

Elke

Equitazione Umana



Metodo Feldenkrais®

“Se so quello che faccio,
posso fare quello che voglio”.

(M. Feldenkrais)

RAGAZZI

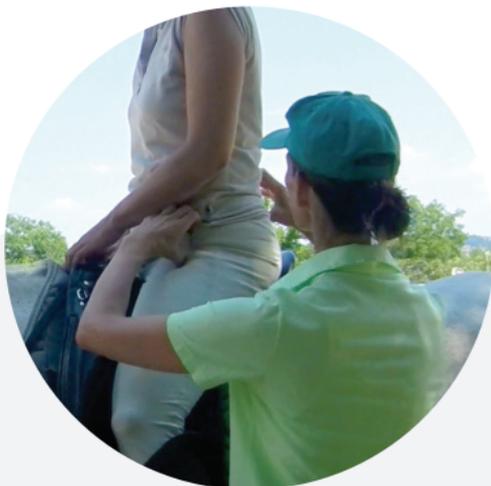


*"L'applicazione del Metodo
Feldenkrais® a cavallo
ha un potenziale immenso
perché il cavallo ci trasmette
con gentilezza, passo per passo,
l'intero comportamento scheletrico
della camminata umana".*



M. FELDENKRAIS® A CAVALLO

*Movimento, consapevolezza, comportamento
centrato, volontà*



M. Feldenkrais® a cavallo significa diventare consapevoli dei propri schemi motori attraverso il cavallo.

Il cavallo amplifica i nostri schemi motori e ci trasmette, in modo lento e ritmico, lo schema finale dell'evoluzione che conduce alla "camminata umana eretta".

Ci offre la possibilità di "differenziare" e focalizzare parti diverse del nostro corpo, scoprendo come si comportano le articolazioni in rapporto tra di loro, fino a raggiungere la biodinamicità assoluta.

Il cavallo ha il "potere" di farci diventare un tutt'uno, "integrando" questa nuova consapevolezza, perché solo lui sa offrirci, ad ogni passo, il comportamento totale dello scheletro in movimento.

*"Se so quello che faccio,
posso fare quello che voglio".*

Moshe Feldenkrais

Il Metodo Feldenkrais®, operato in tutto il mondo,
porta "consapevolezza attraverso movimento®".



M. FELDENKRAIS® A CAVALLO

6-12 anni. Il viaggio dell'unicorno

Tutto ha inizio da un soffio. Immaginate d'incontrare un amico davvero speciale. Un amico che vi aiuta a camminare meglio, a stare in piedi con più sicurezza, a migliorare l'equilibrio e la coordinazione in tutti i movimenti quotidiani. Vi insegna anche a fidarvi di voi stessi e ad essere più forti. Chi non vorrebbe un compagno così al proprio fianco. Questo essere così speciale e premuroso vive in branco in libertà con i suoi amici pony e cavalli. Quando vi vede per la prima volta, desidera conoscervi per bene. Deve

sentire che può fidarsi di voi e che lo rispettate. Quando vi saluta, soffiando sulla vostra mano, ha capito che siete dei veri amici. Allora succede una magia: si avvicina a voi e si offre per essere montato. Da questo momento potete salire in groppa al pony e un insegnante vi guida a mano per scoprire come il cavallo sia uno straordinario portatore di benessere. I cavalli e i pony conoscono il segreto di muoversi con eleganza, forza, equilibrio e sicurezza e non vedono l'ora di svelarlo a voi bambini e ragazzi.

NOTE TECNICHE

Il corso è composto da incontri settimanali, individuali o per mini gruppi di 4 bambini, per la durata di minimo 4 incontri di 1 ora e 30 ciascuno.

4 incontri individuali: 260 euro.

4 incontri con due bambini: 220 euro a persona.

4 incontri con quattro bambini: 160 euro a persona.

Lezioni individuali di "Integrazione Funzionale®" senza cavallo: 60 euro (1ora).

Prima lezione individuale d'avvicinamento al cavallo da terra e introduzione al Metodo Feldenkrais®: 50 euro (1ora).

M. FELDENKRAIS® A CAVALLO

12-16 anni. il viaggio dell'eroe

Applicare il Metodo Feldenkrais® a cavallo è molto più che correggere posture e movimenti non ottimali. Vogliamo condurre il bambino/ragazzo in un viaggio all'insegna della consapevolezza di sé attraverso il movimento. Desideriamo aprire la mente e il cuore del "cavaliere" verso una comprensione più ampia che parte dai segnali corporei per poi abbracciare una consapevolezza ben più importante: "quella di imparare a stare in piedi nella vita".

Come un sasso gettato in uno specchio d'acqua, la consapevolezza si allarga e abbraccia la crescita personale nella sua totalità. M. Feldenkrais® a cavallo significa attivarsi per imparare il sentire, la volontà, l'intenzionalità e la determinazione. Valori importanti, soprattutto in fasi delicate della vita di ogni essere umano, l'adolescenza in particolare.

NOTE TECNICHE

Il corso è composto da incontri settimanali, individuali o per mini gruppi di 4 bambini/adolescenti, per la durata di minimo 4 incontro di 2 ore ciascuno. Le lezioni si svolgono sia nel periodo scolastico, sia durante i campi estivi (prezzi extra).

4 incontri individuali: 280 euro.

4 incontri con due adolescenti: 240 euro a persona.

4 incontri con quattro adolescenti: 180 euro a persona.

Lezioni individuali di "Integrazione Funzionale®" senza cavallo: 60 euro (1ora).

Prima lezione individuale d'avvicinamento al cavallo da terra e introduzione al Metodo Feldenkrais®: 50 euro (1ora).

"Talento in sella,
bellezza in movimento,
affinità profonda
etica equestre.
Sono il centauro di oggi"

Chi sono

Elke Osterburg Curti, Insegnante Metodo Hippolini® - Insegnante Metodo Feldenkrais® - Amazzone di dressage, livello D - Dirigente Sportivo equestre E.N.G.E.A.

Sono una donna in continua ricerca di armonia e bellezza. La mia esplorazione verso un'equitazione raffinata ma efficace inizia nel 2000, anno in cui ottengo il 1° grado dressage F.I.S.E. Dopo un periodo agonistico con piazzamenti e vincite a livello D nazionale, decido di andare all'estero con i miei cavalli. Nella scuderia della campionessa svizzera Christine Stückelberger, imparo l'importanza e la messa in pratica della "Scala di addestramento" fino a livello D dressage. In Austria divento insegnante del metodo "Centered Riding®" e in Italia ottengo il diploma per Insegnanti del "Metodo Feldenkrais®". Da diversi anni pratico il "Lavoro in libertà®" di Carolyn Resnick. Ho partecipato al primo anno della formazione pedagogica per insegnanti Steiner.

Infine ho sviluppato il metodo "l'essenza dell'equitazione e l'assetto dinamico®" che raccoglie l'esperienza nel settore neuroscheletrico umano ed equino. Oggi sono in grado di abbinare la consapevolezza corporea umana alla consapevolezza corporea equina, così posso aiutare il cavaliere e il cavallo, di qualsiasi livello e in qualsiasi disciplina, a sensibilizzarsi per affinare il proprio assetto e auto-portamento, base di comunicazione e origine dei più grandi fraintendimenti tra cavallo e cavaliere.



Elke

Equitazione Umana



Elke insegna:

Metodo Hippolini®: Equitazione pedagogica innovativa

Metodo Feldenkrais®: Ragazzi / Adulti / Professionisti della salute

Formazione: Istruttore di assetto (lezioni di biodinamica umana-equina)
/ Maestro pony (formazione istruttore pony e addestramento pony)

Lezioni: L'armonia equestre / Arte equestre / Life coach cavallo / Horse woman

Elke contatti:

Elke Osterburg Curti

Centro ippico Castelveverde

Via Castelveverde 2 | 21032 Caravate (VA)

M: +39 3482619235 | info@equitazioneumana.com

www.equitazioneumana.com