

## MASSAGE EN MOBILISATIE BIJ PAARDEN

€ 211,75 incl. BTW

### OMSCHRIJVING

#### 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.

#### Methodologie

Het is mogelijk om voor deze opleiding een eigen paard mee te brengen maar dat is zeker niet verplicht. Indien u wel een eigen paard meebrengt, gelieve dit te vermelden bij de inschrijving. Meegebrachte paarden dienen ingeënt te zijn tegen de griep.

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

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

### 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.

**Elke lesavond start met een theoretisch gedeelte gevolgd door een praktijksessie**. Tijdens de theorie wordt de nodige achtergrondkennis meegegeven wat betreft de anatomie, biomechanica, en de gebruikte technieken. Daarna kan er tijdens de praktijk geoefend worden onder begeleiding 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.* -

## PRAKTISCH

### Lesdata

Datum	Startuur	Einduur
zaterdag 05/10/2019	09:00	12:00
zaterdag 05/10/2019	13:00	16:00
zaterdag 12/10/2019	09:00	12:00
zaterdag 12/10/2019	13:00	16:00

Data onder voorbehoud van eventuele wijzigingen.

### Locatie

Sport Vlaanderen Sportcentrum  
Gaverbeek  
Veldloopstraat 11  
8790 Waregem

### Contact

T: 078/353 653  
F: 050/403061  
info@syntrawest.be

## DOCENT

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