

Reiten mit Franklin-Bällen

Mit neuer Beweglichkeit zum besseren Sitz

Taschenbuch
Eckart Meyners



9,99 €

inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)

- Hochaktuell: Übungen mit Franklin-Bällen.
- Das Plus zum Buch: Die kostenlose KOSMOS-PLUS-App mit Filmen zu ausgewählten Übungen.

240x172x7mm (LxBxH)

1. Auflage 2017

Umschlag/Ausstattung: 133 Farbfotos, 1

Farbzeichnungen,

Seiten: 64

EAN: 9783440158197

Art.-Nr.: 15819

KOSMOS

Produktinformationen "Reiten mit Franklin-Bällen"

Reiten mit Franklin-Bällen bringt jeden Reiter aus starren Formen und führt zu vielfältigen Bewegungsmustern. Reiter erleben, wie sie lockerer auf dem Pferd sitzen und wie ihre Hilfenwirkung effektiver wird. Bewegungsexperte Eckart Meyners erklärt das Reiten mit Franklin-Bällen anhand von Übungen: die Wirkungen, welche Bälle und Rollen sich für welche Körperbereiche eignen, was dabei im Körper passiert und gibt zusätzlich wichtige Informationen über Faszien und Leitbahnen – inklusive Faszien-Übungen am Boden und auf dem Pferd. Das Plus zum Buch: die kostenlose KOSMOS-PLUS-App mit Filmen zu ausgewählten Übungen.

Über den Autor

Eckart Meyners

Eckart Meyners ist Dozent für Sportpädagogik an der Universität Lüneburg. Seit über 30 Jahren befasst er sich mit dem Thema Bewegungslehre beim Reiten. Er schult für die Deutsche Reiterliche Vereinigung (FN) und international Landestrainer, Ausbilder, Richter und Reiter. Er ist der anerkannte Exp...

[Mehr zum Autor](#)