



# JNBT Horsemanship Academy



**RELATION BASED HORSEMANSHIP®**



## WARSZTATY LOTNA ZMIANA NOGI

Opracowanie: Andrzej Makacewicz

[www.jnbt.pl](http://www.jnbt.pl) [www.facebook.com](https://www.facebook.com)

Copyright and Confidentiality Notice

All copyright design rights and other intellectual property rights in the works contained in this presentation are the property of JNBT. The concepts, techniques and ideas portrayed in this presentation are all the confidential and proprietary information of JNBT. They are disclosed to you exclusively for the purpose of evaluating them with a view to contracting with JNBT for a project. You are not permitted to copy or make use of any of the materials or ideas contained in this presentation other than through JNBT or with its express written consent and by continuing with this presentation after reading this notice you accept and agree to be bound by these conditions.

# Warsztaty Akademii Jeździeckiej JNBT **LOTNA ZMIANA NOGI**

**Termin:** 29 września 2024 (niedziela, godz. 9:00)

**Lokalizacja:** Warsaw Polo Club, ul. Działkowa 27, Jaroszowa Wola k. Warszawy  
tel./whatsapp 601 348 483, [www.warsawpoloclub.pl](http://www.warsawpoloclub.pl) • [facebook](https://www.facebook.com/)

Program warsztatów Lotna Zmiana poświęcony jest prawidłowemu wyszkoleniu jeźdźcy i konia do wykonania jednej z ważniejszych ewolucji jaką jest lotna zmiana nogi w galopie.

Konie potrafią ją wykonywać od pierwszych godzin swojego życia i jest to naturalna ewolucja związana z ich biomechaniką ruchu.

Wykonanie jednak tej ewolucji przez jeźdźca na łuku lub prostej, na ziemi czy w skoku, z przejściem z określonej ewolucji czy też do innej ewolucji, naprzemiennie co ileś foulee czy też po prostu jako swobodną zmianę nogi w rekreacyjnej jeździe terenowej wymaga od jeźdźcy trochę więcej wiedzy i treningu.

Do swobodnego wykonywania tej ewolucji w tym treningu jeźdźcy wypracowują pomoce związane z kontrolą tempa, płynnością przejść, zagalopowaniem na określoną nogę, prowadzeniem konia w kontrgalopie, impulsem, balansem i dosiadem etc.

Warsztaty oprócz podstaw z wykładu biomechaniki ruchu konia pozwalającego przyjrzeć się i zrozumieć jak konie wykonują ją samodzielnie pomagają poprzez serię ćwiczeń prowadzonych w treningu przed i po południowym poprowadzić jeźdźców do ułożenia pomocy pozwalających na wykonywanie lotnej zmiany w galopie zarówno jeźdźcom mniej doświadczonym nigdy dotychczas tego świadomie nie wykonującym jak i jeźdźcom doświadczonym podnosząc ich kwalifikacje w wykonaniu tej ewolucji na bardziej zaawansowanym poziomie.

**W warsztatach mogą brać udział jeźdźcy i konie zarówno ze szkoleń w JNBT jak i spoza.**

Ćwiczenia mają za zadanie oprócz podniesienia poziomu jeździeckiego jeźdźców, także rozwój atletyczności i równowagi konia

W warsztatach można uczestniczyć jako:

- uczestnik z własnym lub wynajętym w ośrodku koniem – koszt 490 zł (+wynajem konia/boksu)
- słuchacz – 330 zł

**W sprawie ew. noclegów i żywienia, jak również wynajmu konia lub boksu prosimy kontaktować się bezpośrednio z ośrodkiem w godz. 14-20 – kierownik hodowli Barbara Banat tel/whatsapp 601 348 483 (jeśli poza zasięgiem, prosba o SMS).**

**W warsztatach mogą uczestniczyć ogiery.**

Wykłady i trening prowadzi w języku polskim **Andrzej Makacewicz** oraz zespół **JNBT Team**

**Zdjęcia ze szkoleń znajdziecie tu: [facebook.pl](https://www.facebook.com/)**

Osoby z końmi muszą posiadać ogłowie z wędzidłem, 2 palcaty, kantar sznurkowy, linę do treningu naturalnego o długości do 3,5 m zakończoną pętlą oraz bacik, które można też będzie nabyć lub bezpłatnie wypożyczyć w trakcie kursu

**Zgłoszenia przyjmowane są pod telefonem 22 393 10 90 lub [kursy@jnbt.pl](mailto:kursy@jnbt.pl)**

