des Workshops ist **selbstorganisiert**. Planen Sie ausreichend Getränke und kleine Snacks für die Pausen ein, um Ihre Leistungsfähigkeit über den gesamten Tag aufrechtzuerhalten.

Rechtliche Hinweise

Wichtige Information

Dieser Workshop ist **kein therapeutisches oder medizinisches Angebot**. Er dient ausschließlich der sportlichen Leistungsoptimierung, der Wissensvermittlung und ist reine Dienstleistung zu Bildungszwecken.

Eigenverantwortung

Die Teilnahme erfolgt **eigenverantwortlich**. Jeder Teilnehmer entscheidet selbst über die Intensität und Ausführung der Übungen.

Haftungsausschluss

Es besteht ein **Haftungsausschluss** für gesundheitliche Risiken. Bei bestehenden Beschwerden konsultieren Sie bitte vorab einen Arzt. Teilnahme Minderjähriger bitte anfragen.

Datenschutz

Der Datenschutz bei Dokumentation und Unterlagen ist gewährleistet. Alle personenbezogenen Daten werden vertraulich behandelt und DSGVO-konform verarbeitet.

Urheberrechte

Die Arbeitsfolien unterliegen dem Urheberrecht und dürfen nicht abfotografiert, weitergegeben, vervielfältigt oder veröffentlicht werden. Sollten Sie zu Werbezwecken Bilder von mir nutzen wollen, klären Sie bitte vorab, welche Bilder Sie rechtlich nutzen können.

Persönlichkeitsrechte

Bitte stellen Sie sicher, dass die TN einem optionalen Filmmitschnitt zustimmen, den Sie und ich zu Werbezwecken auf Social Media nutzen dürfen.

Ihre nächsten Schritte:

Schreiben Sie mir eine Email und stimmen Sie Ihren Workshop-Termin mit mir ab!

Für ein konkretes Preisangebot schreiben Sie mir die vollständige Adresse des Workshop-Orts, den Namen des Stall/Vereins, den vollen Namen des Ansprechpartners, die Website, den Wunschtermin sowie die Reitdisziplin und die Altersklasse Ihrer Teilnehmer.

info@michaela-kronenberger.de

Fragen? Fragen Sie: +49 (0) 176 824 68 305 Michaela Kronenberger