

#DIERENZORG

✓ BESPAAR MET DE KMO-PORTEFEUILLE

## MASSAGE EN MOBILISATIE BIJ PAARDEN

MET DE FOCUS OP HET LICHAAM

### OMSCHRIJVING

#### Wat kent men na het volgen van deze opleiding?

Je kunt zelf een hele reeks van manuele technieken toepassen al naargelang de noden van je paard.

#### Introductie

Het doel van deze **basiscursus massage en functionele mobilisatie** is om zelf een aantal manuele technieken aan te leren om je paard te kunnen versoepelen en beter te doen bewegen. De bedoeling van deze technieken is om het lichaam van het paard beter te doen functioneren, een release te krijgen van opgebouwde spanning in probleemzones, en het bewegingsbereik van je paard te vergroten.

De nadruk van deze cursus ligt dus erg op het lichamelijke, eerder dan een massage puur ter ontspanning van de geest. Uiteraard is een paard dat zich beter voelt op lichamelijk vlak, ook mentaal een beter paard.

#### Voor wie is deze opleiding bestemd?

- Paardenhouders
- Manegehouders
- Rij-instructeurs
- Trainers van paarden en ruiters
- Personen die kunnen omgaan met paarden

#### Voorkennis

Met paarden kunnen omgaan is vereist. Een basiskennis anatomie van het paard is een pluspunt maar is zeker geen vereiste.

#### Bijkomende info

Deze opleiding zal plaatsvinden in het Sport Vlaanderen centrum De Gaverbeek, te Waregem.

Indien je lid bent bij de Vlaamse Liga Paardensport dan krijg je 15% korting op het inschrijvingsgeld van deze opleiding!

Vermeld hiervoor je licentienummer bij "opmerkingen" op het moment van inschrijven.

Voor meer informatie over het lidmaatschap bij de VLP kan je terecht op hun website: [www.vlp.be](http://www.vlp.be).

#### Methodologie

Het is mogelijk om voor deze opleiding een eigen paard mee te brengen maar dat is zeker niet verplicht. Indien je wel een eigen paard meebrengt, gelieve dit ten laatste 7 dagen voor de start van de cursus door te geven aan Sport Vlaanderen Waregem - De Gaverbeek. De kost voor het huren van een box bij Sport Vlaanderen bedraagt €20 per dag en dient rechtstreeks ter plaatse betaald te worden. Meegebrachte paarden dienen ingeënt te zijn tegen de griep.

### PROGRAMMA

Je begint met een **basiskennis van de functionele anatomie van het paard**. Je leert jezelf oriënteren aan de hand van een aantal botpunten en maakt kennis met de voornaamste spieren voor massage. Er wordt uitgelegd hoe het paard beweegt en welke de voornaamste probleemregio's zijn in het lichaam van het paard.

Tijdens het manuele gedeelte wordt gewerkt met een combinatie van verschillende technieken. Je start met het aanleren van de **traditionele Zweedse handgrepen** voor massage zoals strijken, kneden, compressie en tapotage, om vervolgens een **volledige sportmassageroutine** uit te voeren voor opwarming of afkoeling van het

paard. Verder wordt er gewerkt met actieve en passieve stretchoefeningen, zachte methodes voor mobilisatie en spanningsrelease, en met een core stability oefening voor romp- en bekkenstabilisatie.

Tijdens deze cursus worden theorie en praktijk vlot met mekaar afgewisseld. Tijdens de theorie wordt de nodige achtergrondkennis meegegeven wat betreft de anatomie, biomechanica, en de gebruikte technieken. Daarna kan er tijdens de praktijk onder begeleiding geoefend worden met de paarden.

De cursisten krijgen per twee een paard ter beschikking of kunnen hun eigen paard meebrengen. *Meegebrachte paarden dienen ingeënt te zijn tegen de griep.*

## DOCENT

**Ilse Vangeel**, dierenarts en gediplomeerd veterinaire chiropractor ([www.chiropraxievoorpaarden.be](http://www.chiropraxievoorpaarden.be))