



„ mental fit, stark und sicher “ im Pferdesport

Viele Turnierreiter werden es kennen...

Man nennt eine Prüfung, bereitet sich optimal darauf vor, fährt los und erstarrt beim Anblick des Vierecks oder des Parcours. Bunte Blümchen, auffällige Sprungständer, wehende Werbeplakate, rennende Kinder und und und.

Mentales Training bietet die Möglichkeit einen individuellen Weg zu finden, der es erleichtert sich zu fokussieren und die eigene Bestleistung zu erreichen. Das gilt für den Sport genauso, wie für die Schule, das Studium oder die Arbeit.

Im Regionalverband Nordbaden wird Kerstin Kuklok, zertifizierte Sportmentaltrainerin, interessierten Pferdesportlern **zwischen 10 und 27 Jahren** das Mentaltraining näher bringen.

Der Regionalverband Nordbaden startet stark in die neue Saison:

- | | |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sonntag, 25. Februar 2024 | PSV Heidelberg-Ladenburg
Im Kirchfeld 3, 68526 Ladenburg
(verantwortlich vor Ort: Pamina Hitscherich) |
| Sonntag, 03. März 2024 | RF Horrenberg-Belzfeld
Ortsstr. 5, 69234 Dielheim
(verantwortlich vor Ort: Pamina Hitscherich) |
| Samstag, 23. März 2024 | RFV Forst
Kronauer Allee 66, 76694 Forst/Baden
(verantwortlich vor Ort: Eva Greulich) |
| Sonntag, 24. März 2024 | RZfV Göbrichen
Im Hösel, 75245 Neulingen
(verantwortlich vor Ort: Mareike Kumpf) |

Die Veranstaltungen beginnen jeweils um 11 Uhr und enden gegen 14 Uhr. Die Teilnahme ist kostenlos. Vorort wird ein kleiner Mittagsimbiss und Getränke auf eigene Kosten angeboten. Pro Veranstaltung können max. 20 Jugendliche/ junge Erwachsene teilnehmen!

Verbindliche Anmeldungen bitte an die Regionaljugendwartin Pamina Hitscherich, Tel. 0152/33984175 oder per mail: hitscherich@pferdesport-nordbaden.de