



# Fysioterapeutisk

# Træningsdag

## *Holdning til bevægelse*

På sådan en dag kommer du igennem nogle gode afspændingsøvelser, fysioterapi strækøvelser og ProPrio-øvelser med din hest, som du kan bruge i din daglige træning.

ProPrio-Trænings udstyret er med, så du kan få inspiration til den videre træning med din hest.

ProPrio-øvelserne kan laves fra jorden, men også når du rider på hesten.

Du har på dagen mulighed for at lave alle strækøvelserne og nogle ProPrio-øvelser med 1:1 vejledning og med udgangspunkt i netop dine eller din hests udfordringer.

Hver deltager med hest er på i 1 time, hvor i kommer igennem både afspændingsøvelser, strækøvelser og ProPrio-Træning.

Pris: 1500,00 pr time (der må være op til 4 deltagere på med hest pr. time og i deler prisen) alle deltagere får en folder med alle mine favorit øvelser i.

For mere info Kontakt:

[dyrlaege-heidinielsen.dk](mailto:dyrlaege-heidinielsen.dk)

På T: 22 32 18 77



