

Zwijnaarde, 22 juni 2010

Beste,

In het kader van het luik "groeiplan" van het pony- en paardendressuurproject, organiseert de dressuurwerkgroep volgende stages:

Datum	Zaterdag 31 juli 2010
Inhoud	<p>1. <u>Training met je pony/paard rond zitoefeningen</u> met Remco Zuidam. R. Zuidam is gespecialiseerd in motoriek, houding en zit, heeft een trainingsstal in het Nederlandse Hippisch Centrum in Deurne en neemt de houding- en zitlessen van de trainingsgasten voor zijn rekening bij Academy Bartels.</p> <p><u>2a. Min 14-jarigen: "Goed presteren met kriebels in de buik"</u> Ooit al eens meegemaakt dat je voor een wedstrijd of belangrijke proef dat je buik allemaal rare signalen probeert te versturen? Ook al wel eens gemerkt dat je soms met deze signalen erg goed en soms helemaal niet goed lijkt te rijden? Wel laat ons je alvast geruststellen dat dat helemaal normaal is. Wist je daarnaast dat je hier zelf iets aan kan proberen te doen? Het is namelijk zo dat je door het gebruiken van de juiste oefeningen meer kans hebt om met rare signalen uit je buik toch een goede prestatie neer te zetten. In een max. 2u durende sessie zal Rudy Heylen, sportpsycholoog van beroep, hierover graag meer komen vertellen, uitleggen en samen oefenen om met spanning voor een prestatie beter om te gaan.</p> <p><u>2b. Plus 14-jarigen: "De juiste motivatie bepaalt de juiste prestatie"</u> Motivatie is de richting en intensiteit van iemands inspanningen om een doel te bereiken. Een hele mond vol om aan te tonen dat jouw eigen motivatie afhangt van de doelen die je zelf hebt geformuleerd, van de manier waarop je dit doel hebt geformuleerd en van hoe graag je dat doel wil bereiken. Als dat allemaal zo is, dan wil dit zeggen dat op elk van deze drie onderdelen van de motivatie wel kan gelet worden. Samen met Rudy Heylen wordt dit geleerd tijdens een sessie van max. 2u over motivatie.</p>
Duur	Hele dag. De dagindeling zal later meegedeeld worden.
Kostprijs	€ 20 per combinatie
Plaats	Bevrijdingslaan 206, 9200 Appels (accommodatie van Isabel Cool)
Doelgroep	Deelnemers ICMA Paarden- Pikeur/Eskadron Ponydressuur Trophy 2010

Afhankelijk van het aantal inschrijvingen zal de timing/planning opgemaakt worden voor de zitoefeningen en sessies met sportpsycholoog Rudy Heylen.

Datum	Maandag 16 augustus 2010
Inhoud	<p>1. Training voor de ruiters: <u>voor niveau 0 en 1</u> met Delphine Meiresonne - Julie De Deken - Yoni De Souter <u>voor niveau 2 en 3</u> met Wim Ernes - Jacques Van Daele</p> <p>2. Mijn talentvolle sportende zoon/dochter: een oplossingsgerichte benadering voor ouders. Sport is tof, gezond en helpt om zelfvertrouwen te ontwikkelen. Wat doe je als ouders echter wanneer blijkt dat je kind voornamelijk tijdens wedstrijden of belangrijke proeven dit niet zo laat merken... Ze laten niet zien dat ze dit echt tof vinden, die gezondheid lijkt het minste van hun zorgen en meer zelfvertrouwen lijken ze er al helemaal niet van te krijgen! Wat nu? Tijdens een max. 2u durende uiteenzetting wordt op deze en andere vragen een antwoord gegeven door sportpsycholoog Rudy Heylen.</p>
Duur	Hele dag. De dagindeling zal later meegedeeld worden.
Kostprijs	€ 20 per combinatie
Plaats	The Red Port, Heirbaan 79, 9120 Melsele
Doelgroep	<p>1. Deelnemers ICMA Paarden- Pikeur/Eskadron Ponydressuur Trophy</p> <p>2. Ouders van de deelnemers ICMA Paardendressuur Trophy + Pikeur/Eskadron Ponydressuur Trophy</p>

Uw trainer is van harte welkom. Restauratie is op beide plaatsen te verkrijgen.

De inschrijving is slechts definitief indien voor 5 juli 2010 het bedrag van €20,- per combinatie per stage gestort is op rekeningnummer 441- 0633381- 22 met vermelding "naam + dressuurstage 31/7 en/of 16/8" én het inschrijvingsformulier correct is ingediend.

De definitieve timing en groepsindeling zal op de VLP-website (Dressuur → Ponydressuur/Paardendressuur → kalender) te zien zijn.

Wij hopen u op de stage te mogen begroeten,

Met sportieve groeten,

Io. dressuurwerkgroep
 Evi Vereecke
 Verantwoordelijke Ponydressuur

Inschrijvingsformulier dressuurstages ICMA Paarden- & Pikeur/Eskadron Ponydressuur

Terug te mailen (evi@vlp.be), faxen (09/457012) of sturen naar de VLP voor 5 juli 2010

Naam:

Licentienummer:

Telefoonnummer:

E-mail:

Bovengenoemde schrijft zich in voor de stage op 31 juli:

met pony/paard (*): voor het niveau (*) : 0 - 1 - 2 - 3

met pony/paard (*): voor het niveau (*) : 0 - 1 - 2 - 3

Bovengenoemde schrijft zich in voor de stage op 16 augustus:

met pony/paard (*): voor het niveau (*) : 0 - 1 - 2 - 3

met pony/paard (*): voor het niveau (*) : 0 - 1 - 2 - 3

er zullen ouder(s) aanwezig zijn voor de sessie met Rudy Heylen (*aantal invullen aub*)

(*): *aanduiden wat past.*

Het totale bedrag (€ 20 per combinatie per stage) wordt voor 5/7/10 gestort op rekeningnummer 441- 0633381- 22 met vermelding "naam + dressuurstage 31/7 en/of 16/8"

Handtekening,

