

Lehrgang „Fit im Reitsport“

Praest. Der Reit- und Fahrverein Praest bietet vom 20. September bis zum 20. Oktober den Lehrgang „Fit im Reitsport“ an. Angesprochen sind alle erwachsenen Quer- und Wiedereinsteiger. Im Seminar unter anderem enthalten sind Gymnastikeinheiten im Emmericher Krankenhaus, Ernährungsprogramm sowie Körpergefühl und -bewusstsein zu Pferd. Am 16. September um 19 Uhr erläutert Ausbilderin Katja Smaak in einem Einführungsabend im Casino der Reithalle Praest die einzelnen Seminarinhalte sowie den genauen Ablauf. Weitere Informationen und Anmeldungen bis 4. September bei Katja Smaak, ☎ 0171/2152042