

# PROPOZICE – KURZY 2019

Chcete si užít dovolenou se svým koněm?  
Potřebujete si trochu odpočinout, nabrat novou sílu?  
Chcete si vyzkoušet něco nového?  
Potřebujete se posunout?  
Chybí vám trenér?

→ **Přijďte k nám!**

## ✓ Kdy a kam?

Datum	Typ kurzu	Místo	Dny	Cena
úterý 30. dubna – sobota 4. května	<b>běžný</b>	Český Dvůr	5	8 000 Kč
neděle 30. června – pátek 5. července	<b>běžný - pokročilí</b>	Hoštka	6	8 500 Kč
neděle 7. července – pátek 12. července	<b>sebezpovznávací</b>	Hoštka	6	8 500 Kč
neděle 14. července – pátek 19. července	<b>běžný</b>	Hoštka	6	8 500 Kč
neděle 25. srpna – pátek 30. srpna	<b>běžný – dětský</b>	Český Dvůr	6	8 500 Kč
čtvrtek 26. září – neděle 29. září	<b>běžný</b>	Český Dvůr	4	5 600 Kč
pátek 25. října – pondělí 28. října	<b>sebezpovznávací</b>	Český Dvůr	4	6 000 Kč

## ✓ S kým?

S partou lidí, kteří jsou na tom podobně jako vy – milují koně. Ať už mají vlastního, či si půjčují našeho (možné po dohodě), chtějí se učit. Běžně se setkáváme s účastníky různých věků (na jednom z kurzů bylo věkové rozmezí 19 – 72 let!), kteří se věnují různým disciplínám a odvětvím.

## ✓ Proč?

Naším cílem je vyrovnaný kůň i jeho majitel, kteří se blíží svému cíli – ať už se věnují drezuře, parkuru, westernu, vytrvalosti, či jen chtějí být jeden pro druhého dobrým partákem. K tomu je potřeba komplexní příprava obou – pod sedlem, ze země, při běžné manipulaci. Připravujeme koně i jezdce na nejrůznější situace, které mohou nastat a tím se snažíme předcházet nebezpečným situacím. Pokud se tedy váš kůň nadměrně leká, stále si nerozumíte, chcete s něčím pomoci, či jen rádi zkoušíte nové věci, podívejte se na náš web, facebookovou stránku, recenze účastníků a pokud se vám naše práce zalíbí, budeme se na vás těšit!

- ❖ **běžný kurz** – trénink ze sedla i ze země, drezura, kavaletová práce, práce na sedu, správné lonžování, lonžování na dvou lonžích, práce s bubáky, ve volnosti ... zkrátka spousta času se svým koněm a mnoho nových zážitků. I v tomto kurzu si vyzkoušíte aktivity spojené se sebezpovznáním pomocí koní, ovšem pouze okrajově, či v rámci lekcí.
- ❖ **běžný kurz pro děti** – pro všechny od 14 do 18 (20) let. Po dohodě možno i mladší.
- ❖ **běžný kurz pro pokročilé** – speciálně navržený pro účastníky předchozích kurzů. Do 28. 2. je tento termín vyhrazen k přihlašování pouze pro ně, poté se otevře i dalším známým.
- ❖ **sebezpovznávací kurz** – koně nám neustále nastavují zrcadlo a my se do něj podíváme ještě více. Tréninky ze sedla i ze země budou vedeny trochu jiným směrem – tak, abychom se o sobě i svém koni dověděli co nejvíce. Součástí budou i přednášky o psychologii člověka i koně, různé meditační techniky a sdílení. Kurz je vhodný i pro naprosté začátečníky v této oblasti.

# PROPOZICE – KURZY 2019

## ✓ Kam?

Do dvou krásných areálů nedaleko Prahy – areál Český Dvůr (<http://www.ceskydvur.cz/>) a Ranč Hoštka Ježkův Mlýn (<http://www.labyrinthgroup.eu/ranc-hostka-osada-jezkuv-mlyn>).

## ✓ Jak se přihlásit a zaplatit?

Vyplňte nám [přihlášku](https://goo.gl/forms/rXrwBy81JusPG1wA2): <https://goo.gl/forms/rXrwBy81JusPG1wA2>

Po přijetí přihlášky vám ji do 2 dnů potvrdíme a zašleme údaje k platbě zálohy. V případě že dodatečně zjistíte, že nemůžete jet, můžete sehnat náhradníka, případně svou přihlášku vystornovat dle následující tabulky. Za storno se považuje přijatý email na adresu pořadatele - [verka.vranova@gmail.com](mailto:verka.vranova@gmail.com)

Termín	Vratná část zálohy
Do 90 dní před začátkem kurzu	100%
Do 30 dní před začátkem kurzu	50%
Méně než 30 dní před začátkem kurzu	0%

Cena zahrnuje trénink 2x denně, pronájem boxu (seno, voda, podestýlka, bez péče a jádra), ubytování, stravu 5x denně, teoretické lekce a další doprovodný program. Na Ranči Ježkův Mlýn i 1x vstup do Extreme Trail Park.

## ✓ Jak kurz probíhá?

**Příjezd** je vždy první den kurzu mezi **13. a 15. hodinou**. Poté proběhne seznámení, krátké úvodní setkání a první aktivita s koňmi – někdy se jedná o trénink, jindy o jakousi seznamovací aktivitu s vámi a vašim koněm.

Ostatní dny probíhá 2x denně trénink (buď individuálně, nebo po dvojicích), většinou 1x ze sedla a 1x ze země. U 5denních a delších kurzů se cca v půlce koná dopolední odpočinková vyjížďka s úkoly, případně nechávají účastníci svým koním volno.

V den **odjezdu** proběhne dopoledne trénink, poté bude oběd a kurz společně všichni ukončíme mezi **13. a 14. hodinou**. Účastníci, kteří nespěchají, mohou mít odpoledne ještě jeden trénink dle domluvy.

## ✓ Co potřebuji sebou?

Pro koně	Pro sebe
Vybavení, na které jste zvyklí – sedlo, uzdečka, čištění, chrániče, ... doporučujeme i provazovou ohlávku, lonž, dlouhé vodítko a tušírku	Pohodlné jezdecké i nejezdecké (sportovní) oblečení, HELMU! Děti i bezpečnostní vestu.
Krmení, kýble na krmení	Ideálně „jógovou“ karimatku, příp. deku na sezení
Háky na sedla, uzdečky	Šátek na zavázání očí
Průkaz koně s platným očkováním a vyšetřením na AIE!	Průkaz zdravotní pojišťovny!

## ✓ Potřebuji více informací ...

Kontaktujte Věru Vránovou, tel. 724 390 625 nebo email [verka.vranova@gmail.com](mailto:verka.vranova@gmail.com), případně se podívejte na web [www.verkavranova.com](http://www.verkavranova.com) nebo na FB stránku <https://www.facebook.com/artdressage/>

# PROPOZICE – KURZY 2019

## ✓ Jak pracujeme?



hra



důvěra



zábava



kreativita



gymnastika



výzva



výkon



přátelství

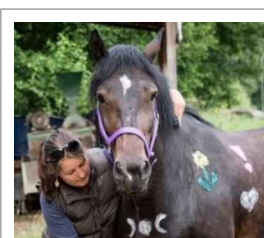
- ❖ **Všestranně** – zejména se věnujeme drezuře, parkuru a working equitation. Na kurzy však jezdí jezdcí všech odvětví a disciplín. Myslíme si, že každý kůň má být všestranný a tak k tréninkům přistupujeme. Chceme koně uvolněného, přemýšlivého, spokojeného a samostatného.
- ❖ **Ze sedla i ze země** – obojí je pro nás velmi důležité. Při komunikaci s koněm nezáleží, jestli zrovna stojíte na zemi, nebo sedíte nahoře. Principy práce jsou stejné a je třeba umět obojí. Kombinujeme práci ze země i se sportovním ježděním.
- ❖ **Člověka i koně** – je třeba rozvíjet celou dvojici. Jak po fyzické, tak po mentální stránce. Stejně jako platí to, že neuvolněný jezdec nikdy nebude mít uvolněného koně, platí i to, že pokud neporozumíme svému chování, nebudeme mít šanci porozumět svému koni.
- ❖ **Individuálně** – každá dvojice chce a potřebuje něco jiného, snažíme se věnovat všem se stejným úsilím.
- ❖ **Bezpečně** – naším cílem je spolehlivý kůň, který je bezpečný pro veškerou manipulaci, proto učíme jezdce i koně zvládat nejrůznější stresové situace od igelitových pytlíků přes pyrotechniku po vše, co nás napadne. Nechceme koně „zvyknout“ a „otupět“, ale pouze ho i jeho majitele v bezpečném prostředí naučit správné reakci.
- ❖ **Svobodně** – chceme koně, který nám dá zpětnou vazbu na cokoli, co děláme. Netoužíme po robotovi, který slepě plní naše přání. Baví nás odlišné povahy koní. Právě jejich autentické projevy nám dávají možnost dozvědět se, kdo jsme.



Týna Malenínská



Věrka Vránová



Katka Vítková