



Sinergia

RAIDHO EQUITAZIONE ENERGETICA VS FISE VENETO

2018

Raidho Healing Horses è un percorso pratico di **crescita consapevole** ed **equitazione energetica** attraverso i **cavalli** ideato dalla trainer tedesca **Alexandra Rieger**. Si struttura attraverso workshop esperienziali di due giorni, prima **da terra poi sella**, con il branco di cavalli della signora Rieger, sul **Lago di Garda** (Gargnano, Brescia).

Raidho Healing Horse promuove una nuova relazione con il cavallo partendo da un lavoro su se stessi e una nuova equitazione fondata su un'autentica comunicazione - nella quale è la persona a sviluppare diverse competenze - capace di dare al binomio una concreta ed efficace marcia in più.

Il presupposto di fondo è l'assioma secondo il quale è dall'interno che si determina l'esterno, ed è l'invisibile che determina il visibile.

Il tutto attraverso un lavoro di aumento di consapevolezza di ciò che comunichiamo VERAMENTE al cavallo e all'altro, chiarendo, sviluppando e consolidando in modo molto concreto, serio, sicuro e strutturato:

- **UN LINGUAGGIO COMUNE:** sviluppare concretamente una relazione con il cavallo basata sui principi di comunicazione del branco, lavorando praticamente sugli effetti nel binomio di utilizzo consapevole di energia, intenzione, rispetto degli spazi, comunicazione corporea e non verbale in genere.

- **CONSAPEVOLEZZA DI SÉ E DELL'ALTRO:** incrementare il livello di consapevolezza delle proprie dinamiche interiori (pensieri, emozioni, credenze) sperimentandone l'effetto sull'altro. Togliere potere a quelle auto sabotanti (spesso inconsce) che penalizzano e limitano; incentivare e rafforzare quelle sane che rinforzano e alleggeriscono.

- **SCIOLTEZZA FISICA E NUTRALITÀ EMOTIVA:** riconoscere e sciogliere concretamente le emozioni negative che determinano rigidità fisiche e pensieri automatici negativi. Allineare pensare, sentire, volere per sperimentare il potere di un'agire focalizzato, condiviso con il cavallo, e possibile grazie a una comunicazione chiara, energetica e gentile, che va a segno.

- **NUOVE ABILITÀ A TERRA E IN SELLA:** portare tutto ciò che è stato appreso nel lavoro da terra in sella con l'obiettivo di utilizzare sempre meno ogni tipo di aiuto, ottenere il massimo dal cavallo in termini di rispetto fiducia e piacere grazie a un essere autenticamente insieme fondato su un linguaggio realmente condiviso e accettato da entrambi (cavaliere e cavallo).



Formazione Raidho Healing Horses

Con questi macro obiettivi *Raidho Healing Horses* offre a *FISE Veneto* **7 moduli formativi (4+3) di due giorni l'uno**, con il 75% di pratica con i cavalli e il 25% di teoria in aula.

LAVORO CON IL CAVALLO DA TERRA: 4 MODULI

Modulo 1 a terra

- Radici: essere un punto di riferimento per il cavallo;
- Accettazione: fondamentale allenarla e accettare quello che ora è quale unico punto di partenza per cambiare ciò che non funziona;
- Chi muove chi? Sono io che muovo il cavallo o è lui a muovere me?
Neutralità a livello fisico: come sciogliersi, il processo.
- Spazio fisico: qual è il proprio, qual è quello del cavallo? Imparare a essere neutri a livello fisico. Riconoscere il proprio spazio fisico, farlo rispettare dal cavallo, non invadere il suo e non essere invasi. Sono sulla base del reciproco rispetto degli spazi può nascere un'autentica fiducia tra essere umano e cavallo.

Su ogni punto si sperimentano grazie a diversi esercizi pratici gli effetti su di sé, sul cavallo e sulla relazione. Ogni partecipante è invitato a ripetere a casa ogni esercizio!

Modulo 2 a terra

- Emozioni: prenderne coscienza, imparare a non reprimerle mai, ascoltarne il messaggio, lasciarle andare;
- Pazienza e serietà: fondamentale allenarle. In che modo e perché svilupparli, sperimentare gli effetti su di sé e sul cavallo nel lavoro;
- Spazio emozionale: cosciente della proprie emozioni e capace di riconoscerle e trasformarle posso aprire un nuovo spazio vuoto per ascoltare e accogliere il dialogo con il cavallo. Imparare a essere neutri a livello emozionale.

Su ogni punto si sperimentano grazie a diversi esercizi pratici gli effetti su di sé, sul cavallo e sulla relazione. Ogni partecipante è invitato a ripetere a casa ogni esercizio!

Modulo 3 a terra

- Focus: imparare a dare una direzione al cavallo in modo chiaro, energico e gentile. Come allineare pensare, sentire e volere esprimendo la propria intenzione attraverso tutto il proprio corpo. Il tutto si esprime concretamente in un'azione chiara, potente e gentile.
- Volontà: diventare cosciente della propria energia, o potere, e non venire più spostati, fisicamente ed emotivamente dal cavallo e dalle sue azioni ed energie;
- Power Position: una posizione fisica ma prima interiore ed energetica che permette di essere nel pieno del proprio potere, trasmettendo energeticamente al cavallo che "io sono qui", vedendo come ciò implichi azioni e re-azioni che non possono non tenere più conto della propria presenza.

Su ogni punto si sperimentano, grazie a diversi esercizi pratici, gli effetti visibili di ogni azione invisibile: su di sé, sul cavallo e sulla relazione, ecco cosa accade se...!



Modulo 4 a terra

- Creare una connessione con il cavallo: creare un rapporto intimo stretto con il cavallo che permette alla persona di guidare il cavallo a livello energetico e fisico con l'uso di sempre meno aiuti.

- Perdono: perdonare se stessi e l'altro quale causa primaria (spesso inconscia) di azioni, reazioni ed emozioni incontrollate, capaci di portare nel binomio reciproche incomprensioni, diffidenza, stress, ansia e paura.

- Posizione della cavalla mamma: portare il cavallo al proprio fianco, nel lavoro a terra, alle diverse andature sperimentando cosa significa guidare ed andare... davvero insieme!

Su ogni punto si sperimentano grazie a diversi esercizi pratici gli effetti su di sé, sul cavallo e sulla relazione

LAVORO CON IL CAVALLO IN SELLA: 3 MODULI

Modulo 1 in sella

- Le tre posizioni: come comunicare energeticamente con il cavallo da terra e poi in sella;

- Sensibilizzazione: come ri-abituare il cavallo a rispondere sempre più alla propria energia, alla comunicazione del corpo e all'intenzione;

- Alt e transizioni alle diverse andature: come chiederle al cavallo senza l'uso di attrezzatura;

- Lavoro in rettangolo: affiancamento e guida nella gestione in quest'ottica del cavallo in un'azione in rettangolo.

Su ogni punto si sperimentano grazie a diversi esercizi pratici in sella gli effetti su di sé, i risultati in rettangolo con il cavallo e i riflessi della nuova relazione sul binomio.

Modulo 2 in sella

- L'importanza della scioltezza: comprenderla, raggiungerla e praticarla massimamente a livello mentale, emozionale e quindi fisico. Come trasformare la rigidità corporea in scioltezza: il processo pratico. Senza il cavaliere sciolto il cavallo non potrà sciogliersi.

- Ridurre l'utilizzo degli aiuti: sperimentare come re-agisce il cavallo alle proprie richieste utilizzando sempre di più, nel lavoro in rettangolo, energia, intenzione e corpo. Praticare l'allineamento tra sentire, volere, pensare e agire.

- Direzione: come darla al cavallo utilizzando principalmente corpo ed energia.

Su ogni punto si sperimentano grazie a diversi esercizi pratici in sella gli effetti su di sé, i risultati in rettangolo con il cavallo e i riflessi della nuova relazione sul binomio.



Modulo 3 in sella

- Aiuti sempre più sottili: il cavallo risponde in modo sempre più puntuale ad aiuti sottilissimi e a indicazioni impartite principalmente da un assetto del corpo che, ora, esprime e comunica consapevolmente e coerentemente con il cavallo;
- Postura indipendente: pratica di un utilizzo sempre minore di redini e gambe sviluppando una postura indipendente e sicura;
- Unione: come mettere insieme tutti gli elementi finora acquisiti in modo di poter diventare un tutt'uno con il cavallo.

Su ogni punto si sperimentano grazie a diversi esercizi pratici in sella gli effetti su di sé, i risultati in rettangolo con il cavallo e i riflessi della nuova relazione sul binomio.

CONTATTI - Informazioni, date e prenotazioni

Raidho Healing Horses, Gargnano – Lago di Garda (Brescia)

Web site www.raidhohealinghorses.com

e-mail italia@raidhohealinghorses.com

FB Raidho Healing Horses ITA

Twitter @raidhocavallo

Instagram Raidho_Healing_Horses

+39 338 7019183