



Warum Video-Coaching?

Es handelt sich um eine sehr effiziente Form des Trainings.

Als Reiterin kannst du dich voll auf dich und dein Pferd konzentrieren, ohne im Tun abgelenkt zu werden. Das Erkennen, das Verarbeiten und das Verstehen finden nicht mehr auf dem Pferd statt, sondern im Vorfeld.

Das angestrebte Bewegungsgefühl wird vor der Trainingseinheit mit dem Pferd vorbereitet. Dadurch bleibt mehr Raum für die Interaktion mit dem Pferd, für das Spüren des eigenen Körpers und die genaue Wahrnehmung der gemeinsamen Bewegung.

Als Trainerin kann ich mich sehr genau auf das beziehen, was gerade zu sehen ist, in Ruhe auf den Punkt beschreiben, was ich sehe und Trainingsvorschläge anbieten. Die Zeitverzögerung durch Sehen-Sprechen-Hören-Verarbeiten fällt weg. Dadurch wird die Verständigung wesentlich klarer, es gibt weniger Missverständnisse und dadurch weniger frustrierende Momente.

Das Video-Coaching kann überall und jederzeit stattfinden, es gibt keine Einschränkungen durch nicht kompatible Zeitfenster, Straßenverkehr, Stallregeln, Entfernung etc.

Die Ökobilanz verbessert sich durch wesentlich weniger gefahrene Kilometer.

Niemand verschwendet mehr Zeit in nervigen Situationen, in denen der Unterricht eigentlich für die Katz ist.

Was genau bringt das Video-Coaching?

- Wiederholbarkeit, man kann sich das Video immer wieder anschauen
- Vergleichbarkeit, wenn man das Video-Coaching in regelmäßigen Abständen macht
- Entzerrung des Lernprozesses
- Klarheit darüber, woran man arbeitet
- Theoretische Grundlagen passgenau zur Situation
- Grafische Darstellung der wesentlichen Aspekte
- Unabhängigkeit von der Anwesenheit einer anderen Person

UND eine wunderschöne Grafik von dir und deinem Pferd!

Video-Coaching – wie funktioniert das?

Für die Erstellung des ersten Coaching-Videos benötigen wir ein kurzes Video, das das Pferd in allen aktuell möglichen Gangarten und ggf. Tempi auf einer Geraden von der Seite zeigt und eventuell ein paar Fotos vom stehenden Pferd mit und ohne Reiterin. Es ist unerheblich, wo die Aufnahmen gemacht werden, auf dem Platz, im Gelände oder in der Halle.

Wichtig für eine gute Bildqualität des Coaching-Videos sind die Qualität und die Auflösung der Originalaufnahmen:

Ein braunes Pferd vor dunkelgrüner Hecke oder ein Rappe im Gegenlicht vor schwarzer Bande – da verschwimmen die Details oder werden überstrahlt. Das Gleiche gilt für Aufnahmen in schlecht beleuchteten Reithallen.

Künstlerisch wertvolle Perspektiven wiederum kaschieren Probleme, die im Video sichtbar gemacht werden sollen.

Für wen ist Video-Coaching das falsche Format?

Leider für alle, bei denen im Reitunterricht noch der Sicherheitsaspekt im Vordergrund steht (hier könnte man vielleicht ein gemeinsames Projekt mit der/dem eigenen Trainer*in starten.)

Video-Coaching bringt auf den Punkt, ist aber in der Schadensbegrenzung zu langsam.

Video-Coaching Bestellung

Name.....

Straße.....

Plz/Ort.....

E-mailadresse.....

Telefon.....

Deine Wünsche

Theorie Themen:

Ziele:

Das Pferd:

Name

Alter.....

Rasse.....

Geschlecht.....

ggf. Befunde.....

Wo reitest du am liebsten?

Trainingsmöglichkeiten:

Gelände

Reitplatz

Wiese

Round Pen

Halle

Springplatz

Ovalbahn

Rennbahn

Bestellung:

Hiermit bestelle ich verbindlich ein ca. 8-minütiges Coaching-Video auf der Basis des von mir per E-Mail an maren.diehl@t-online.de gesendeten Videomaterials (ca.10 Minuten Länge).

Den Betrag von 120€ überweise ich innerhalb einer Woche auf das Konto DE79 5485 0010 1710 1125 23, Sparkasse SÜW von Maren Diehl.

Datum & Unterschrift:

.....