



Miia

MY ICELAND IN AUSTRIA

  www.miia.at
 miia.meilensteine

miia:morgenrot

 **Datum: 04. – 07.05.2023**
 **Reitpark Gstöttner**
Hofing 18
4274 Schönau im Mühlkreis

04. – 07. Mai 2023

Ort: *Reitpark Gstöttner,*
Hofing 18, 4274 Schönau im Mühlkreis

Donnerstag, 04. Mai

Bis 16⁰⁰ **ANKOMMEN** von Reiter*innen und Pferden
18⁰⁰ **„GET TOGETHER“** – Besprechung des Ablaufs
19⁰⁰ *Gemeinsames Abendessen*
20⁰⁰ – 21³⁰ **WORKSHOP: „ORIENTIERUNGSREITEN UND WAS HAT DAS MIT UNS ZU TUN?“** – Eine Sportart stellt sich vor“
mit Ingrid Gampe-Benedict

Freitag, 05. Mai

07⁰⁰ – 08¹⁵ *Zeit für Frühstück*
08¹⁵ – 08⁵⁰ **HATHA-YOGA IN DER MORGENSONNE**
mit Ravindra Shekhawat ganztägig
09³⁰ – 12³⁰ **Reittraining in Kleingruppen**
mit dem Team Fritz Kriechbaumer
10³⁰ – 12⁰⁰ **WORKSHOP „ORIENTIEREN IM GELÄNDE“**
mit Ingrid Gampe-Benedict
12³⁰ – 14⁰⁰ *Mittagessen und Mittagspause*
14⁰⁰ – 17⁰⁰ **Reittraining in Kleingruppen**
mit dem Team Fritz Kriechbaumer
14³⁰ – 16⁰⁰ **WORKSHOP „ORIENTIEREN IM GELÄNDE“**
mit Ingrid Gampe-Benedict
18⁰⁰ *Gemeinsames Abendessen*
19³⁰ – 21⁰⁰ **ABEND-WORKSHOP „THE RIDER'S HANDSHAKE“**
mit Ingrid Gampe-Benedict

Samstag, 06. Mai

07⁰⁰ – 08¹⁵ *Zeit für Frühstück*
08¹⁵ – 08⁵⁰ **ASHTANGA-YOGA IN DER MORGENSONNE**
mit Ravindra Shekhawat
09³⁰ – 12³⁰ **Reittraining in Kleingruppen**
mit dem Team Fritz Kriechbaumer
10³⁰ – 12⁰⁰ **WORKSHOP „RIDER'S BRAIN MEETS HORSE'S BRAIN“**
12³⁰ – 14⁰⁰ *Mittagessen und Mittagspause*
14⁰⁰ – 17⁰⁰ **Reittraining in Kleingruppen**
mit dem Team Fritz Kriechbaumer
14³⁰ – 16⁰⁰ **WORKSHOP „RIDER'S BRAIN MEETS HORSE'S BRAIN“**
18⁰⁰ *Gemeinsames Abendessen*
19³⁰ – 21⁰⁰ **„TAMING WILD“**
FILM MIT ANSCHLIESSENDER DISKUSSION
(Leitung Ingrid Gampe-Benedict)

Sonntag, 07. Mai

07⁰⁰ – 08¹⁵ *Zeit für Frühstück*
08¹⁵ – 08⁵⁰ **BEST OF YOGA IN DER MORGENSONNE**
mit Ravindra Shekhawat
09³⁰ – 11³⁰ **Gemeinsamer Panorama-Ritt** auf der Mühlviertler-Alm
in Kleingruppen („Schritt-Gruppe“, „Alle Gangarten-Gruppe“) oder alternativ **Training im Reitpark**
12³⁰ *Gemeinsames Mittagessen und Ausklang*
Bis 15⁰⁰ **ABREISE**





Miia
MY ICELAND IN AUSTRIA

f i www.miia.at
miia.meilensteine

miia:morgenrot

 Datum: 04. – 07.05.2023
 Reitpark Gstöttner
Hofing 18
4274 Schönau im Mühlkreis

Informationen zur Teilnahme

DATUM

04. – 07. Mai 2023

ORT

Reitpark Gstöttner
Hofing 18, 4274 Schönau im Mühlkreis (Region Mühlviertler Alm)

MITZUBRINGEN

1 Islandpferd pro Reiter*in

TEILNAHMEVORAUSSETZUNGEN

Fundierte Reitkenntnisse, Erfahrung mit Pferd im Gelände, Offenheit und Neugier, Interesse an Vernetzung und guten Gesprächen, Teilnahme am gesamten Programm, Jugendliche unter 18 Jahren nur in Begleitung eines teilnehmenden Erwachsenen

KURSGEBÜHR

€ 576,00 (inkl. USt.)

INKLUDIERT

3 Reiteinheiten mit Trainer, alle Workshops, Yoga-Training und Abendveranstaltungen, Pferdeunterbringung, Benützung der Reitanlage (auch außerhalb der Trainingszeiten), elektronische Unterlagen zu den Vorträgen, Kompass und Karte für den Orientierungsworkshop

NICHT INKLUDIERT

Übernachtung mit Halbpension im Reitpark Gstöttner, Getränke, Mittagessen

UNTERBRINGUNG

Ein Zimmerkontingent im Reitpark Gstöttner ist reserviert.
www.reitpark-gstoettner.at

KOSTEN PRO NACHT

€ 64,00 p.P. im Doppelzimmer mit Frühstück und Abendessen,
€ 48,00 p.P. Übernachtung nur mit Frühstück.
Zu Mittag gibt es Speisen zur individuellen Auswahl.

ANMELDUNG

Ab sofort an mitmachen@miia.at

GRUPPENGROSSE

max. 20 Teilnehmer*innen, keine kursexternen Zuseher*innen



Miia
MY ICELAND IN AUSTRIA

  www.miia.at
 [miia.meilensteine](https://www.instagram.com/miia.meilensteine)

 **Datum: 04. – 07.05.2023**
 **Reitpark Gstöttner
Hofing 18
4274 Schönau im Mühlkreis**

miia:morgenrot

Unsere Trainer*innen

Fritz Kriechbaumer

Fritz ist Bundesreferent des Breitensport Referats des OEPS, Leiter des Referats für Orientierungsreiten des OOEPS, selbst aktiver Orientierungsreiter und Richter. 2022 holte er mit seinem Team WM-Silber in Frankreich, um seinen aktuellsten großen Erfolg zu nennen. Fritz begeistert durch seine ruhige, geduldige und freundliche Art und sein schier unendliches Pferdewissen. Er trainiert Jung und Alt, vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen. Gemeinsam mit seinem Trainer*innen-Team sorgt er für Reittraining der ganz besonderen Art im Reitpark Gstöttner.

Ingrid Gampe-Benedict

Ingrid ist Trainerin und Orientierungsreiterin (auch sie verzeichnet einige WM- und EM Teilnahmen im Laufe ihres Lebens). Sie ist Outdoorpädagogin und hat sich auf Centered Riding und das Wanderreiten spezialisiert. Eine richtig lange Liste ihrer Ausbildungen findet sich auf ihrer Website www.pferdezone.at. Ingrid unterstützt außerdem Fritz Kriechbaumer im OEPS-Bundesreferat für Breitensport. Auch sie unterrichtet mit großer Leidenschaft, großer Geduld und viel Humor.

Ravindra Shekhawat

Ravindra stammt ursprünglich aus Indien. Yoga begleitet ihn schon sein ganzes Leben lang. In seinem Unterricht finden sich Einflüsse aus verschiedenen Aspekten des traditionellen Yogas. Den Fokus legt er dabei auf Stärke und Flexibilität. Freut euch auf eine energispendende Zeit im Morgentau!





Miia
MY ICELAND IN AUSTRIA

  www.miia.at
 [miia.meilensteine](https://www.instagram.com/miia.meilensteine)

miia:morgenrot

 **Datum: 04. – 07.05.2023**
 **Reitpark Gstöttner
Hofing 18
4274 Schönau im Mühlkreis**

Unsere Workshops

Workshop „Orientierungsreiten und was hat das mit uns zu tun?“ – Eine Sportart stellt sich vor“

Eine Sportart stellt sich vor. Was ist TREC-Orientierungsreiten überhaupt? Was muss dein Pferd können? Was musst du können? Welche Teilbewerbe gibt es? Wie läuft ein Bewerb ab? Und ganz wichtig: Was können wir vom Orientierungsreiten lernen, um sagen zu können „Ich bin orientiert und gelassen im Gelände!“?

Workshop „Orientieren im Gelände“

Orientieren mit Karte und Kompass - ist old-style, funktioniert aber immer und überall – wenn man's denn kann! Probiert es einfach selbst mal mit anderen Kursteilnehmer*innen aus.

Workshop: „The Rider's Handshake“

„Jedes Gebiss ist so scharf wie die Hand des Reiters, der es führt“. Was macht eigentlich unsere Hand beim Reiten aus? Tägliches Leben und Evolution haben sie geprägt. Oft nützen wir sie, um mit unserem Pferd zu kommunizieren. Wie kommt das aber bei unserem vierbeinigen Partner an? Kann er uns überhaupt verstehen? Kann er uns und unserer Hand vertrauen? Ein ganz praktischer Workshop zum Wahrnehmen und Bewusstwerden, um schlussendlich auf ein „Sprechendes Pferd“ zu treffen.

Workshop „Rider's brain meets horse's brain“

„Ich sehe was – was du nicht siehst“. Beim Ausreiten in der Natur nehmen wir Reize wahr. Diese Reize werden an das Gehirn weitergeleitet und dort verarbeitet. Beim Menschen und beim Pferd. Aber: wie sieht die Welt mit den Augen und dem Gehirn eines Pferdes betrachtet aus? Nach dem Workshop wirst du dein Pferd ganz bestimmt ein bisschen besser verstehen.

Film und Diskussion „Taming Wild“

Was wäre, wenn unsere Pferde die Wahl hätten. Würden sie uns auf ihnen reiten lassen? Würden sie uns tragen? Ganz ohne Zwang und Ausrüstung? Würden sie mit uns arbeiten? Elsa Sinclair hat sich diese Frage gestellt und ein Jahr mit einem wilden Pferd verbracht. 2015 erschien ein Film darüber – ein Film, der nachdenklich macht, rührt und fasziniert. Ein Film, der uns zeigt, was für besondere Wesen unsere Pferde sind. Anschließend gibt es die Möglichkeit für Diskussion und Fragen.