

Gratis Live Webinar:
Steif? Schlapp? Muskeln weg? Nach dem Winter von müde zu motiviert – in 3 Wochen Körperarbeit

Effleurage Rücken -und Rumpfbereich



Sanftes und langsames Ausstreichen der Rücken -und Rumpfregeion.

Effleurage Arm-Kopf-Muskel



Sanftes Ausstreichen (Effleurage) des Arm-Kopf-Muskels.

Gerne kann auch die gesamte Halsmuskultur ausgestrichen werden.



Effleurage Brustmuskulatur



Sanftes Ausstreichen der Brustmuskulatur, auch sanft in der Gurtlage und zwischen den Vorderbeinen.

Effleurage Trapezmuskel



Sanftes Ausstreichen des Trapezmuskels.

Die Effleurage kann am ganzen Körper des Pferdes angewendet werden. (Kruppe, Oberschenkelmuskulatur und Sitzbeinmuskulatur).

Effleurage -> Ohne Druck sanfte Streichungen mit den flachen Händen ausführen.



Mähnenkamm schütteln



Sanftes hin und her schütteln des Mähnenkammes. Etappenweise von cranial nach caudal (von vorne nach hinten) arbeiten.

Schweif-Kreisen



Sanftes Schweifkreisen, die Schweifrübe wird mit beiden Händen umfasst und dann sanft in kleinen kreisförmigen Bewegungen mobilisiert.

Denkt immer an eure Sicherheit!

Körperarbeit dient der Gesundheitsförderung und ersetzt niemals eine tierärztliche Behandlung. Bei Unsicherheiten ist die Rücksprache mit einem Tierarzt oder Therapeuten unerlässlich. Bitte beachtet die Kontraindikation im entsprechenden Lehrvideo.