

Elke
Equitazione Umana



Life coach
cavallo





*"Per imparare qualcosa di nuovo,
soprattutto su se stessi, bisogna uscire
dalle proprie abitudini.*

*Vivere il cavallo come un grande
maestro di comportamento è un
viaggio nella propria personalità."*

CONOSCERE IL CAVALLO PER CONOSCERE SE STESSI

Quando nasce la necessità di trasformare qualcosa nella nostra vita, possiamo scegliere di intraprendere diverse strade. La via proposta da questo seminario è quella di farci aiutare da un essere talmente diverso da noi, da aiutarci ad uscire completamente dai nostri schemi.

Il nostro "Maestro di Vita" diventa il cavallo. È proprio lui a rispondere al nostro modo di essere e di agire con totale sincerità e senza equivoci.

Il tutto avviene in sicurezza, sotto la vigile guida di professionisti. Le interazioni con l'animale dipendono esclusivamente da quello che ogni partecipante si sente di fare.



DIVENTARE CAPO DI SE STESSI

Attraverso la relazione con il cavallo in libertà possiamo scoprire lati nascosti del nostro carattere e imparare infinite sfumature di una comunicazione non verbale raffinata, efficace e sincera.

Il seminario offre l'opportunità di lavorare sul nostro "IO" da diversi punti di vista: essenza, individualità, carattere, personalità. Il cavallo ci insegna a diventare capo di se stessi, senza controllarsi ma percependosi possiamo promuovere una collaborazione basata sul rispetto e sulla fiducia.

Autorevolezza al posto di autorità, coinvolgimento al posto di sottomissione, scelte attive al posto di passività. Così possiamo essere leader positivi, aperti, capaci di lasciar agire, creare e decidere. Possiamo davvero essere scelti, stimati e seguiti dal gruppo.

STRUTTURA DEL SEMINARIO

Durante il seminario, vengono affrontate le seguenti "situazioni chiave":

- Fiducia – Rispetto
- Autorevolezza – Accettazione
- Chiarezza – Sincerità
- Attenzione – Consapevolezza
- Responsabilità – Leadership
- Amicizia – Pace
- Coerenza tra cuore e pensiero

Nella nostra vita queste situazioni sono spesso dimenticate o sconosciute. Al contrario nel branco dei cavalli sono sempre presenti.

Per questo la relazione con il cavallo può aiutarci a risvegliarle.





LA CONSAPEVOLEZZA TRIARTICOLATA

È la forma più completa di consapevolezza umana e riguarda corpo, anima e mente.

- Il Corpo è rappresentato dalla mia volontà, dalle mie azioni
- L'Anima è rappresentata dalle mie emozioni e dai miei sentimenti
- La Mente è rappresentata dal mio pensiero e dalla mia capacità analitica. Diventiamo autentici quando ciò che sentiamo, pensiamo e facciamo sono la stessa cosa. Se impariamo a differenziare le tre entità nasce un "IO" evoluto e più libero; se impariamo a riconoscerle una per una, non sono più loro ad influenzarci ma noi a decidere.

Durante il lavoro in libertà con i cavalli questo accade spontaneamente.

L'insegnante fa da tramite e ha un ruolo indiretto. Il "maestro" è il cavallo che agisce in libertà, con assoluta sincerità e spontaneità.

Alla fine del seminario, o delle tre lezioni individuali, il partecipante viene invitato a salire a cavallo, a pelo, con un fascione per tenersi. Poi viene guidato a mano da un assistente. L'emozione che sollecita il cavallo mentre ci porta è davvero stupefacente. Questa esperienza è una vera sfida con se stessi, verso lo "sconosciuto", in modo naturale, senza nessuno sforzo.



FINALITÀ DEL SEMINARIO

- Coaching manageriale
- Percorso di autorealizzazione
- Crescita personale per educatori ed insegnanti
- Fondamenta di comunicazione con il cavallo e sua gestione

"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 Castelverde

Via Castelverde 2 | 21032 Caravate (VA)

M: +39 3482619235 | info@equitazioneumana.com

www.equitazioneumana.com