



SZKOLENIE LICENCYJNE

Klub Jeździecki Wiktorowo i Warszawsko Mazowiecki Związek Jeździecki serdecznie zaprasza na **szkolenie licencyjne z zakresu lonżowania i pracy z końmi z ziemi.**

Zajęcia mają pozwolić na podnoszenie poziomu wyszkolenia jeźdźców w obszarze pracy z koniem z ziemi. Szkolenie skierowane jest do zawodników, luzaków, którzy chcą lepiej opanować sztukę lonżowania koni, a szkoleniowcom pomóc efektywniej wykorzystać pracę na lonży w codziennym treningu .

Organizator:

Klub Sportowy Wiktorowo & Warszawsko Mazowiecki Związek Jeździecki

Adres : Wiktorowo 8 ; 05-192 Nasielsk

Osoba prowadząca – **Jan Ratajczak** (Trener PZJ)

Termin – **14-15 Kwiecień 2022** (czwartek godz. 14.30-21.00, piątek godz. 9.00 do 16.00)

Koszt ponoszony przez uczestników:

200 zł za dwa dni dla szkoleniowców z licencją PZJ

300 zł za dwa dni dla pozostałych

Koszt noclegu ze śniadaniem: **80 zł** doba

Koszty wyżywienia - obiad **40 zł** , kolacja **30 zł**

Możliwość uczestnictwa wraz z koniem w treningach:

Koszt wynajmu boksu (przyjazd z własnym koniem) – **80 zł** / dzień

Możliwość skorzystania z treningu z koniem piątek/sobota/niedziela

Zgłoszenia wraz z potwierdzeniem przelewu na jan.ratajczak@interia.pl:

60 1950 0001 2006 0390 2961 0002

HARMONOGRAM:

**PROGRAM - KURS LONŻOWANIA 14-15.04.2022r
(Wiktorowo k. Nasielska)**

Zakres wiedzy teoretycznej i praktycznej:

Kurs podstawowy III i II stopnia

- a) teoria – 4 godziny
- b) filmy szkoleniowe – 1,5 godz.
- c) praktyka – 7 godzin

I. Lonżowanie koni na pojedynczej lonży - teoria

- 1) Miejsce i podłoże do lonżowania
- 2) Wyposażenie i rząd dla konia
- 3) Prawidłowe wypięcie konia na lonży;
- 4) Wodze pomocnicze – rodzaje i zasadność stosowania;
- 5) Technika i zasady lonżowania.
- 6) Ćwiczenia gimnastyczne, skala wyszkolenia.
- 7) Praca z młodymi i zaawansowanymi końmi.
- 8) Praca z trudnymi końmi.
- 9) Korygowanie problemów z końmi.
- 10) Praca na koziołkach i drągach.

II. Lonżowanie koni na podwójnej lonży – teoria wstęp

- 1) Podwójna lonża – zasadność stosowania;
- 2) Technika lonżowania na podwójnej lonży
- 3) Filmy szkoleniowe

III. Lonżowanie koni - praktyka

- 1) Lonżowanie na pojedynczej lonży
- 2) Lonżowanie na podwójnej lonży

PLAN GODZINOWY

14.04.2022r – (niedziela) miejsce – sala wykładowa zajęcia teoretyczne

14.30 - 16.00 teoria

16.00 – 16.15 przerwa na kawę, herbatę

16.15 – 17.45 teoria + filmy szkoleniowe

17.45 – 18.15 przerwa na **kolację**, kawę, herbatę

18.30 – 21.00 zajęcia praktyczne – konie przyjezdne

21.00 – ognisko

15.04.2022r - (poniedziałek) miejsce hala – zajęcia praktyczne

8.30 – **śniadanie**

09.00 – 10.45 - praktyka część pierwsza - 2 konie pojedyncza lonża

10.45 – 11.00 - przerwa kawa , herbata

11.00 – 13.00 – praktyka część druga - 3 konie podwójna lonża

13.00 – 13.30 - przerwa obiadowa

14.00 – 16.00 - praktyka część trzecia – 3 konie podwójna lonża

16.00 - zakończenie, podsumowanie, wręczenie certyfikatów uczestnictwa

W każdej części praktycznej udział własny kursantów.

Kursanci mają być zaopatrzeni obowiązkowo w rękawiczki ciepłe ubranie.

Organizator lub kursanci z końmi zapewniają podstawowy sprzęt do lonżowania.

Możliwość uczestnictwa ok. 25 osób.

Organizator zapewnia kawę, herbatę i drobny poczęstunek.

Zgłoszenia mailowe: jan.ratajczak@interia.pl

W zgłoszeniu należy podać : Imię i Nazwisko , pesel, adres zamieszkania, telefon, email, zamawiam boks dla konia od dnia Do dnia

Kontakt telefoniczny do organizatora: 501 -933086 , 602 648711

Dojazd: Miejscowość - **Wiktorowo**, gmina Nasielska powiat Nowy Dwór Mazowiecki .

Mapka dojazdowa na stronie – www.konie-wiktorowo.pl ; f- Folwark Konny Wiktorowo