

Hyvän olon hevosmummoiluleiri

Arkajaloille, jännittäjille ja aloittelijoille

12.7.-14.7.2024

Heinäkuussa kesä on parhaimmillaan! Hevosmummoiluleirillä ladataan akkuja ja voimaannutaan hevosten seurassa, metsän sylissä, keskellä maaseudun rauhaa.

Hevosmummoiluleirille tullaan nauttimaan yhdessäolosta, oppimaan lisää eettisestä hevostelusta ja kohtaamaan hevoset yhä aidommin. Jännityksen sulaessa pois kehosta, itseluottamuksen kasvaessa, myös itsensä ylittäminen usein onnistuu, voit itsekin yllättyä! Tasovaatimusta tälle leirille ei ole, vaan jokainen hevostelee omat



lähtökohdat huomioiden. Ratsastajat jaetaan tarvittaessa tasoryhmiin, jolloin jokainen pääsee haastamaan itseään. Tälle leirille ovat erityisen tervetulleita ensikertalaiset, arkajalat ja jännittäjät!

Leiriin sisältyy:

- * 6 tuntia á 45min ratsastusta, joko selästä käsin tai leiriläisten halutessa osittain maastakäsin. Jokaisen omaan tahtiin, ilman ennakkopaineita. Päivittäin toinen tunti on perinteisempi ratsastustunti, jolla harjoitellaan ratsastuksen teknisiä taitoja ja tehtäviä, kukin omalla tasollaan. Päivän toisella tunnilla harjoitellaan toisenlaisia ratsastuksen taitoja: keskitytään tunnistamaan tunteita, vaikuttamaan omaan kehoon ja ajatuksiin, sekä yhdistämään keho ja mieli toimimaan yhdessä hevosen kehon ja mielen kanssa.
- * Kotiruokaa, maukkaasti ja reilusti: 2 lämmintä ateriaa plus aamu- sekä iltapalat
- * Ohjattua ohjelmaa, mutta myös lepääminen on sallittua
- * Leiriläisten toiveista lisäohjelmiana kehonhuoltoa, hemmotteluhoitoa, puutarhajoogaa tai rentoutusharjoituksia
- * Levolliset yöunet rauhaisassa, kodikkaassa, tasokkaassa majoitustalossamme
- * Pihasaunan lempeät löylyt

Hinta 390€ / 3 päivää (+ lisäksi mahdollisen ulkopuolisen ohjaajan kulut, n. 10-20€, jos sellaiseen on kiinnostusta).

Leiri alkaa perjantaina klo 10 ja loppuu sunnuntaina klo 17.

Lisämaksusta mahdollisuus kalevalaiseen jäsenkorjaukseen, niska-hartiaseudun hierontaan, jalkahoitoihin, kosmetologin kasvohoitoihin jne.

Leirille osallistuu max 8 leiriläistä. Majoitus järjestetään kahden hengen huoneissa majoitustalossamme, jossa on yhteinen wc, suihku ja keittiö.

Hännilän hevostummoilu ei ole ikäraja, vaan mielentila. Hevostummoilussa opitaan toimimaan reilusti ja eettisesti, löytämään yhteys hevosen mieleen ja kehoon oman mielen- ja kehonhallinnan avulla. Tervetuloa sukeltamaan ihmeellisen hevostummoilun maailmaan!

Kiltit, rauhalliset ja asiaansa perehtyneet Hännilän mummoiluhevoset, Liina ja muu väki toivottavat sinut lämpimästi tervetulleeksi nauttimaan kesän hevostummoiluleiristä!

Varaa paikkasi tai kysy lisää Liina Aho, 0503318642, liina@hannilantila.fi