

Benessere del cavaliere*

L'unione tra saper fare e saper essere

(*inteso anche al genere femminile)

Come nasce la sinergia tra Swiss Horseman Academy (SHA) e Training della Personalità col Cavallo (TPC)?

È la preziosa unione tra trainer specializzati che godono di pluriennale esperienza nel proprio campo o meglio: nel Horsemanship e nello sviluppo personale assistito dal cavallo.

Nel Horsemanship **sta al centro dell'attenzione il cavallo e** nello Sviluppo personale assistito dal cavallo **la persona**.

Sviluppando, rispettivamente praticando entrambi gli aspetti, si rafforza il rapporto tra il cavaliere ed il cavallo, idealmente aumenta quindi la serenità ed il benessere di entrambi.

Cosa è il beneficio che nasce dalla sinergia tra SHA e TPC?

- La qualità del rapporto tra cavaliere e cavallo migliora.
- L'autenticità e la consapevolezza nell'agire accrescono.
- Gli obiettivi col cavallo si raggiungono in sicurezza ed armonia.
- Lo sviluppo personale è trasferibile anche in altri contesti (lavoro, famiglia); quindi è parificabile ad un investimento di vita.

A chi si indirizza?

- Cavalieri che desiderano "imparare e rafforzare la lingua del quadrupede" per entrare più in sintonia con il cavallo.
- Persone che praticano l'equitazione e desiderano gestire meglio le proprie paure (di non essere all'altezza di gestire il cavallo, di essere giudicato da altri ecc.).
- Proprietari di un cavallo traumatizzato o in difficile gestione.

Come funziona il pacchetto "Benessere del cavaliere - saper fare e saper essere"?

- È un percorso di Training di Horsemanship e di Coaching assistito dal cavallo di min. 3 lezioni ciascuno. Dopo la prima volta, si ha la possibilità di fare il pacchetto per praticare esercizi col cavallo ed attivando le risorse interiori necessarie per gestire sé stesso ed il cavallo in modo sereno e chiaro.
- Ha luogo un colloquio conoscitivo iniziale con i trainer.
- Ci vuole la volontà di mettersi in gioco, l'apertura per sperimentare metodi nuovi e la voglia di integrare il "nuovo" saper fare ed essere col cavallo.
- Incuriosita/o? Entra in contatto con noi: specificando l'interesse del pacchetto succitato.



SHA in breve:



La Swiss Horseman Academy nasce nel 2018 e ha da subito lo scopo di trasmettere i metodi di comunicazione tra uomo e cavallo. Il nostro obiettivo è quello di formare i nostri allievi, dando loro tutti gli strumenti per comunicare con il cavallo in totale autonomia e sicurezza.

L'allievo attraverso il cavallo scaverà dentro sé stesso e imparerà a gestire il suo corpo e le sue emozioni a 360°.

Rebecca 076 3162772

La mia passione per i cavalli nasce quando ero ancora una bambina.

Il mio approccio con il cavallo si rafforza nel tempo finché nel 2017 non ho deciso di lasciare la scuola per seguire il mio sogno e farne il mio lavoro.

Inizia così il mio percorso nel mondo dell'Horsemanship, che mi ha permesso di conoscere a fondo il mondo del cavallo e mi permette tutti i giorni di crescere come persona e di aiutare tanti binomi a migliorare il loro rapporto.

Luca 078 4206062

La mia avventura nel mondo dei cavalli ha avuto inizio alla tenera età di 2 anni quando i miei genitori mi fecero salire per la prima volta su un cavallo.

All'età di 6 anni giravo già per tutta Italia con mio padre e lo osservavo mentre lavorava con questi fantastici animali.

Per me il mondo dei cavalli e soprattutto quello della comunicazione con essi è sempre stato una parte importante mia quotidianità.

TPC in breve:

Kathrin Knupp 078 628 11 18

Lo scopo nel coaching assistito dal cavallo è aumentare la consapevolezza e la gestione delle proprie competenze comportamentali e sociali, grazie al bio-feedback del cavallo, attivando e sviluppando le seguenti risorse interiori:



- *Risorse corporali*: es. esercizi di respirazione e tecniche di rilassamento, consapevolezza del proprio linguaggio non verbale
- *Risorse emotive*: sensibilizzazione della percezione e la gestione delle proprie emozioni
- *Risorse cognitive*: es. la consapevolezza del proprio modo di pensare del cavallo e di sé stesso e che effetto ha nella quotidianità
- *Risorse sociali*: rafforzare le qualità e competenze di un leader, gestione conflitti col cavallo/sé stesso
- *Risorse motivazionali*: tecniche mentali per raggiungere i propri sogni/obiettivi col cavallo

